

**rossana** Martedì, 31 Maggio 2016 23:37

Ci risentiamo dal mare, se piove per sei giorni direi che avrò tempo di scrivere.  
Buonanotte

**rossana** Martedì, 31 Maggio 2016 23:37

ANNUCCIA cavoli che sfortuna, no comment.  
FEFFE capisco il tuo carico di ansia, stare sempre in affanno non si può.  
Non so davvero cosa consigliarti, credo però che tu debba ricrederti sul fatto che sei stupida.

**rossana** Martedì, 31 Maggio 2016 23:26

Ho guardato le previsioni.....che dire, come sempre quando parto io.  
Diciamo che a parte domani pare piova con nuvole nere e lampi e fulmini da giovedì a lunedì  
prossimo così tanto per gettare la prima settimana.  
Poi alternanza e poi lascio perdere.

Da tre anni al mare in giugno soffro freddo e al ritorno mi cucco due mesi di caldo afoso a casa. 😞

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 21:33

Scappo a letto perchè cado dal sonno

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

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 21:32

Isa, fare la nonna è il più bel "lavoro" del mondo. ♥

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 21:31

Cris, anche a me piace tantissimo il nome che avete scelto per la vostra bimba.

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 21:29

Feffe, ti ascolto e immagino che tu possa anche non sapere, ma lasciami dire che tu sei molto  
lontana dall'essere stupida. Forse non sai quel tipo di lavoro, ma penso che a quei livelli ci voglia  
anche tempo per sapere tanto.

Per un lavoro più facile, chissà che tu non possa trovarlo.

Vedi cosa vuoi fare e se te la senti fai ♥

**Isa** Martedì, 31 Maggio 2016 21:08

Cris, bellissimo il nome Chiara!

**Isa** Martedì, 31 Maggio 2016 21:07

Durante la giornata il mio mdt è aumentato tanto per fare finire in bellezza il mese! La mia mamma  
oggi mi ha detto solo poche parole in spagnolo!

**Isa** Martedì, 31 Maggio 2016 21:04

Feffe carissima quanto mi dispiace per la tua emicrania e il tuo dispiacere sul lavoro. Spero tanto in  
una svolta positiva per te e ti mando un forte abbraccio.

**Isa** Martedì, 31 Maggio 2016 21:01

Annuccia, Piera, quanto tribolare per queste isteroscopie! Speriamo bene dai... Simona mi sento di  
tranquillizzarti perché il mio secondo parto a 40 anni è stato da manuale. Neanche un punto e  
nonostante dolori da morire tutta la gravidanza al lato b, nel parto questi dolori non li ho sentiti.

**Isa** Martedì, 31 Maggio 2016 20:53

Rossana, Paula, ci avete azzeccato. Appena sono andata in pensione hanno pensato di non farmi  
annoiare..... Rossana ti capisco per il problema denti. Ho appena rifatto due ponti, dolore in bocca e  
nel portafoglio. Spero che trovi bel tempo al mare, qui piogge e temporali in abbondanza! Paula  
passa bene la tua piccola vacanza!

**paula1** Martedì, 31 Maggio 2016 20:43

ISA sono contenta per il nuovo arrivo...ma guarda te cosa ti combinano per non farti annoiare in  
pensione... 😊😊

congratulazioni anche agli altri nati...ho perso il conto... 😊

**paula1** Martedì, 31 Maggio 2016 20:41

Buona sera a tutti...qui sole, ma vento..sono stanchissima, ma per fortuna domani sono a casa...lavorerò il 2 Giugno poi i 3 giorni di ferie..finalmente...oggi ho chiesto di lavorare la mattina del 2 e mi hanno risposto che ho un sacco di pretese...ah meno male.. 😞😞😞  
ieri c'era la riunione con la proprietà e sono molto contenti degli obiettivi raggiunti..ora in programma hanno l'apertura di una Recovery room (alcuni posti letto di semi-intensiva) e una sesta sala operatoria per interventi veloci tipo cataratte o tunnel carpali in modo da non intasare le sale operatorie che vogliono usare per interventi più "grandi"...poi io spererei che ci siano i margini per parlare di qualche incentivo per il personale... 😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 20:37

Oggi un po' di corsa per portare Emma prima a scuola a salutare la sua maestra delle elementari poi al compleanno di una sua amica.

**feffe81** Martedì, 31 Maggio 2016 20:15

In questo periodo sono parecchio in difficoltà...tra la testa, questioni emotive...al lavoro proprio non riesco, ho un'ansia esagerata e mi sento costantemente inadeguata, non so mai fare quello che mi viene chiesto 😞 così mi sento stupida e ignorante e mi metto a pensare che vorrei un lavoro più facile perché così proprio non posso resistere, sempre arrancando

**feffe81** Martedì, 31 Maggio 2016 20:03

ciao a tutti, emicrania anche oggi 😞 sono giù giù 😞 ho ritirato il referto delle analisi del sangue e mi pare sia tutto nella norma, se ho letto bene

ISA auguroni per la bella notizia! immagino però l'apprensione per la mamma...e il mdt che non dà tregua fa veramente male 😞

Auguri anche a LELLA!

ANNUCCIA ma che roba 😞

**rossana** Martedì, 31 Maggio 2016 18:22

Sono da poco rientrata dal dentista che mi ha illustrato i tre interventi che dovrei fare per riporto di gengiva.

Mi ha diagnosticato anche la parodontite in alcune zone e lì l'intervento nulla può.

Uno a distanza di sei mesi, per dar modo alla gengiva operata di guarire per bene e poter funzionare quando l'altra parte sarà in convalescenza.

Da un po di tempo sento alla radio la pubblicità di non so se un centro di cura o che per la cura della parodontite.

Non la sopportavo ancor prima di sapere di averla e abbassavo il volume in attesa che passasse perché, mi dicevo, sta a vedere che sti qua me la fanno venire.

Ma va mo là che c'ho anche quella.

Ora archivio la busta con tutta la trafila della diagnosi e i dettagli e il preventivo, il tutto mi è stato spiegato nei minimi particolari, e penso a concludere le valigie che alla parodontite del cavolo ci penserò quando sarà ora.

E comunque bisogna sempre sempre pensare che finché si riparano le cose va bene.

**rossana** Martedì, 31 Maggio 2016 18:17

CRIS il nome Chiara piace anche a me.

Ne ho una tra i miei dieci nipoti e a 24 anni ha ben due bimbi.

Bene per la tua vacanza al mare, con l'amica poi è uno spasso proprio.

**rossana** Martedì, 31 Maggio 2016 18:14

Congratulazioni a LELLA 😊

Una bimba, quante nascite: molto bene.

**rossana** Martedì, 31 Maggio 2016 18:13

Ciao a tutte,

ISA notiziona la tua 😊

Troppo bello...

Ti hanno appena appena dato il tempo di "entrare" in pensione e zacchete!

Bene bene, tutta vita e vitalità e gioia.

Sono proprio contenta per voi tutti.

Per la mamma capisco bene.....

Forza forza che hai del buono in arrivo

**Annuccia** Martedì, 31 Maggio 2016 17:51

CRIS83, bellissimo nome anche Chiara.

SIMONA, anche a me pare più che normale avere le tue paure. Comunque tutto andrà bene e ricorda "tutto passa". Questa è la frase che mamma mi diceva quando aspettavo Enrico e avevo le mie paure.

Dopo di che ho fatto mia questa frase nei momenti difficili. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 15:39

Devo scappare, porto Emma a salutare la sua maestra delle elementari. Ci va tutta la sua classe

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 15:38

Simona, mi sembra anche normale avere un po' di ansia pre e post parto, penso non sarebbe normale non averne. La cosa importante è che non diventi un'ossessione. Ma tu sei bravissima a non fare questo tipo di trasformazioni.

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 15:28

Piera, se è questo che ti senti di fare va bene anche non farla lì, perchè probabilmente hai già in mente altro, quindi va bene così.

Alle volte abbiamo delle indecisioni che tali rimangono fino a che non ci arriva qualche notizia che ce le tolgono tutte. Da quel momento solo certezze 😊😊😊😊😊

**Simona** Martedì, 31 Maggio 2016 14:21

Ma no Annuccia... come mi dispiace che tu debba rimandare a causa della tosse che è arrivata

proprio nel momento meno opportuno 🤔🙄🤔

Cris non credo riuscirò ad andare al mare.. almeno non per una mini vacanza.. forse riuscirò a farmi un giorno qua e là ma non è neanche detto... vabbe pazienza... brava invece tu che vai .. fai benissimo... è bello il nome Chiara.. 😊😊

lo domani devo essere alle 9.30 in ospedale per gli esami pre parto... mi faranno esami del sangue..tamponi vari e poi non so che altro... mi daranno l'appuntamento con l'anestesista. .. ho già un po di ansia pre e post parto... non sono molto coraggiosa... 😞

**Cris83** Martedì, 31 Maggio 2016 11:36

Ciao a tutti.. eccomi..

Ho recuperato qualche messaggio.. eccomi con il mio solito papiro.

Oggi va benino.. stanotte attaccone forte ma poi stamattina è calato, ultimamente si concentra parecchio sulla notte e mi lascia un po' più tregua il giorno. Non si dorme ma preferisco così! Poi sto già cominciando ad avere un caldo bestiale. Dicono che in gravidanza è normale.. andiamo bene! Finchè reggo resisto poi scappo al mare o dai miei sotto l'aria condizionata!

SIMO mi spiace che hai dovuto rimandare il mare.. riesci a organizzarti per andare un'altra volta? Ma hai fatto bene comunque, se ancora non ti sei rimessa e il tempo dicono che sarà brutto.

Anch'io avevo in programma di andare, Michele è impegnato in un expo motori che fanno qua vicino tutti e tre i giorni tranne venerdì perchè con il suo lavoro i ponti non esistono. ma anche se ha messo brutto credo che andrò.. a me basta che proprio non piova tutto il giorno a dirotto, se è nuvoloso e un po' così mi va anche meglio. C'è meno gente e meno caldo! E poi una mia amica ha preso la casa per queste due settimane proprio a due passi dalla mia quindi magari stiamo un po' insieme. Infatti le ho detto di non prendere l'ombrellone e di andare al mio, tanto lo abbiamo tutta la stagione. Dovrebbero venire anche i miei ma mio padre ha preso un nuovo cane, ha solo 50 giorni e non ha ancora il primo vaccino, sarebbe meglio stesse a casa per adesso.. ma non so se ascolterà i miei

consigli, io glieli do ma da una parte gli entrano e dall'altra gli escono.. già tanto che lo tiene a dormire in casa e non lo ha messo subito fuori. È già qualcosa..

ANNUCCIA mi spiace per la tosse.. e soprattutto perché hai dovuto rimandare l'intervento!

ISA mi dispiace per tua mamma, ti mando tanti pensieri positivi! Che bello che sarai di nuovo nonna.. congratulazioni a te e a tutta la famiglia!

Benvenute alle nuove amiche!

E auguri alla nostra amica Lella e a tutta la famiglia e benvenuta alla piccola olivia!

Noi abbiamo quasi deciso il nome.. credo che sarà Chiara! 😊

un abbraccio forte a tutti e buona giornata! 😊

**Annuccia** Martedì, 31 Maggio 2016 11:30

Scriviamo in contemporanea , allora fai così che fai bene.

**Annuccia** Martedì, 31 Maggio 2016 11:29

PIERA, a me faranno l'ecografia nel giorno della preospedalizzazione che dovrebbe essere la prossima settimana sempreché stia bene. Tu non puoi rinviare l'appuntamento del 5?

**Piera** Martedì, 31 Maggio 2016 11:28

Lara le date per me non hanno la minima importanza, perché tanto mica la faccio!!! 😊 mi ha fatto un gran favore a fissarmela più avanti del mio controllo, così vado a visita e se va tutto bene: pace e li saluto: Ho già capito che siamo solo "numeri" perché se davanti a te hai una cartella elettronica con una serie di informazioni inserite da medici , non è che mi puoi trattare "da protocollo" e complicarmi le cose in questo modo!!!! in più senza volere farmi l'anestesia.....comunque bando alle ciancie per fortuna sono ancora in possesso del mio libero arbitrio e lo userò 😊

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 11:15

Monica, io sono qua cara. Vieni quando vuoi.

Per quello che riguarda questi due giorni hai ragione. Un'emozione dietro l'altra abbracciare tante ragazze anche sconosciute che però me le sentivo amiche da sempre.

Povere, chissà cosa avranno pensato quando si vedevano venire incontro questa signora (io) che le abbracciava e le faceva entrare in casa come se fossero appena uscite il giorno prima.

Mahh, ma io mica lo facevo apposta, mi veniva così, spontaneo come faccio sempre. E' stato bello per me e ora mi sento che devo fare molto di più. Non si può vivere ancora la cefalea come se fosse un male che ci inventiamo. Non so cosa potrei fare di più di quello che già faccio, ma qualcosa mi farò venire in mente.

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 11:08

Isa, leggo della tua mamma, immagino la tua preoccupazione e la tua tristezza. Forza sempre cara.

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 11:06

Nico, pensa che Emma fra un po' di mesi di anni ne fa 12 ed è nata dopo quasi due anni che scrivevo nel forum.

Le nascite sono le più belle gioie. 😊😊😊 Hai ragione.

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 11:04

Piera, ci si potrebbero fare un bel po' di spassose battute, ma meglio astenersi perché poi dovrei cancellarne più del doppio 😊😊

Bene, poi ci dici se dobbiamo diventare zie ancora una volta. 😊😊

Però il 28 di settembre proprio non ci voleva. Vediamo un po' quando faremo il convegno di Ferrara, perché mi sa che sarà un paio di giorni dopo 😊😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 10:59

Annuccia, anche questa. Non ci voleva proprio che ti venisse tutto sto lavoro a ridosso dell'intervento. Mi raccomando, curati bene, è stato per colpa di un medico che ha sottovalutato il mio star male che ho perso l'olfatto.

Un po' è anche colpa mia, avrei dovuto insistere, invece ho pensato che avesse ragione lui e che stessi esagerando.

Tu esagera e fatti ascoltare, perchè poi è peggio.

Sai che con questa stagione ci sono tante persone che hanno tosse e anche delle belle bronchiti per colpa degli sbalzi di temperatura

**Piera** Martedì, 31 Maggio 2016 10:58

Annuccia, non ci voleva proprio anche questo imprevisto!!! Stamattina sono riuscita a prenotare la mia isteroscopia all'ospedale, me l'hanno fissata per il 28 settembre, peccato che ho il controllo il 5 e la dottoressa la voleva prima.....ora non so che fare, e poi sono di una "complicanza" unica, siccome non ho certezza del ciclo purtroppo, devo anche fare l'esame del sangue per gravidanza, non basta la mia dichiarazione che non sono incinta, 😞 ne' fare giurin giurello sull'astinenza di rapporti 😞 ne' dire che sono zitella 😞 ne' che a 56 anni sarebbe un vero miracolo 😞 nulla non ci credono 😞😞

**nico26** Martedì, 31 Maggio 2016 10:51

Buongiorno a tutti/e

Ma quanto bei bimbi nuovi che ci sarnno tra di noi!!!

Queste sì che sono notizie di gioia e allegria e spazan via la tristezza e la malinconia!!! 😊

**Annuccia** Martedì, 31 Maggio 2016 10:37

Il medico di famiglia mi avrebbe detto di prendere gli antibiotici, ma io aspetto domani, se oggi non avessi più la febbre potrei farne a meno.

**Annuccia** Martedì, 31 Maggio 2016 10:36

Ho chiamato la clinica e mi hanno rimandato la preospedalizzazione non posso andare in questo stato, devo stare bene altrimenti non possono farmi l'anestesia. Pensare che non ho avuto un raffreddore in tutto l'inverno né tantomeno la tosse. 😞😞

**Annuccia** Martedì, 31 Maggio 2016 10:35

Buongiorno a tutti!!! innanzitutto augurissimi a ISA per la bella notizia della nuova attesa. Mi dispiace solo per le tribolazioni della tua adorata mamma. Andiamo avanti. Non si può fare altro. LELLA, augurissimi anche a te e complimenti per il nome, mi piace veramente tanto.

**Isa** Martedì, 31 Maggio 2016 09:56

Grazie Monica. Ho letto che stai attraversando un brutto periodo e mi dispiace tanto. Ti auguro di avere presto un po' di serenità. Oggi la testa non fa troppo male e adesso vado dalla mamma. Ho sempre paura che sia l'ultima volta. Buona giornata a tutte.

**Isa** Martedì, 31 Maggio 2016 09:51

Piera, Lara. Simona, grazie mille. È stata una grande sorpresa per me perché mia figlia non mi aveva mai detto di voler un altro figlio e io conoscendo la sua riservatezza non glie lo avevo chiesto. Lella che magnifica notizia! Ti mando un fortissimo abbraccio e un bacio alla piccola Olivia. Che bello sei nonna anche tu!

**Monica** Martedì, 31 Maggio 2016 09:46

MAMMALARA avrai avuto due giorni veramente pieni di belle emozioni. Magari prima o poi passo a trovarti 😊

**Monica** Martedì, 31 Maggio 2016 09:45

Buongiorno a tutti. Mi affaccio un momento. Oggi lavoro da casa e devo dire che mi è di aiuto, sia da un punto di vista economico visto che non devo fermarmi un giorno sì e uno no dal benzinaio, sia nella gestione della casa.

LELLA congratulazioni per la nipotina e ad ISA tanti auguri, sperando che sia femmina 😊

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 09:29

Ho sistemato anche altre cose abbastanza urgenti e ora ho Gabriele che ha bisogno di me. 😊

**Simona** Martedì, 31 Maggio 2016 08:22

Buongiorno adorato forum..

Lella 😊😊 auguroni a tutta la famiglia 😊😊

**cri69** Martedì, 31 Maggio 2016 07:35

Buongiorno a tutti , per ora splendido sole ma freddino. ..vediamo oggi cosa ha intenzione di fare ..  
LELLA congratulazioni che splendida notizia..

Bello cominciare così la giornata ... 😊

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 07:12

Sistemo Emma per la scuola poi vi leggo

**mamma\_lara** Martedì, 31 Maggio 2016 07:04

Buongiorno a tutti.

Troppo bella la notizia che ci hai dato Piera.

Lella sarà al settimo cielo.

Una gioia immensa.

Auguri e congratulazioni a mamma, papà, nonni, zii e a tutti i parenti. 😊😊😊😊😊

Lella sarai una bellissima e bravissima nonna.

**Piera** Martedì, 31 Maggio 2016 06:45

Ieri è nata Olivia, la nipotina della nostra amica Lella, auguri auguri alla nuova di zecca nonna 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Maggio 2016 20:59

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

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Maggio 2016 20:58

Mi scuserete ma questa sera vi do la buona notte perchè sono leggermente stanca.

Non prima di dirvi che sono arrivate due nuove amiche.

Diamo le benvenute a effeggi

e a

paolina66

**Simona** Lunedì, 30 Maggio 2016 20:14

Isa mi spiace anche per la tua mamma.... 😞😞 per fortuna si è ripresa però vederli invecchiare è sempre triste .. 😞😞

**Simona** Lunedì, 30 Maggio 2016 20:11

Isa mi spiace invece x la tua testa.. nessuna tregua 😞😡

**Simona** Lunedì, 30 Maggio 2016 20:10

Isa Congratulazioni a tutti voi... 😊😊 bellissima notizia 😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Maggio 2016 18:59

Isa, ma che bella notizia, congratulazioni a tutti voi anche da parte mia.

E' bellissimo.

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Maggio 2016 18:59

Eccomi, il Dottor Di Lorenzo è partito 😞

Ora sistemo un po' casa e vedo se sistemare anche un altro po' di cosine.

**Piera** Lunedì, 30 Maggio 2016 16:10

Isa ma che bella notizia!!! tante congratulazioni a tutti voi, in particolare alla mamma, ma anche al fratellone al papa' allo zio .....tutti tutti 😊😊

**Isa** Lunedì, 30 Maggio 2016 15:47

Buon pomeriggio e buona serata a tutte voi. Vi mando un forte abbraccio.

**Isa** Lunedì, 30 Maggio 2016 15:45

Simona, peccato per la tua vacanza. Spero tu possa farla più avanti! Mi dispiace per la tua tosse e mi dispiace anche per te Annuccia. Spero possiate stare meglio al più presto. Lara, grazie per le mail che mi mandi. Interessante Cefalee Today e complimenti per gli incontri bellissimi che organizzi. Immagino che bello sarà stato rincontrarvi. Io ti aspetto eh....!

**Isa** Lunedì, 30 Maggio 2016 15:41

La cosa bella di questo mese è di aver scoperto che prima di Natale sarò di nuovo nonna! Finalmente mia figlia mi ha dato la liberatoria per potervelo dire. Spero tanto sia una femminuccia e spero di stare bene per darle tutto il mio amore.

**Isa** Lunedì, 30 Maggio 2016 15:38

scusate.... partito messaggio... dicevo che darò la colpa al tempo, un giorno caldo un giorno freddo.... o al fatto che non faccio più nessuna profilassi per mia scelta. Quando due notti fa è ripartito mi sono proprio demoralizzata e ho pianto parecchio.....

**Isa** Lunedì, 30 Maggio 2016 15:36

Anche se maggio non è ancora finito il mio resoconto è un disastro. Ho avuto mdt quasi ogni giorno tra prodromi dell'attacco, attacchi più o meno forti e code degli attacchi. Mi sono anche stancata di capire il perchè. Non lavoro fuori casa da tre mesi e

**Cris83** Lunedì, 30 Maggio 2016 15:35

ciao a tutti!

oggi va benino.. ho un po' di mal di testa ma sopportabile.. non vi ho ancora letto..

intanto vi mando un grosso abbraccio! 😊

**Isa** Lunedì, 30 Maggio 2016 15:33

In ritardo faccio tanti auguri a Piera e a Maria. Buon compleanno carissime!! Io ho festeggiato per modo di dire il mio 61 esimo compleanno il 19. Per modo di dire perchè ho rischiato di perdere la mamma in quei giorni. Poi per fortuna si è un po' ripresa ma anche stamattina sono andata da lei e la vedo sempre peggio.

**Maria9195** Lunedì, 30 Maggio 2016 11:48

Ciao a tutti.

anch'io in questo periodo soffro d insonnia. Dormo male e poco 😞😞😞.

naturalmente ne risente la mia testa... mal di testa a go.go oltre alla tensiva che rompe assai.

leri il mitico dottore mi ha suggerito un farmaco che dovrebbe calmare la mia tensiva e come effetto collaterale provoca sonno..... stanotte non è successo niente.... devo solo avere pazienza....

Comunque questo tempo non aiuta neanche un po' ... troppi sbalzi di temperatura....

**Simona** Lunedì, 30 Maggio 2016 11:33

Annuncia anche tu tosse 😞😞😞😞😞 non ci voleva proprio adesso.... spero possa placarsi stando riguardata....

**Annuccia** Lunedì, 30 Maggio 2016 11:31

LARA, sono felice che tutto sia andato per il meglio. Naturalmente, come sempre, non avevo dubbi

**Annuccia** Lunedì, 30 Maggio 2016 11:31

SIMONA, hai fatto bene a fare questa scelta, non potevi rischiare di stare male fuori. Recupererai più avanti.

**Annuccia** Lunedì, 30 Maggio 2016 11:29

Tosse, tosse e ancora tosse..... ieri avevo passato la giornata a tossire ed oggi non sono riuscita ad alzarmi dal letto. Niente studio..... sono talmente debole che non sono riuscita nemmeno ad alzarmi dal letto. Ora mi sto facendo una minestrina. In tutto l'inverno non ho avuto tosse, ma ovviamente arriva ora che dovrei stare bene. Vediamo se stando un po' riguardata recupero

**Simona** Lunedì, 30 Maggio 2016 11:20

Piera si certo se il tempo è così brutto meglio che a casa non sto da nessun'altra parte... comunque l'ho presa come un segno del destino... non essendo proprio ancora al top con sta gola forse è proprio meglio così 😊😊 la festa è andata bene... Tommaso era felicissimo e il regalo gli è piaciuto parecchio... 😊😊 guarda... mi hai proprio salvato con il tuo suggerimento. .. a me non sarebbe mai venuto in mente di regalare un trolley e mai avrei immaginato che ad un bambino piacesse così tanto.. 😊😊 grazie ancora 😊😊

Mi spiace x le tue notti... so che fatichi anche tu da tempo con l'insonnia ... 😞😞 poi il periodo pre-menopausa dev essere ancora più faticoso riposare e mettamoci anche un po di pensieri sparsi qua e là.. insomma.. riposare bene è quasi impossibile ma ne avresti proprio bisogno. .. 😞 Ho letto dei tuoi genitori... non ho commentato perchè non so bene cosa dire sai?... conoscendoti non saprei che parole dirti che ti possano essere di conforto.. credo che Giorgio abbia azzeccato il concetto con la sua frase... per fortuna hai un uomo come lui al tuo fianco che saprà esserti vicino sempre... 😊😊

**Piera** Lunedì, 30 Maggio 2016 11:13

Simona, forse è la soluzione migliore, anche perchè se veramente è brutto tempo, dovrei stare al chiuso, tanto vale che stai a casa tua!!! 😊 come è andata la festa ieri? il regalo al bimbo è piaciuto? anch'io passo notti schifosissime o non dormo e se dormo sogno robe orribili, la mattina mi sveglio stanca stanca 😞

**Simona** Lunedì, 30 Maggio 2016 10:43

Speravo di riposare al mare ma ho dovuto disdire... 😞😞😞 prevedono una settimana di acqua..temporali.. e cmq niente di bello... già il dottore mi aveva vivamente sconsigliato di andare in spiaggia dopo i 6 gg di antibiotici che ho finito ieri e con sto tempo tutt'altro che "da spiaggia " devo proprio rinunciare... 😞😞 il fatto è che a casa non mi riesco a riposare ne fisicamente ne mentalmente. .. e avrei proprio avuto bisogno di una boccata di ossigeno. ... niente... vabbe... che dire?avanti tutta.....

**nico26** Lunedì, 30 Maggio 2016 10:41

Buon lunedì a tutti/e

Auguroni!!!! in ritardo a Maria !!

A Piera li ho inviat icon Face 😞

che bella giornata rispetto a ieri che sembrava ottobre e tanta tanta acqua che non vi dico .

Un'aggiornata senza dolore speriamo

ps...ieri Fefte quanto ho letto della tua prima aurea mi son venuti i brividi!!!

Sapete che se non uso gli occhiali neri tutti i giorni e dico tutti ho delle piccole auree??

me li faccio incollare!!! 😊

**Simona** Lunedì, 30 Maggio 2016 10:38

Ross ... neanche io ho dormito se non 2 orette scarse.... 😞😞 E ora son qui che dopo aver accompagnato Mattia all'asilo e fatto un salto dal fruttivendolo preparo la cena x stasera perchè oggi ne ho da fare che non mi posso fermare 1 attimo.... 😞😞😞 Fatica. .. infatti a tratti sono presa dallo sconforto... ma poi mi distraigo subito con qualche compito. ..

**paula1** Lunedì, 30 Maggio 2016 10:07

Buon giorno a tutti...qui sole, ma tira un bel vento...oggi lavoro pomeriggio e c'è anche la mega direzione anzi ci sono i proprietari da Roma...fanno un incontro e un rinfresco...io credo che eviterò con cura 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Maggio 2016 09:51

Rossana, quando non dormivo niente per le notti insonni cercavo di recuperare un po' di giorno. ma tu ne hai un bel po' di giorno di cose da fare.

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Maggio 2016 09:50

Cri, sai che volevo ringraziare Enrica per i fiori e ho mandato il messaggio all'altra Enrica.

Poi per fortuna me ne sono accorta e ho ringraziato l'Enrica giusta.

Ero fusa.

Poi volevo dare a Mony un po' di farina e non so le volte che me lo sono ripetuta, alla fine mi sono dimenticata.

Ora le mando un messaggio

**rossana** Lunedì, 30 Maggio 2016 09:34

Buongiorno a tutte,  
non ho dormito un tubo...e adesso ho sonno.  
Pazienza, speriamo nella prossima notte  
Buon inizio settimana

**cri69** Lunedì, 30 Maggio 2016 07:58

Buongiorno a tutti, buon inizio settimana.  
Ieri giornata splendida in compagnia di nuovi amici e ritrovato quelli già conosciuti. Che dire di Lara e Gabriele? nulla ...sempre meravigliosi 😊

**Simona** Lunedì, 30 Maggio 2016 07:40

Buongiorno adorato forum

**mamma\_lara** Lunedì, 30 Maggio 2016 06:26

Buongiorno a tutti. Sono di corsa perché fra un po' arriva Emma e deve portare a scuola torta e biscotti.

**mamma\_lara** Domenica, 29 Maggio 2016 22:22

Buona notte e sogni belli per tutti. State bene se potete ♥

**mamma\_lara** Domenica, 29 Maggio 2016 22:21

Sono piena di abbracci e di emozioni, inutile, vi voglio bene ed è difficile contenere tutto l'affetto che mi portate.

Ho conosciuto nuove ragazze e tutte di una bellezza infinita. Ho rivisto la nostra Mony che è più in forma che mai.

Devo scrivere una mail importante e domani si replica, quindi portate pazienza ma qui in questi giorni il tempo è abbastanza importante.

Un abbraccio a tutti. Vi voglio come sempre un mondo di bene. ♥ ♥ ♥

GRAZIE

**feffe81** Domenica, 29 Maggio 2016 21:28

ANNUCCIA mi sa che le nostre teste fanno i turni...tu al mattino e io alla sera 😞

**rossana** Domenica, 29 Maggio 2016 20:31

PIERA sempre meglio avere comodi i nostri anziani, la giusta distanza poi è l'ideale.

E come dice il tuo saggio marito non serve preoccuparsi in anticipo, ma si fa sempre come si riesce.

Da che pulpito viene sta predica 😞

**rossana** Domenica, 29 Maggio 2016 20:29

Tanti auguri a PIERA e MARIA 😊  
Buon compleanno!

**Maria9195** Domenica, 29 Maggio 2016 18:50

AUGURI MIA CARA AMICA PIERA. 😊😊😊😊

**Cris83** Domenica, 29 Maggio 2016 18:35

Auguri Piera e Maria!!!

Io sono tornata da poco da Cecina.. C'è stato l'imbianchino e avevamo da pulire e risistemare i mobili. Ma poi mi è entrato un discreto mal di testa e ho preferito venire a casa.. Che se poi aumenta fare il viaggio diventa difficile!

Non vi ho letto ma vi mando un abbraccio ♥️👍

**Piera** Domenica, 29 Maggio 2016 18:11

grazie a tutte per gli auguri, VI VOGLIO BENE

**Piera** Domenica, 29 Maggio 2016 18:10

concludo : quello che potremo ,

**Piera** Domenica, 29 Maggio 2016 18:09

Lara spero anch'io che con i miei genitori vada tutto bene, mi sembra che averli qui sia meglio che averli lontano, il mio saggio grillo parlante (giorgio) mi ha detto che non mi devo preoccupare, la vita riserva a tutti , ad alcuni un po' meno, ad altri un po' di piu', questa fase dei genitori a "carico" , faremo come sempre q

**Maria9195** Domenica, 29 Maggio 2016 18:02

Ciao a tutte.

Grazie per gli auguri. Ti voglio bene

Oggi è stata una giornata SPECIALE: sono stata a Ferrara da Lara e ho incontrato il Dottor Cherubino 😊😊😊😊

Sono strafelice. Ho riabbracciato Lara e Cris e Monica.

Ho conosciuto finalmente Enrica.

Peccato che sono rimasta poco in loro compagnia. Mio marito doveva rientrare per il lavoro 🤔😞😞

**lile** Domenica, 29 Maggio 2016 17:29

Tantissimi auguri a PIERA e MARIA!!

E congratulazioni a CRI per il lavoro!! Sono contentissima per te!

Vi leggo sempre ma non mi va molto di scrivere... non so se è perchè ho calato il dosaggio del topamax ma il mdt in questi giorni si sta facendo sentire, insieme alle nausee continue... in più mi sono arenata di nuovo con la tesi e il mio umore e sotto le scarpe....

L'unica cosa bella è che mercoledì vado a conoscere il mio nipotino...

**feffe81** Domenica, 29 Maggio 2016 17:04

Si PIERA l'azienda per il 3 fa chiusura collettiva 😎

**Piera** Domenica, 29 Maggio 2016 15:35

anche per me il lunedì arriva troppo presto Feffe!!! 😊 pero' la settimana prossima abbiamo un giovedì festivo, Feffe la tua ditta chiude il venerdì? la mia no 😞

**feffe81** Domenica, 29 Maggio 2016 15:22

E niente, proprio non riesco a stare nel presente, sono stanca e lunedì arriva troppo presto 😞

**feffe81** Domenica, 29 Maggio 2016 15:20

Tanti auguri a PIERA e MARIA!

**paula1** Domenica, 29 Maggio 2016 15:13

Tantissimi Auguri di Buon Compleanno alle nostre Amiche PIERA e MARIA9195 😊

**paula1** Domenica, 29 Maggio 2016 15:13

Buon giorno a tutti...qui nuvoloso e a Bologna ha diluviato per un paio d'ore ben bene.....sono stata fortunata e non ho preso nulla...nè all'andata nè al ritorno...sono molto stanca...e a fine turno la testa non stava bene per niente...poi con l'aria appena uscita dal reparto si è ripresa e ora va molto meglio... 😊 meno male senza prendere nulla...

ora vado a riposare... 😴 se riesco...

**arianna** Domenica, 29 Maggio 2016 14:46

Tantissimi auguri a Maria e Piera !!!nn vi conosco ma x me ognuna di voi è importante condivido lo stesso dolore e sappiamo che nn è roba da poco....anzi!!! E so che ogni mia parola e ogni lacrima viene letta nel modo giusto cosa che invece nn riesco a fargliela capire a chi condivide con me ogni ora!!!buona domenica

**Annuccia** Domenica, 29 Maggio 2016 14:35

Anche oggi stessa solfa .. Impasticcsta e venuta dai miei. Tantissimi auguri a Piera e Maria vi abbraccio con tanto tanto affetto

**Simona** Domenica, 29 Maggio 2016 09:25

I miei uomini son partiti.. anche x Mattia oggi ,come x Nico, c è il torneo di calcio... io me la sono risparmiata perchè poi nel pomeriggio Gabriele va a lavorare ed io e Mattia andiamo alla comunione del vicino di casa... in realtà dovremmo solo salire una rampa di scale e sederci a tavola.. ma ho preferito saltare il torneo anche perchè i genitori saranno impagnati a far da mangiare..servire... insomma... ci sarebbe stato da lavorare ed io sinceramente sono già affaticata di mio.. andare a lavorare e poi nella confusione piu totale non mi pareva proprio il caso....

Ora mi faccio una bella doccia e capelli.. un po di yoga e meditazione. .. e poi vedo di preparare la valigia per l ospedale che è lì ma ancora vuota.... 😊

Buona domenica a tutti 😊

**Simona** Domenica, 29 Maggio 2016 09:21

Ross mi è piaciuta proprio tanto la tua frase sulle lacrime.. che da qualche parte dobbiamo pur far uscire il nostro dolore.... anche a me capita di piangere... è il mio modo di far uscire il dolore e lo sconforto... le lacrime non hanno età. .. fanno parte della persona... del suo modo di vivere e io trovo in loro conforto... sembra assurdo ma per me è sempre stato così. .. il calore che sento quando scendono sul viso hanno per me lo stesso effetto di un abbraccio consolatorio ... cerco di piangere sola e non farmi vedere perchè questo concetto di auto consolazione non lo capisce nessuna delle persone che mi circondano.. loro pensano a solamente sia segno di disperazione. ...

**Simona** Domenica, 29 Maggio 2016 09:16

Tanti cari auguri alle nostre amiche Piera e Maria... che possiate festeggiare senza dolori ma solo con belle emozioni che vi scaldano il cuore... 😊

**cri69** Domenica, 29 Maggio 2016 07:56

Buongiorno a tutti , buona domenica , qui ancora nuvoloso. Si prospetta una splendida giornata Andrò a conoscere Enrica , a riabbracciare Maria , a rompere le scatole a Lara ...che volete di più ? 😊 😊

**Piera** Domenica, 29 Maggio 2016 07:53

Grazie Lara,non hai sbagliato giorno 😊 augur cara anche a Maria

**mamma\_lara** Domenica, 29 Maggio 2016 07:46

Feffe, mi devi perdonare se ti ho detto che è meglio parlarne alla neurologa della tua aura. Non era per metterti in allarme, ma solo perchè è sempre meglio che qualsiasi cambiamento ci succede è sempre meglio informare il nostro medico o specialista.

Poi sicuramente non sarà nulla come non è mai stato nulla nessun cambiamento che è successo a me e alle nostre ragazze del forum.

Mi piacerebbe solo che tu fossi capitata con l'aura che da un MDT peggiore di quello senza aura. Speriamo tu abbia preso da me.

Solo in quello ehhh 😊

**mamma\_lara** Domenica, 29 Maggio 2016 07:41

Rossana, credo che come ami tu i tuoi fratelli nipoti e parenti ce ne siano poche di persone. E' un bene per loro e anche per te.

Una signora saggia quando ero bimba un giorno mi ha detto: "se hai la fortuna di invecchiare diventerai bella anche tu, gli anziani sono tutti belli allo stesso modo".

Io sono diventata bella e lo diventerò ancora di più.

Tu lo sei sempre stata e da anziana sai te quanti punti darai a tutta la famiglia 😊

**nico26** Domenica, 29 Maggio 2016 07:40

Buona domenica a tutti sotto qualche goccia di pioggia. Ieri si moriva dal caldo e son stata pur due orette al sole. ..oggi.....cambio di armadio c'e' freddino 😊

Oggi Nico ha una torneo di calcio e spero che almeno non piova tanto.

Ieri sera parlando con la mia amica cuoca ...gli ho fatto per me un po' pena vista che anche ieri sera improvvisamente da 5 eravam in 12 che verso le 21 mi telefona e dice: Dany pensavamo con mio marito che venerdì prox sab e dom mattina siamo da te così' dato che ho troppa roba in freezer te la porto un po'.

Dio grazia che amore di telefonata.

L'adorooooo

Ora via di corsetta finché piove pochetto

**mamma\_lara** Domenica, 29 Maggio 2016 07:38

Buongiorno a tutti. Oggi avrò poco tempo così vi saluto ora.

Mi sembra sia anche il compleanno di Maria e di Piera, quindi faccio gli auguri a tutte e due. Maria oggi la vedo e glieli faccio di persona, Piera non so se la vedrò. 😊

Auguri a pieni mani e con il cuore colmo di affetto.

Vi voglio bene.

Nel caso avessi sbagliato data, portate pazienza, non immaginate quante date sbaglio 😊😊😊

**rossana** Sabato, 28 Maggio 2016 22:39

FEFFE è vero, quando ci siamo conosciute avevo i capelli mossi ed era mosso naturale.

Era la mia fase ormonale riccia.

**rossana** Sabato, 28 Maggio 2016 22:31

PIERA mi dispiace per tuo papà....., questi passaggi sono tristi e accettarli richiede tempo. Ma spero si mantenga in una fase "leggera".

**rossana** Sabato, 28 Maggio 2016 22:22

PAULA capisco bene cosa intendi: strane compensazioni...ma è così.

**rossana** Sabato, 28 Maggio 2016 22:21

CRI sono troppo contenta per questo lavoro che mi pare proprio anche bello.

Sei una forza, brava.

**rossana** Sabato, 28 Maggio 2016 22:20

ANNUCCIA io di dolore soffro da molti anni e forse ho avuto periodi peggiori di questo.

Ma di piangere mi capita ancora, eccome.

E credo mi faccia bene, mi sfogo.

Ormai poi sono senza ritegno, peggio che nelle telenovelas: con o senza Alberto.....più da sola ma mi è anche capitato con lui.

E d'altra parte sto dolore da qualche parte dobbiamo pur farlo uscire.

**rossana** Sabato, 28 Maggio 2016 22:14

Care amiche, siete troppo carine... 😊

E a proposito della mia bellezza adesso vi racconto di un episodio vissuto in famiglia tanti tanti anni fa.

La sorella di mio nonno, il papà di mia mamma, zitella novantenne severa ma che a noi figli di nipote

ha voluto un gran bene, era solita fare la classifica di chi dei miei fratelli era il più bello. In un pranzo che non dimenticherò mai puntualmente ha fatto la classifica comunicando che il fratello minore era a 20 anni talmente bello da aver superato Franco e Mariano veniva per ultimo. Gli astanti: e la Rossana?  
" la guida bein la machina" , traduco: "guida bene la macchina" perchè si fidava solo a salire con me. Diplomatica vero???? 😊😄

**feffe81** Sabato, 28 Maggio 2016 21:53

CRIS grazie del pensiero affettuoso, spero che il tuo "benino" di oggi sia duraturo 😊

**feffe81** Sabato, 28 Maggio 2016 21:51

MAMMALARA dirò dell'aura alla neurologa, ho già la visita prenotata a giugno...quanto all'ansia...non è tutto in mio potere e avendo poche energie sono sopraffatta...oggi volevo riposare ma comunque avevo delle cose da fare e nel pomeriggio sono uscita: a Modena c'è un festival "città olistica", ho sentito due interventi interessanti e fatto un giro tra le bancarelle con le mie amiche. ANNUCCIA ci credo che ti veniva da piangere, quando il mdt ritorna di continuo si fa fatica. Per l'aura ho pensato anche a te...vediamo quanto sarà frequente, forse dovrò cambiare strategie di "preparazione all'attacco"

**paula1** Sabato, 28 Maggio 2016 19:35

Buona sera a tutti...caspita..sta arrivando il brutto tempo e dire che oggi a Bologna ci saranno stati 30°C 😊 speriamo si sfoghi stanotte perchè domani mattina devo andare al lavoro.. ho cercato di riposare un po', ma mi è davvero difficile...ogni volta che mi stendo mi sembra che i muscoli brucino...paradossalmente sto meglio in piedi...  
MAMMA LARA anche io cerco di "difendermi" proprio come dici e cioè pensando che sono davvero limitati...sembra che alla fine si scordino di quello che dicono.....  
oggi è contento: ha trovato il primo fungo porcino della stagione...ora è al bar a guardare il rugby e tra poco scendo anche io...non faremo grandi cose...  
ROSSANA è vero che mi arrabbio per queste "situazioni", ma poi penso che davvero i nostri caratteri, agli antipodi certamente, alla fine si compensino...

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 18:55

Scusate ma devo scappare

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 18:54

Cris, mandami un messaggio domani per salutare il Dottor Di Lorenzo. Di certo me lo dimentico.

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 18:53

Piera, ho letto dei tuoi genitori e non so che dire. Spero vada tutto bene. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 18:52

Rossana, anche a me Emma piace per come sta crescendo. Fa sempre attenzione a quello che dice per paura di far male a qualcuno.

I suoi genitori sono proprio bravi. 😊

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 18:51

Rossana, lo so che la fama di quella che di bellezza non ne capisce niente ce l'ho, però non posso farci niente.

Io dico come ti vedo, poi se vuoi far bene inizia a vederti anche tu come ti vedo io che va bene. 😊



Per anni mi sono sentita dire che ero brutta come i debiti. Da bambina ha fatto danni enormi e non c'era verso di far capire a quei buzzurri che me lo dicevano che mi faceva un male bestia questa cosa.

Pensa che nonostante questo non riesco ad odiarli.

Io sono bellissima e lo sono sempre stata. To mo.

Poi tu sei una bella signora davvero. RASSEGATI ... to mo 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 18:47

Crilo, ha ragione Simona, sai che io scrivo anche quando vado a fare pipì. Ora per pudore 😊 alle volte dico che sono al telefono. 😊

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 18:45

Annuccia, quando gli anni passano, anche se non sono poi tanti quelli che abbiamo, dobbiamo valutare bene le nostre forze e le nostre capacità. Dire basta va bene anche se non si sta molto male. Possiamo farlo anche quando stiamo bene. 😊

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 18:43

Annuccia, però glielo devo dire che ora i postini hanno talmente tanto da fare che non hanno neppure il tempo di respirare e sarà sempre peggio.

Spero proprio che nulla osti l'intervento. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 18:41

Annuccia, la devi vedere Emma quando gira in paese, saluta anziani e meno anziani, non gliene scappa uno. Alle volte capita che non la riconoscano allora le dicono. "ma chi iet bela putina" (ma chi sei bella bambina) e lei subito risponde che è la nipote della nonna Titti. Basta la parola e i complimenti si sprecano. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 18:36

Ma dite che ne ho da fare???? 😊😊😊😊  
Giro a destra e manca da stamattina. 😊😊😊😊  
Se non mi sedevo stramazavo. 😊😊😊😊

**Annuccia** Sabato, 28 Maggio 2016 18:27

LARA, con due nonne "spepe" non poteva uscire che una bimba "super spepa"!!!! 😊

**Annuccia** Sabato, 28 Maggio 2016 18:26

SIMONA, anche a me piacciono molto i capelli mossi , credo anche che si mantengano meglio nel tempo 😊

difatti non capisco proprio chi usa la piastra per lisciarli a tutti i costi.

PAULA, fai bene a prendere qualche decisione in autonomia.

**Annuccia** Sabato, 28 Maggio 2016 18:23

ROSSANA, anche per me sei una donna piacente e delicata.

FEFFE, combatto con le aure da anni, come sai, e capisco che nel tempo si manifestano in modi diversi, le mie stanno subendo strane evoluzioni. So che dovrei andare a parlarne con il medico , ma ancora non ho tempo per altra carne al fuoco.

CRILLO, le fatiche sono sempre tante e le nostre valgono doppie.

NICO, non ci voleva questo "ritorno", sono terrorizzata che accada anche a me.

**Annuccia** Sabato, 28 Maggio 2016 18:19

Rieccomi a Roma. Avrei dovuto fare tante cose a Santa, ma non ho potuto fare nulla, stamani solito risveglio con MDT feroce, mi sono anche messa a piangere.... Roberto però non mi ha vista. Roba da pazzi piangere a 55 anni per il MDT che ho alle calcagna da quando ne avevo 20.

leri avevo poi trovato una donna che poteva andare a pulire la casa dei miei mi ero pure messa d'accordo e mamma all'ultimo minuto mi ha detto che era meglio che non andasse, allora ho disfatto il programma, che pazienza!!!! stamani però ho ringraziato il cielo non avrei potuto fare nulla . Mi sono un po' ripresa verso le 10.

**Simona** Sabato, 28 Maggio 2016 13:45

Crilo.. non ti scusare... qui siamo tutti nella stessa barca e ti posso dire che per me con mdt e ciclo rifare i letti... lavatrice e sistemare le scarpe è già una gran bella fatica. .. sei stata bravissima a fare tutte queste cose... se puoi ora riposa... 😊

**crilo** Sabato, 28 Maggio 2016 11:52

Per fortuna oggi non lavoro.

La testa proprio non va e non posso nemmeno faticare troppo xchè ho la nevralgia diffusa in tutto il

viso ed è come se da dentro qualcuno mi stesse gonfiando la capoccia con un compressore..... my God! 😞

Ho sistemato tutte le scarpe primaverili/estive mie e delle ragazze, messo le invernali nello sgabuzzino alto, messo da parte quelle da dare via. Ho cambiato le lenzuola a tutti i letti e attaccato la lavatrice. 😊

Scusate se spesso scrivo ciò che riesco a fare durante la giornata. So che possono sembrare cose scontate, ma so anche che voi comprendete bene che per persone come noi niente è scontato, anche la routine si porta avanti con fatica. 😞

**rossana** Sabato, 28 Maggio 2016 10:44

Esco a ritirare il pane e bevo un caffè.  
Mi ci vuole, la testa ha risentito del lavorio della permanente.

**rossana** Sabato, 28 Maggio 2016 10:43

E a proposito della Beautiful reggiana ovviamente si parlava di coppie apparentemente perfette e famose a Reggio e oltre.  
Ehoehh.....

**rossana** Sabato, 28 Maggio 2016 10:41

SIMONA anche mia suocera dice pure quello....ma secondo te in questa selva dove cavolo infilo il pettine e poi lo ritrovo la prossima estate.....  
La mamma che pure notava i miei difetti non mi diceva niente ma tentava con una mano di fare piccoli aggiustamenti e osava delicatamente proporre qualche ciappettino....  
Ma che tenere tutte e due.....

**rossana** Sabato, 28 Maggio 2016 10:39

PAULA anche a me dispiace sentirti ferita o afflitta o giù di corda per le cose con Fausto.  
Se può aiutarti io da persona che nella coppia non può dire di stare male, questo proprio no, ma di fatica ne faccio come ne fa mio marito.  
E' un lavoro continuo e nel nostro caso, forse paradossalmente, ma più andiamo avanti negli anni più lui si arrocca sulle sue posizioni e persegue quel che gli piace fare punto stop.  
Ma non lo dico io eh, lo ammette e ammette anche che non riesce a fare diversamente.  
Questo non "riesco" se devo dire la verità in certi momenti mi fa abbastanza inca@@are e mi viene da tradurlo in "non voglio".  
Poi però valuto l'insieme, ascolto i miei sentimenti, il cuore proprio e sento che senza questo perfetto zuccone starei peggio.  
Io credo che le coppie con affinità elettive caratteriali e lallallallalla non siano tantissime.  
In ogni caso alla fine stando ad ascoltarci dobbiamo capire se il bilancio è in positivo o in negativo.  
Se stiamo più male che bene allora o decidiamo che si accetta punto o si tenta di cambiare.  
So bene sai cosa vuol dire accettare a date condizioni?  
Vuole dire che ogni tanto ti si aizza il diavolello dentro e vorresti fargli un bel reset della mente per avvicinarlo ma, a parte che non è al momento possibile, in altra versione credo non mi piacerebbe nemmeno più.  
Devi anche provare a pensare che forse voi siete una coppia fatta così, vi volete bene ma avete bisogno (o hai bisogno) di "taccagnare" come dico io, di pungolarlo e lamentarti.  
I miei suoceri lo hanno fatto per una vita intera ma si sono voluto bene comunque, alla loro maniera.  
Poi che i miei sogni vadano a coppie ideali ehe he beh, anche questo capita ma non è il mio caso che pure ideale lo è comunque.  
E aggiungo poi chiudo dopo aver cenato coi miei fratelloni mercoledì sera ed aver sentito racconti di dissolutezza di costumi di persone che conosciamo che Beautiful gli fa un baffo sai cosa ho fatto tornata a casa?  
Ho dato un bacio ad Alberto che dormiva e mi sono detta: guarda Ro, è rigido ma ha dei valori.  
Io per quel che ho sentito mercoledì sera sono ancora a bocca aperta.  
Non so come se la passino a Los Angeles, a Reggio per essere una piccola città direi che siamo mooolto avanti.  
Poi per carità, non prendetemi per un bigotta o che però ammazza.....non tenevo dietro

agli incroci.

Aiuto 😊

**Simona** Sabato, 28 Maggio 2016 10:33

Ross 😊😊 mi hai fatto venire in mente mia nonna che mi diceva sempre "pettinati un po quei capelli " ma con i ricci come si fa??? lo ho sempre avuto la criniera in testa e ora come ora non cambierei con il liscio. . Di solito sono molto magra per cui il volume in testa compensa un po con le mancanze qua e là...

Pensa che invece io ti trovo proprio una bella signora di classe ... come dice Lara.... proprio vero che ognuno di noi dovrebbe guardarsi con gli occhi del forum... ci vedremo tutte piu belle ..piu forti... e vedremo tutti i pregi che abbiamo e che non riusciamo a riconoscere... 😊

Lara ..Emma è fantastica... mi piace proprio un sacco com'è e come sta crescendo... certo non potrebbe essere diversamente con gli esempi che ha.. 😊

**rossana** Sabato, 28 Maggio 2016 10:26

Comunque il primo esame capelli l'ho superato stamattina.

E' passata mia suocera in passeggiata di 3 metri per due con la signora e mi ha detto: ma quanti capelli che hai!?!?

E' un ottimo responso, di solito non vanno bene: o sono troppo lunghi o troppo spettinati o fermati il ciuffo che non si vede il viso o o o .....

Per Alberto vedremo ma di solito il volume gli piace di più dei capelli come dice lui "lessi".

**rossana** Sabato, 28 Maggio 2016 10:24

Buongiorno a tutte,

LARA sei molto carina e affettuosa ma non affidabile nelle tue valutazioni.

Io non sono bella ma fa lo stesso, non ci ho mai fatto una malattia.

E a dire il vero da giovanetta non ero male.

Però grazie, prendo il complimento come una carezza.

Per EMMA mi piace troppo la sua personalità, il fatto che dica chiaramente che vuole fare un lavoro che le permetta di stare a contatto con le persone (per non dire chiacchierare) e mi piace molto il fatto che tu in quanto nonna le riconosca questa attitudine.

Poi devo dire che in lei un po mi ci rivedo 😊

**Cris83** Sabato, 28 Maggio 2016 09:57

Buongiorno.. Oggi va benino!

FEFFE pure l'aurea ora.. Tieni duro e cerca di riposarti un po'!

MAMMA LARA salutami il dott. Di Lorenzo e mi raccomando fai la brava segretaria..

Emma che attacca bottone con tutti è proprio tua nipote! 😊

Un abbraccio a tutti e buona giornata! ♥

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 08:53

Ho pochissimo tempo quindi Arianna ti rispondo quando di tempo ne avrò abbastanza.

Ma ti do ragione, l'anima che sta male è una delle peggiori malattie

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 08:51

Feffe, ma pensa te hai iniziato l'aura. Però siccome sei iscritta ad Al.Ce. Fai una domandina ai medici del sito e senti cosa dicono. Oppure puoi sempre dirlo alla tua specialista.

Non ci sarà nulla di nulla, ma è sempre meglio che quando il MDT cambia il nostro medico lo sappia. Poi non succede nulla tanto io ce l'ho da sempre e non mi è mai successo niente con tutte le aurore che ho avuto.

Pensa che anche adesso ce l'ho spesso, solo che a me il dolore dell'aura non è molto meno forte dell'altro e dura anche molto di meno. Diciamo una pacchia 😊😊😊

Bellissimo trovare conforto in persone che abitano lontane da noi.

Questo è merito del nostro Forum e di chi vi fa parte. GRAZIE

Per il lavoro di certo sarà dura, mica è un lavoro semplice il tuo. Fai quello che puoi. Immagino però sia faticoso gestire l'ansia che porta un lavoro del genere. Poi se ci metti anche tutto il resto che una persona vivendo da sola deve gestire penso sia proprio molto difficile.

Bisognerebbe riuscire a non pensare a ciò che devi fare dopo. Alle volte mi capita di riuscire a fare così e l'ansia proprio non mi viene. Ma sta lì la cosa difficile, riuscire a farlo sempre.

Mahhh, sarebbe come aver scoperto un nuovo mondo riuscirci

**crilo** Sabato, 28 Maggio 2016 08:50

Correzioni

Roba smessa

Fast food



**crilo** Sabato, 28 Maggio 2016 08:46

Buongiorno ragazze.

Oggi giornata dura, ciclo a go go e testa parecchio disturbata.

Pian pianino sto cercando di fare comunque i cambi di stagione di indumenti ed accessori. Sapete quanta roba stessa trovo nei cassetti!

Meno male che in giro per Elmas hanno piazzato i raccoglitori per l'usato li sto riempiendo da sola!



Ieri ho trascorso un bel pomeriggio con la mia amica Anastasia, chiacchiere, piccoli acquisti, pranzetto insieme al fast fondo. .... davvero molto piacevole. 😊

Cercherò di muovermi x casa e fare ciò che posso.

Un abbraccio dalla vostra Crilo 😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 08:39

Paula, hai fatto proprio bene a prenotare.

Per il lavoro Fausto se ne farà una ragione. Se toccasse a lui modificare gli orari, cosa farebbe. Già sei tu in difficoltà poi ci si mette anche lui mica va tanto bene.

Dovrebbe capire 😞😞😞😞 Mahhh

Potresti risolvere pensando che lui arriva lì e più avanti non va, a me aiuta certe volte questo atteggiamento.

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 08:36

Crilo, se non mi avessero riparato la linea avrei sclerato in breve tempo. Con tutto quello che devo scrivere e leggere mi serve un monitor grande poi non è che il mio cambiava parole, mi metteva parole attaccate e mi giungeva o cambiava le lettere. Alla fine ho lasciato perdere e pubblicavo così come veniva.

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 08:34

Rossana, tu hai un faccino che sta bene con tutte le pettinature. Almeno io ti vederei bene in tutti i modi.

Chissà, penso che ci siano persone che sono belle con tutto e stanno bene con tutto. Tu sei una di queste.

Sono certa che Alberto apprezzerà 😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 28 Maggio 2016 08:31

Buongiorno a tutti

Sono in piedi da un po' per preparare ogni cosa in ordine, behhh, la parola ordine è grossa se pensate che fra meno di 40 minuti arrivano le barabegoline a farcire torta e biscotti, diciamo che ho messo in

ordine la stanza del Doc. poi per il resto faremo dopo. 😊😊😊 Penso che avrò nutella sparsa ovunque. Poi so anche che avranno cose da stampare da portare a scuola lunedì per rendere al meglio quello che stanno facendo. La scuola che frequentano fanno un sacco di iniziative interessanti e questa si chiama Dante Expo. Sono proprio contenta che Emma venga a scuola qui. Così sentirà meno il distacco per passare alle superiori quando sarà il momento. Poi è barabegola come la nonna, si è adattata subito alle nuovi compagni e compagne di classe. Però siccome anche l'altra nonna non è da meno il destino di Emma era segnato ancora prima che nascesse 😊😊😊😊😊😊  
Pensate che quando aveva circa 4 anni diceva che voleva fare la postina, così poteva fare un sacco di chiacchiere con tutti quando andava a consegnare la posta. Questa la dice lunga 😊😊😊😊😊😊

**cri69** Sabato, 28 Maggio 2016 08:20

Buongiorno a tutti , qui sole 😊.  
Monica iniziamo l'8/6 😊 ..  
Ci voleva questa botta di c..., si cambia aria , si sta impegnati e si guadagna qualcosa che è essenziale 😊😊.  
CRIS ho portato i tuoi saluti a Birba che ricambia 😊.  
Mi metto in moto a fare qualcosina ...a poi.

**Simona** Sabato, 28 Maggio 2016 08:20

Buongiorno adorato forum

**nico26** Sabato, 28 Maggio 2016 08:08

Un buon sabato a casa e .e.e.....il ciclo di nuovo 😊😊 improvviso 😊😊 .Ma  
Nooooooooooooo!!!!!! 😞  
In effetti stanotte alle 3 mdt alluciante dietro la nuca pulsante ma stavo in silenzio e tra pezzi e bocconi sono arrivata alla mattina.  
Uffa non lo voglio sto da Dio senza!!!!  
Beh....avanti pure e pensiamo al week ed alla bella giornata di oggi dove montiamo la nuova piscina x nico con l'acqua salata cosi' con questa non mi muovo piu' di casa 😊😊  
Io sto troppo bene in casa ed anche ieri quando due mie amiche sono andate ai Lidi ferraresi con le bimbe perche' i bimbi domani hanno un torneo tutto il giorno e mi hanno chiesto vieni con noi ....io scusate sto bene a casa a far le mie cosette!!!  
Piera ti invio x Face il nome 😊😊

**arianna** Sabato, 28 Maggio 2016 00:51

Tristezza ...rabbia ...rancore..delusione ..impotenza....vorrei tanto poter parlare liberamente ma sono sempre vincolata da questo mondo virtuale!!una serata che ho capito che ci sono dolori molto più forti dei mdt ...I dolori Dell anima quando te la calpestano quando te la violentano e non puoi fare niente xke è troppo fragile !!!!x l a prima volta vorrei avere mdt !!!!notte

**feffe81** Venerdì, 27 Maggio 2016 21:13

Al lavoro sono ripiombata in uno stato di eccessiva ansia 😞 che mi ha prosciugato tutte le energie, inoltre tutti i giorni di questa settimana ho avuto impegni dopo il lavoro (yoga, cene, gommista etc.) quindi mai un attimo di respiro. Da stasera DEVO fermarmi altrimenti non sopravvivo

**feffe81** Venerdì, 27 Maggio 2016 21:11

CRIS sono molto contenta per il tuo lavoro!! e poi che bello avere a che fare con i bimbi 😊  
ROSSANA quando ti ho conosciuta avevi i capelli ben mossi!  
ANNUCCIA mi spiace per gli attacconi mattutini 😞 spero non stiano annunciando il ciclo, visto che creerebbe complicazioni...

**feffe81** Venerdì, 27 Maggio 2016 20:49

ciao a tutti, per me settimana parecchio difficile, sono troppo stanca e con troppa ansia...oggi pomeriggio per la prima volta in vita mia mi è arrivata un'aura! mentre ero in meeting...per fortuna non mi sono spaventata, ho riconosciuto quello che avevo letto e i disegni che avevo visto nel libro di

Sakcs 🙄 poi ringrazio il supporto di SIMONA e ROSSANA che ho contattato per avere conferma che non fosse roba da andare al pronto soccorso. Mi è durata una mezz'ora e poi è partito il dolore. Tutto da manuale insomma

**paula1** Venerdì, 27 Maggio 2016 20:34

Buona sera a tutti..la giornata di riposo volge al termine...vado a guardare la tv poi nanna...perchè domani lavoro di mattina...la cosa buona è che ho prenotato da dormire a Pavia....e questo è fatto !



Buona notte a tutti 🙄

**crilo** Venerdì, 27 Maggio 2016 20:11

Ho aiutato Elisa a preparare la verifica di recupero di storia per domani 😞

La cosa mi ha impegnata parecchio, anche perché ho la testa mal messa a causa del ciclo.

Vado di sotto a preparare un pò di cena.

MAMI, che belline le bambine che cuociono i biscotti! 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Maggio 2016 18:26

Vado a fare la cena.

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Maggio 2016 18:26

Paula, anche i migliori compagni alle volte dicono cose che ti fanno male. Solo che se ne dice una dietro l'altra è difficile passare oltre

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Maggio 2016 18:25

Ecco fatto, Emma ha cotto i suoi biscotti ma mica potevo farle mancare la supervisione, facevo altro mentre lei faceva le sue cosine, ma senza darlo a vedere prestavo attenzione anche a lei.

**Cris83** Venerdì, 27 Maggio 2016 16:31

PAULA mi dispiace che con fausto ci siano sempre questi dissapori! un abbraccio forte..

**Cris83** Venerdì, 27 Maggio 2016 16:30

Che bello CRI il nuovo lavoro!!! Grande!! E salutami tanto Birba! Mi ha fatto tanto piacere conoscerla.. lo dico a te perchè non so se qui legge!

**Cris83** Venerdì, 27 Maggio 2016 16:29

ROSS sono contenta di risentirti un po' più spesso qui sul forum.. ci sei mancata! 😊

**Cris83** Venerdì, 27 Maggio 2016 16:28

Notattaccia e mattinata k.o... ma oggi pom molto meglio e sono riuscita a venire a lavoro

CRILLO menomale che la tua amica sta bene e anche il piccolo.. gli mando tanti pensieri positivi in ogni caso, fanno sempre bene! 😊

MONICA mi dispiace tanto per tutti i tuoi problemi e onda di negatività che ti travolge.. ti auguro un po' di serenità! Forza e tieni duro!

Mi piace davvero tanto lavorare con i cani, faccio poca roba, spiego magari il gioco delle palline o altre cosette, sempre tutto seguita da lui, ma mi aiuta tanto ad acquistare un pochino di sicurezza, non è tanto i cani, quello mi viene facile e con le persone che ho le difficoltà maggiori! ma seguire qualcuno più esperto è molto utile. peccato che non è proprio a due passi da me, è a firenze, devo fare quaranta minuti di macchina ogni volta.. cercherò di trovare qualcuno nella mia zona.. finchè riesco comunque vado là, dato che mi trovo bene!

**Annuccia** Venerdì, 27 Maggio 2016 15:36

PIERA, peccato, non solo per lo "sgrosso"!!!!

è una grande notizia quella dei tuoi genitori, ti auguro quello che tu più desideri.

**Piera** Venerdì, 27 Maggio 2016 13:49

Non vi ho ancora detto che i miei genitori tornano a Bologna per sempre, dovrebbero arrivare i primi di agosto!! mio padre perde colpi e mia madre si e' resa conto che in Veneto e' completamente sola 😞

**Piera** Venerdì, 27 Maggio 2016 13:47

Annuccia che peccato che siamo lontane, ti manderei la mia impresa.....in questo periodo "sgrossiamo" un sacco di appartamenti, siamo mooolto bravi !!!! 😊

**Annuccia** Venerdì, 27 Maggio 2016 13:41

Povero Valerio, lo capisco tanto. Ecco, anche perché, non bisognerebbe mai fare figli unici.

**Annuccia** Venerdì, 27 Maggio 2016 13:40

Oggi pomeriggio andiamo a Santa M. volevo far pulire la casa dei miei, ma non trovo nessuno che possa venire. Io me la sto pulendo piano piano da sola.

**Monica** Venerdì, 27 Maggio 2016 13:40

PIERA grazie. Oggi si è alzato ed il chirurgo ha detto che se va tutto bene domenica lo dimette. Lui è preoccupato per la moglie e sa il sacrificio che sta facendo Valerio in questi giorni, che si divide tra lui in ospedale e la madre a casa. Penso poi che bisognerà trovare un'altra soluzione

**Annuccia** Venerdì, 27 Maggio 2016 13:39

ROSSANA, hai fatto bene per la permanente. Io la feci tanti anni fa e mi pentii amaramente. Sono troppo abituata a vedermi liscia che non mi sentivo a mio agio. Ma certamente erano comodi e sembravano sempre puliti.

PIERA, quando andrò il 1° chiederò, ma loro evitano perché mi avevano già avvertita di una ecografia due giorni prima per evitare il possibile problema.

**Monica** Venerdì, 27 Maggio 2016 13:33

ROSSANA hai fatto bene se ti è più facile gestirli. I miei capelli negli ultimi anni sono cambiati e non sono di facile gestione, non sono né lisci né ricci. Ogni volta che li lavo mi viene male perché devo perderci un sacco di tempo e stanno sempre male 😞  
Dai che tra poco vai al mare e spero proprio che trovi bel tempo

**Piera** Venerdì, 27 Maggio 2016 13:20

Rossana la permanente fatta bene e' una gran cosa, vedrai che te la godi al mare!!! 😊 Monica mi dispiace per tutti i problemi, speriamo che tuo suocero stia bene presto!!

**Piera** Venerdì, 27 Maggio 2016 13:18

Qui in ospedale Annuccia, fanno l'isteroscopia anche se hai le mestruazioni, magari ci si sente a disagio, ma non e' precludano altro, mi ha hanno detto??? 😊

**rossana** Venerdì, 27 Maggio 2016 13:07

Ieri mi sono armata di coraggio e sono andata dal parrucchiere dove ho fatto la permanente. Riprovo.. ormai i miei capelli sono talmente dritti da essere ingestibile. Vediamo.... mi piacciono, ma bisogna che siano funzionali nella gestione.  
Stasera o domattina rientra Alberto da una trasferta e, ignaro di tutto, prenderà paura 😞

**rossana** Venerdì, 27 Maggio 2016 13:02

CRI che notizia quella del lavoro! 😊  
E davvero commovente la vicinanza di tua figlia.  
Con lei accanto non temi nulla.  
E' una rinascita....  
Brava!

**rossana** Venerdì, 27 Maggio 2016 12:59

Buongiorno a tutte,  
sono in piscina. Dato che ho saltato delle lezioni oggi ci tengo a salutare la ragazza che mi segue e dirle anche che intendo riprendere al ritorno dalle ferie.

É una ragazza stupenda, a parte la sua preparazione ha garbo e sensibilità quindi con l'attenzione arriva dove altri non ce la fanno.

**Monica** Venerdì, 27 Maggio 2016 12:26

Anche in ufficio tira un'aria pesantissima. Il nuovo direttore delle risorse umane è peggio di Hitler, da ordini e regole solo ad alcuni dipendenti e guai ad esprimere il proprio pensiero, non da assolutamente modo di parlare. Mi ha fatto una telefonata (che peraltro ero ancora a casa in malattia) allucinante, dove mi ha detto che io sono sempre quella polemica, quella che da fastidio, che ha sempre da ridire. E non mi ha dato alcuna possibilità di rispondere. Io quando le cose secondo me non vanno, chiedo e dico la mia. E' sbagliato? Per me no, solo che ho capito che qui non dirò più nulla e alla prossima riunione non aprirò bocca

**Annuccia** Venerdì, 27 Maggio 2016 12:14

CRILLO, grazie bella dritta quella del pangrattato! un sottile strato e poi il ripieno?????

**Annuccia** Venerdì, 27 Maggio 2016 12:13

Buongiorno a tutti!

stamani risveglio feroce come ieri! spero solo che non siano avvisaglie di mestruazioni in arrivo (non le ho da febbraio) altrimenti mi salta l'intervento del 9 giugno. Il 1° mi hanno chiamata ieri per la preospedalizzazione.

CRI, sono felice che qualcosa giri bene, è solo l'inizio 😊 stai tranquilla.

MONICA, che dire ..... non c'è via d'uscita, la vita va affrontata così come viene... anche la mia aspirazione è la serenità 😊

**Monica** Venerdì, 27 Maggio 2016 12:05

Qui da me problemi su problemi 😞 e devo dire che mi sono anche ampiamente rotta.

Ieri il papà di Valerio è stato operato d'urgenza, appendicite retrocecale. Gli hanno dovuto asportare anche una parte di intestino, l'hanno preso appena in tempo.

Non sappiamo più dove mettere le mani per gestire tutto e certo che non ci voleva. Vorrei solo un po' di serenità perchè alla felicità ormai non aspiro più da tempo 😞

Il mdt è da una settimana che rompe parecchio e non posso stare a sentirlo, quindi ho abusato di triptan e indometacina. Anche il piede continua a fare male, ma d'altra parte stare ferma non è possibile.

Andiamo avanti tanto non c'è alternativa nè scelta

**Monica** Venerdì, 27 Maggio 2016 11:59

CRILLO spero anche io che la tua collega stia bene.

CRIS che bello che stai mettendo a frutto quello che hai studiato!

**Monica** Venerdì, 27 Maggio 2016 11:58

Buongiorno a tutti. Sono di poche parole .....

CRI sono contenta per il lavoro, che poi credo sarà anche divertente. Sempre meglio che raccogliere la frutta alle 5 di mattina 😊 Così almeno avrai anche la mente occupata. Quando inizi?

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Maggio 2016 11:32

Scusa Crilo, dimenticavo di fare gli auguri alla tua amica, speriamo stiano bene lei e il bimbo fino alla fine della gravidanza.

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Maggio 2016 11:31

Scappo

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Maggio 2016 11:31

Crilo, pensa mamma con il pan grattato risolveva un sacco di cose in cucina. Pangrattato e fagioli 😊

Grazie cara per la condivisione. ♥

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Maggio 2016 11:30

Cri, no felicissima per il tuo lavoro, meno male che qualcosa va dritto.

Brava brava e mi unisco a te nel ringraziare la nostra Birba che ha un cuore grandissimo. ♥

**mamma\_lara** Venerdì, 27 Maggio 2016 11:28

Buongiorno a tutti.

E' tutta la mattina che impasto.

Ho fatto una torta per Emma e Matilde, la devono farcire domani mattina e portarla a scuola lunedì.

Ho fatto anche delle roselline di zucchero così la decorano pure.

Ho fatto una tortina per il Dottor Di Lorenzo così questo fine settimana avrà anche una fettina di torta.

Ho impastato le tagliatelle usando la farina con pochissimi carboidrati e ho impastato pure i biscotti che oggi pomeriggio Emma dovrà cuocere, anche quelli per la scuola.

Devo fare delle etichette con gli ingredienti in modo che se ci sono bimbi allergici a qualche alimento sapranno quali evitare. Intanto ho usato un burro senza lattosio, così almeno quello è sistemato.

Ora devo stendere la pasta delle tagliatelle e fare le etichette che anche quello non è facile riuscire a centrare le etichette adesive pre-tagliate

**Piera** Venerdì, 27 Maggio 2016 10:48

ma che bello Cri vieni nel mio comune!!! ci vedremo 😊

**cri69** Venerdì, 27 Maggio 2016 10:38

PAULA siiiii certo vengo a S .Lazzaro a fare l'educatrice nel centro estivo . Devo ringraziare mille e mille volte Birba ...vado con lei 😊

**paula1** Venerdì, 27 Maggio 2016 10:30

CRI69...evviva..in tutto il trambusto...finalmente una buona notizia.....poi, se ti va, ci dirai di cosa si tratta... 😊

**paula1** Venerdì, 27 Maggio 2016 10:10

Buon giorno a tutti...qui sole...oggi sono di riposo e come solito non ho voglia di fare niente...sono triste perchè anche ieri Fausto ha detto cose che proprio non riesco a capire...per andare due giorni a Pavia sembra che gli abbia chiesto di andare su Marte..non va mai bene niente...e ancora ha da ridire sui giorni che lavoro o che sto a casa...è andata bene per quasi 10 anni che avevo i fine settimana liberi, ma adesso non riesco proprio...poi vabbè altre cose che è meglio non tediare un posto dove sono ben altre le cose di cui parlare.....  
vado a piantare la menta...

**Simona** Venerdì, 27 Maggio 2016 08:28

Buongiorno adorato forum

Cri bellissima notizia. .. brava

**crilo** Venerdì, 27 Maggio 2016 07:47

Volevo scrivere MAMI,

ACCIDENTI AL TABLET 😊

**Piera** Venerdì, 27 Maggio 2016 07:46

Nico il mio "problema vampate" non e' la durata, ma la frequenza e l'intensita', percio' se i granuli non le fanno diradare???? comunque mandami il nome grazie mille

**crilo** Venerdì, 27 Maggio 2016 07:45

Dicevo, prima di aggiungere il ripieno.

MARIA, di sicuro sono piccoli segreti che tu conosci, ma qui nel forum la parola dominante è

CONDIVIDERE, piccoli e grandi pensieri 😊

Che spavento ieri mattina!

Chiacchieravo con alcune colleghe nonché amiche a scuola, ad un certo punto Vale si tocca d'istinto la gamba e dice: x favore no!

La guardo e vedo del sangue che scendeva tra le sue gambe..... poiché è al terzo mese di gravidanza ci siamo immediatamente allertate! 😊

Ora è ricoverata al policlinico in ostetricia e sta facendo la terapia giusta. Ha avuto un distacco di

placenta ma il fagiolino sembra star bene. 😊

Tanti auguri a Vale e buona giornata a tutti dalla vostra Crilo. 😎

**cri69** Venerdì, 27 Maggio 2016 07:36

Buongiorno a tutti, splendido sole, temperature in aumento.

Grazie fanciulle 😊.

**crilo** Venerdì, 27 Maggio 2016 07:33

Buongiorno a tutte.

Ho ronfato di brutto x tutta la notte, ero stanchissima! 😴

Stamattina andrò a vedere i nostri alunni diversamente abili che gareggiano x l'attività solidar sport.

Ieri sera sono riuscita a preparare la torta salata con la pasta sfoglia, le zucchine e la ricotta, le ragazze l'hanno divorata! Ho scoperto un piccolo segreto per lasciare la pasta sfoglia croccante sul fondo, anche se il ripieno è piuttosto umido; basta mettere sopra la pasta un pò di pangrattato prima di aggiungere

**nico26** Venerdì, 27 Maggio 2016 06:52

Buon venerdì dal lavoro a tutti/e

Ieri nico è rimasto a casa al pom da scuola per me ha passato un piccolo virus e alla sera stava bene. Piera x le vampate se vuoi anche li ti mando un msg del nome dei granuli da prendere sotto la lingua quando arrivano e a me l'anno scorso passavano in 2/3 minuti.

No Lara la linea va??? mi piacevi troppo con le tue battute eri fantastica!!!! 😂😂

Bellissima la frase ....è verissimo ed io cerco sempre di attuarla anche se io uso sempre lascia andare.....lasciar fluire e piano piano passa.

ho lottato tanto per respingere il dolore ,per cancellare le sofferenze e vedevo che piu' trattenevo, piu' loro si facev forza dentro di me ...distruggendo...la mia voglia di gioire, di ridere, di prendere la vita cosi' come viene.

Il salto sono stata costretta a farlo cara mia famiglia perche' se dentro di me non ci fosse stata sempre quella piccola fiammella legata alla vita ...forse....ora ....mi vergogno forse un po a dirlo....ma tante volte alla mattina dicevo.....non vorrei piu' aprire gli occhi!

Basta con ricordi negativi e pensiamo che noi e tutte noi siamo il fiore piu' prezioso di questo Forum!!!VVB

**crilo** Giovedì, 26 Maggio 2016 23:38

TABLET.

FORSE È MEGLIO CHE VADA A DORMIRE 😴😴😴

**crilo** Giovedì, 26 Maggio 2016 23:37

Accidenti al talento

CRIIIIIIII 😂😂

**crilo** Giovedì, 26 Maggio 2016 23:36

Cristina, sono davvero contenta per il tuo colloquio. Finalmente buone notizie! 😊😊

**Piera** Giovedì, 26 Maggio 2016 22:22

Bene cri per il lavoro 😊

**Cris83** Giovedì, 26 Maggio 2016 22:17

Io vado a nanna che sono sfinita.. Oggi sono stata a seguire delle lezioni al campo del mio istruttore con alcuni cani, davvero interessante.. Ora comincia a farmi fare qualcosina e mi sento molto più sicura. Almeno fino a che la pancia me lo permette cercherò di andarci.

Un abbraccio e buonanotte!♥

**Cris83** Giovedì, 26 Maggio 2016 22:14

CRI sono contentissima per il lavoro!! Brava!!!

**cri69** Giovedì, 26 Maggio 2016 21:50

Ciaoooo, il colloquio è andato bene, 3 mesi di lavoro assicurato. 😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄😄

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Maggio 2016 17:26

Piera, va la che me l'hanno riparata sta linea, stavo per gettare via telefono e tablet. 😊

Per gli abiti ti capisco, faccio una fatica a vestirmi. Lunedì ho fatto le lastre ed ad un certo punto il radiologo ha notato che avevo tutta la biancheria intima tutta a rovescio, me lo ha fatto notare e gli ho fatto vedere le ferite che mi provocano le cuciture.

Non vedo l'ora di vestirmi con una vestaglia e anche no 😊😊😊😊

**Piera** Giovedì, 26 Maggio 2016 16:21

Lara meno male che hai risolto con la linea, io li ho provati tutti gli operatori, e non c'è ne' uno che si salvi: telecom/tim e' pero' la meno peggio!!! 😊 oggi qui e' finalmente caldo, io ho vampate a non finire, andrei in giro mezza nuda se potessi, ho la crisi degli abiti, non so cosa mettermi ??? 😊 ma dove sono finite le cose fresche in cotone???? non trovo nulla del genere 😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Maggio 2016 15:22

Ahhh, dimenticavo di dire che in questi giorni ho risposto a pochissime mail, con il tablet e il telefono mica riuscivo a fare tutto, arrivavo a scrivere un po' e dovevo smettere perchè mi si incrociavano anche le ciglia.

Ne ho bel 320 quasi che mi aspettano, da leggere e dare le risposte a chi mi chiede qualcosa.

Però sono contenta, mi ero già vista senza internet domenica e lunedì che ho un bel da fare in quei giorni e mica posso perdere 10 minuti per scrivere una mail.

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Maggio 2016 15:19

Cri, avere il sostegno della tua bambina è importante. Ora hai fatto due passi importanti, piano piano vedrai che arriverà anche un po' di serenità. Forza sempre. Per il lavoro terrei tutto di incrociato se ci riuscisci, ma mi sono messa avanti con quello che potevo incrociare

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Maggio 2016 15:16

Annuccia, il tempo passa e mica si riesce sempre a fare come quando avevamo anche solo un paio d'anni in meno.

Fai quello che ti senti e il resto va bene anche se lo lasci lì

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Maggio 2016 15:14

Nico, ti auguro cara sia la data giusta quella dell'apertura. Meno male che non dovete campare con me per la piscina. pensa che io ho freddo anche quando ci sono 46 gradi all'ombra.

Mi serve l'acqua bollente per fare la doccia anche in pienissima estate.

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Maggio 2016 15:12

Cris, bellissima la frase che hai messo. Ha detto quello che mi ha sempre aiutato pensare e ancora mi aiuta.

Grazie cara.

Ti avrei fatto volentieri i cappellacci ma non mi fidavo delle zucche che trovavo al supermercato.

Mi hanno detto che arrivano prestissimo.

Però sono contenta ti siano piaciute anche le tagliatelle

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Maggio 2016 15:08

Eccomi, ho spedito un fax e dopo circa due ore è arrivato il tecnico che ha rilevato un guasto al mio modem router. Per fortuna ne aveva uno nuovo e mi ha sistemato il danno.

Che bravo è stato, pensavo non riuscisse a sistemarlo invece è andata bene.

Non immaginate lo stress di questi giorni, non riesco a scaricare i documenti e neppure a spedire certi documenti, così facevo quello che potevo (poco e niente) con tanta fatica.

Va la che è fatta.

Questa sera dovrò rimeditare per togliere la richiesta che avevo fatto ieri sera 😄😄😄😄

**Cris83** Giovedì, 26 Maggio 2016 11:38

Ho trovato una frase su facebook che volevo condividere con voi..  
è di daisaku ikeda, anche se non so chi è.

"Quando soffri può sembrarti che questa sofferenza duri per sempre.  
Ma, sii certa, non sarà così.  
L'inverno si trasforma sempre in primavera.  
Nessun inverno dura per sempre."

**nico26** Giovedì, 26 Maggio 2016 11:13

Buon giovedì a tutti/e

Crilo l'amor ,...l'amor che parola piena di significato dalla gioia alla sofferenza....ma se hanno scelto te come confidente vorrà dir che tu ispiri amor da ogni poro!!! 😄😄  
annuccia tesoro mio quante volte sono passata in simili momenti e l'uncia parola che mi vien da dirti e' ....lascia andar...lascia fluire il dolore... 😞

Cri69 dita super incrociate per tutto 😄

Lara spero veramente che ti sistemino tutto anche se pero' le battute che fai mi fanno scagnasciare dalle risate 😄

Oggi cassa fino alle 20.00 e sapete chi hanno messo come apertura dell'estivo il 04/06?????

IOOOOOOOOOOOOOOOOO 😞

**Annuccia** Giovedì, 26 Maggio 2016 10:13

Avrei tante di quelle cose da fare a casa che non posso pensarci. Quando avevo i ragazzi a casa facevo di più , almeno così mi sembra. Sono confusa...

**Annuccia** Giovedì, 26 Maggio 2016 10:11

Buongiorno a tutti! mi alzo ora dal letto e per fortuna ho potuto farlo. Mal di testa feroce. Preso Imigran direttamente senza passare dal Brufen.

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Maggio 2016 09:45

Elisabetta, la ricetta che ti ha dato la signora va benissimo.  
Poi sono certa che qualcosa da raccontare l'avrai lo stesso.  
Non possiamo neppure pensare che tu possa mancare in questo libro

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Maggio 2016 09:09

Scrivo dal computer portatile collegata al Wi Fi del tablet.  
Un po' meglio vado va  
Però devo fare attenzione ai mb mica ne ho tantissimi.

**Cris83** Giovedì, 26 Maggio 2016 09:04

Buongiorno a tutti!

Oggi per fortuna va meglio! 😄

MAMMA LARA solo a sentirti rammentare le tue tagliatelle mi viene l'acquolina in bocca!

Anch'io con il topamax avevo gli stessi problemi, avevo parole e frasi in testa e non riuscivo ad articularli quando parlavo, non era bello! Se avesse funzionato a livello di emicrania avrei anche continuato ma purtroppo avevo pochi benefici quindi poi l'ho sospeso!

ELISABETTA come stai? Che bello leggerti!!

CRI in bocca al lupo per il colloquio!

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Maggio 2016 08:23

Crilo, non so in che rapporti sei con tutti e due i tuoi colleghi, ma se i rapporti fossero in confidenza tale da poter dire loro certe cose potresti dire al lui che si dichiari. Capita ancora di trovare donne

che asèttano sia lui a dichiararsi perchè nell'immaginario collettivo è pensiero che ancora così deve essere. A lei puoi dire che deve essere capace di apparecchiare la tavola fin dal mattino, così quando arriva l'ospite sa che deve chiedere di rimabere a cena 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 26 Maggio 2016 08:18

Buongiorno a tutti.

Se sentite dire che i tecnici di telecon ferraresi sono tutti a casa per una forte diarrea la colpa è mia



**cri69** Giovedì, 26 Maggio 2016 08:15

Buongiorno a tutti, qui sole.

leri ho parlato con mia figlia, ha cominciato a piangere...non capivo...di gioia ...nè ha dette di ogni.

Voleva festeggiare....anche lei si è liberata, quanto dolore aveva dentro ? 😞 😞 .

Oggi mi aspetta un colloquio di lavoro, incrocio anche le dita delle bambole ,se v'è a buon fine una piccola parte dei miei problemi è risolta , almeno per un pochino.

**crilo** Giovedì, 26 Maggio 2016 07:57

Buongiorno a tutti.

PIERA, grazie del consiglio, vedrò cosa riesco a fare x sistemare gli affari di cuore 😊

leri notte la tensiva picchiava fortissimo e ad un certo punto mi sono innervosita e sono andata di sopra a dormire ..... ero esasperata.

Stamattina c'è un bel sole e spero vada un poco meglio. 😊

leri ho comprato le verdure xchè vorrei fare il cous cous con lo zenzero e una bella torta salata con pasta sfoglia, zucchine e patate.

Questa è l'idea, anche se di idee ne ho sempre tante, ma realizzarle mi risulta più difficile. 😊 😊

**paula1** Mercoledì, 25 Maggio 2016 21:33

Buona sera a tutti...passo per un saluto veloce...sono a pezzi dopo 13 ore di lavoro...e oggi eravamo

in 4 di lunghissima...alle 19 non capivamo più niente... 😞 😞 😊 mah speriamo bene...vado in doccia e nanna...domani lavoro di mattina...per fortuna la testa è stata buona...e anche il dolore

dietro la spalla è sparito... 😊 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Maggio 2016 21:00

Ancora niente ADSL.

Mi hanno spostato ancora il termine per la terza volta.

Vado a fare la meditazione così mi calmo

Intanto manderò qualche dolore di pancia ai responsabili di questo disservizio .

La mia linea è quella di telecom, era, oggi è Tim

**vitalba** Mercoledì, 25 Maggio 2016 20:43

grazie Piera per la tua risposta, ciò che mi allarma di più sono le aure ,le parestesie e il non riuscire a formulare bene le parole;io con l'assunzione dell'aspirinetta un po'ho risolto le aure (non il dolore),ma la mia nipotina di 13 anni che non può ancora assumerla ha degli attacchi molto forti e una o due volte al mese mi chiamano dalla scuola; grazie, comunque sapere che non sono sola mi fa stare meglio

**Piera** Mercoledì, 25 Maggio 2016 19:01

Crilo incoraggia entrambi a dichiararsi.....così non ci pensi più' 😊

**crilo** Mercoledì, 25 Maggio 2016 17:03

**Povera me!**

Buon pomeriggio a tutti.

Mami, come ti capisco! Il tablet è comodo ma spesso devi correggere ciò che scrivi xchè in

automatico riporta le parole più comuni e cambia ciò che vuoi dire tu..... credo sia una funzione che non si possa disattivare 😞

Che strana storia mi sta accadendo! Ho 2 colleghi che si sono innamorati e, senza parlare tra loro hanno entrambi deciso di rendermi partecipe della cosa per chiedermi dei consigli sul da farsi! 😬

Debbo dire che sono gratificato di ricevere le loro confidenze, ma nello stesso tempo imbarazzata xchè non posso dire all'una di essere a conoscenza dei sentimenti dell'altro 😏

Che fare?

Ragazze urgono i vostri consigli x evitare di fare danni. 😞😞😞

**Cris83** Mercoledì, 25 Maggio 2016 14:15  
Ciao a tutti!

Ciao!

Vi leggo dopo perché proprio ora non riesco... Tra ieri e oggi emicrania fortissima! Riesco ora a mandare giù qualcosina di solido e liquido. Stanotte non ce la facevo proprio più, quando ho scoperto di essere incinta ho buttato la scatola di virDEX, ho capito di aver fatto bene perché il dolore stava x vincere sul buon senso.. So che qui mi potete capire! :



Un abbraccio a tutti e buona giornata ♥️☐  
CRI un pensiero speciale x te!

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Maggio 2016 13:59  
Mi unisco a Nico e ringrazio tutte voi per quello che avete portato nella mia vita  
♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Maggio 2016 13:59  
Mi unisco a Nico e ringrazio tutte voi per quello che avete portato nella mia vita  
♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️♥️

**nico26** Mercoledì, 25 Maggio 2016 12:38  
Buon mercoledì a tutti/e  
Sto facendo con il grafico il volantino invernale e devo dire che con a fianco una persona esperta e' tutto piu' semplice.  
Oggi sembra proprio estate e io sto molto bene con i muscoli. Ragazze siete nel mio cuore e non stanchero' mai di ringraziarvi di esser nella mia vita.

**Annuccia** Mercoledì, 25 Maggio 2016 11:55  
LILE, a me palesemente non lo ha mai detto nessuno, ma a volte lo sento a pelle che le persone lo pensino. Ho imparato a non lamentarmi con gli altri (parlo delle conoscenze) , così nessun giudizio.... anche se la gente è sempre pronta a giudicare qualsiasi cosa tu faccia.

**Annuccia** Mercoledì, 25 Maggio 2016 11:53  
Buongiorno a tutti!  
Cara CRI, forse non tutto il male viene per nuocere..... le paure sono quelle che ci bloccano nei cambiamenti, ma spesso si farebbe bene a prendere coraggio e posizioni ferme.

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Maggio 2016 08:55  
Mi stanno venendo i fumini.

sto scrivendo e prima di registrarne un messaggio lo devo copiare e incollare non so quante volte

Scusate gli errori ma alle volte scrive ciò che vuole

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Maggio 2016 08:52

Lile, ipocondroica può darsi.

E allora come si fa a cambiare questo pensiero, certo che non ci aiuta sentirci giudicate in questo modo, ma che provino gli ltri a vivere così

Però qualcosa bisogna fare e tu la stai facendo.

Segui i consigli del medico e della neurologa.

E scrivi qui se ti riesce. Il gruppo e il forum sono risorse che vanno sfruttate sempre

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Maggio 2016 08:44

Cri, giudizio è una parola che ci sta bene eccome. Per paura del giudizio spesso ci roviniamo la vita. Ma come dico sempre al gruppo, pensiamo sia il giudizio degli altri a farci male, ma il giudizio che temiamo è solo quello che pensiamo noi di noi stessi ed è la proiezione di questo pensiero che ci fa star male.

Tu sarai di nuovo giudicata penserai in questo momento, ma non potrai mai spiegare a tutti come stavi e se anche lo spiegasi non capirebbero. Meglio avere una figlia madre sorella infelice piuttosto che "chiacchierata", guarda mo se puoi cambiare questo. Siamo vittime tutti del giudizio, per questo devi fare solo ciò che ti fa riprendere a vivere una vita non dico felice ma almeno serena. Poi gli altri se ne faranno una ragione.

Non sarà facile, non sarà facile.

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Maggio 2016 08:36

Elisabetta, che piacere leggerti, mi spiace immensamente che tu non riesca a scrivere con più frequenza, perchè i tuoi scritti fanno sempre bene a tutti noi

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Maggio 2016 08:34

Perdo un messaggio su due che scrivo perchè non me li registra, ho il gestore 3 per il tablet e il telefono e anche quelli non è che prendono bene. Purtroppo il centro storico è servito male per la telefonia mobile mentre invece quella fissa ha i cavi talmente vecchi che fanno acqua da tutte le parti.

Arriverà qualcosa che funziona pari al servizio che paghi? Mahhh

Intanto mi hanno già detto che non posso chiedere nessun risarcimento per l'interruzione della linea fino a che l'interruzione non supera le 48 ore lavorative, se ci pensate queste ore sono praticamente 6 giorni lavorativi. Va bene che io ho disagio ma non perdo soldi, penso invece ad una azienda e alle sue perdite nel caso avesse un danno simile. Poi non mi sembra giusto in ogni caso, in fin dei conti io pago per la linea e se quella non c'è dovrei essere risarcita.

Ma so per certo che gli altri gestori sono uguali se non peggio, così mi accontento della loffia telecom e mi sfogo con chi mi risponde al 187 che colpa non hanno. Ma devo pur prendermela con qualcuno

**mamma\_lara** Mercoledì, 25 Maggio 2016 08:23

Buongiorno a tutti

sono ancora senza linea 

Scrivo dal tablet ma scrive ciò che vuole e poi devo correggere.

Con tutto il da fare non ci voleva. Domenica avrò qui il Dottor Di Lorenzo e un bel po' di persone.

Spero di riuscire ad avere tutto in ordine prima di quel tempo.

**Simona** Mercoledì, 25 Maggio 2016 07:59

Buongiorno adorato forum

**cri69** Mercoledì, 25 Maggio 2016 07:47

Buongiorno a tutti,vi devo ringraziare nuovamente per la vicinanza. Ringrazio immensamente

Elisabetta , arriva , colpisce al cuore e se ne va ,Grazie ,ti abbraccio  .

ci saranno gg difficili ma sembra che entrambi siamo più sereni, riusciamo a scambiare anche due parole.

Le mie parole saranno dolore , su cui avevo già cominciato a lavorare e giudizio...non sò nemmeno se c'è nella lista ,Lara perdonami la aggiungo d'ufficio.

Domandina : qualcuno stamattina alle 5.32 si è svegliato ? il mio letto si è mosso ....avrò sognato ?

**crilo** Mercoledì, 25 Maggio 2016 00:00

Buonanotte a tutti.

Sto cercando di fare in giardino l'angolo delle piante aromatiche: x ora ho piantato salvia, menta, basilico e maggiorana. 😊

Domattina comincio presto al lavoro e terminerò all'ultima ora.

Speriamo che la testa regga! : 😊

**arianna** Martedì, 24 Maggio 2016 23:00

Mi sono ricordata dal racconto di Paula che con il topomax anche io non riesco a parlare dicevo cose disconnesse stavo in cassa e mi ricordo come se fosse ieri non riesco a chiedere al cliente cosa volesse e x questo mia sorella decise di portarmi in ospedale...il topomax è davvero pesante!!e io avevo anche scosse alla testa quindi Lile nn preoccuparti appena lo sospenderai dovrebbe tornare tutto nella norma!!!io invece x domani prevedo forte mdt abbiamo anche la capacità di essere veggenti mica è da tutti!!!!buonanotte

**lile** Martedì, 24 Maggio 2016 21:26

La mia parola è proprio "solitudine"... mia mamma mi ha dato dell'ipocondriaca... certo, sono io che me le sto cercando.... io che ho una soglia del dolore bassissima potete immaginare la voglia che ho di fare questo esame... non so perchè sia il medico di base che la neurologa dicono di farlo... forse perchè le parestesie sono precedenti al topamax... non lo so, ma non me lo sto inventando... come non mi invento i conati di vomito che mi fanno scappare in bagno in qualunque momento della giornata.... l'unica cosa positiva di questo periodo è che non ho più avuto attacchi forti di mdt... è per quello che ho fatto finta di niente e ho temporeggiato con la neurologa... se ricominciano anche quelli....non ce la posso fare.....

**paula1** Martedì, 24 Maggio 2016 20:04

MAMMA LARA ho ricevuto il tutto e sto provando a metterlo su una chiavetta...mi servirebbero altri due piccoli dati che ti chiedo in una mail.....grazie

**mamma\_lara** Martedì, 24 Maggio 2016 19:19

Faccio fatica a scrivere sia con il tablet che con il telefono. Quindi ci sentiamo non appena sistemano la linea

**mamma\_lara** Martedì, 24 Maggio 2016 19:17

Paula, Ti ho mndato una mail. Sono poi riuscita a scaricare le lastre, non appena avrò la connessione ti spedisco tutto per bene.

**crilo** Martedì, 24 Maggio 2016 18:31

Ragazze, vado in palestra a fare quattro salti e provare a mettere a tacere la tensiva che mi sta dando il tormento. 😊

**rossana** Martedì, 24 Maggio 2016 18:27

ELISABETTA che sorpresa trovare il tuo scritto 😊

Riesci sempre ad arrivare al nostro cuore.

Voglio sperare che tu stia benino e ti ringrazio ancora per la tua premura.

**paula1** Martedì, 24 Maggio 2016 15:58

LILE anche io col Topamax avevo questi effetti collaterali e oltre alle parestesie e alla perdita di peso (poca per me perchè con binge compensavo) avevo dei vuoti di memoria e soprattutto fatica con le parole che non mi venivano e col lavoro che faccio è impensabile.....il Prof. Pini me l'ha sospeso e nel giro di alcuni mesi è rientrato tutto...

anche io ti consiglio di non fare l'elettromiografia (non serve)

**paula1** Martedì, 24 Maggio 2016 15:54

Buon pomeriggio a tutti...qui oggi sole..invece ieri pioggia, ma la sera l'ho schivata, per fortuna, poi quel dolore sotto la spalla era insopportabile e la fisioterapista mi ha detto che forse poteva essere un colpo d'aria.....comunque ieri sera ho preso 1 Muscoril, 2 buste di Oki, una spalmata di Artrosilene e una doccia bollente e stamattina stavo molto meglio anzi il dolore sembra

scomparso...mi hanno concesso i 3 giorni di ferie ai primi di giugno, ma dovrò fare delle lunghe e inizio con quella di domani...ma va bene...mancano poi appena 2 mesi alle ferie... 😊

**arianna** Martedì, 24 Maggio 2016 14:17

Lile si il topomax è davvero tosto io ho iniziato la mia lunga carriera con lui il mio peso era 49 kg ero arrivata in 3 settimane a 43 cioè uno scheletro che camminava e quando sono andata in ospedale xke vedevo male nn tenevo in piedi mi ha detto la neurologa che avevo letto tutti gli effetti collaterali e li stavo elencando a memoria a lei....è finita la questione che mia sorella ha litigato di brutto e ce ne siamo andate scioccate!!infatti a Reggio Calabria nn esiste centro cefalee..Lara ha sentito quando ha parlato il dottorato. AUGUGLIA dicendo che nn c'è possibilità di formare i dottori e specializzarsi xke hanno troppo lavoro e pochi medici....e anche su questo argomento nn mi esprimo lascio i puntini di sospensione !!!menomale che te l ha sospeso!!!!ti posso capire quello che starai passando!!simona se hai tosse forte ti conviene fare subito quello che dice il medico sei in un mese delicato dove le contrazioni vengono come niente !!!e la tosse nn è una buona amica!cmq vado a lavarmi 2 piatti!!!!e poi si corre x il lavoro !!!a dopo ...baci

**nico26** Martedì, 24 Maggio 2016 11:43

Buon pranzo a tutte/i sotto un bel cielo azzurro finalmente visto che ieri sera ho dormito con il piumoncino.

Stamattina alla faccia di tutti mi sono regalata un massaggio dopo aver fatto sport e devo dire che meraviglia.

io giuro se avessi i soldi ogni giorno dico ogni giorno che farei uno ( e poi la mia amica prende 15 € a farlo x 45 min x cui va bene!!!)

Forza al lavoro !!!

Ps....Ragazze testa alta e spalle dritte noi del forum siamo così sempre e comunque!! 😊

**Elisabetta** Martedì, 24 Maggio 2016 11:34

Buongiorno, amiche.Vi leggo sempre per contagiarmi della vostra giovinezza ma sento che, purtroppo, ne pagate lo scotto con tanti problemi.

Cri, stai attraversando uno tsunami e nonostante il tuo coraggio e la tua determinazione, ti sento tanto provata. Però chi non ti comprende non ti merita. Noi che conosciamo da tempo la tua generosità sappiamo che non devi darla vinta a chi si mette di traverso nella tua vita. Che certamente avrà ancora molto di bello da regalarti. Coraggio, cara.

Penso anche a Paula, col suo lavoro allucinante, ai dolori di Rossana, alla gravidanza tormentata di Simona, ai problemi di Feffe, di Annuccia e di Lile. Tanto per fare qualche esempio. Ma vi ho presenti tutte sempre.

L'affetto che mi lega a voi mi fa condividere questo ed altro. E per altro intendo i vostri momenti di allegria e di leggerezza che per fortuna non mancano.

Lara io non sono una gran cuoca e non ho trucchi da svelare.. Ma una volta per pagarmi delle lezioni di latino una signora mi ha regalato una ricetta segretissima. Se vuoi te la mando ma è scarsa la parte narrativa.

Un abbraccio forte forte a tutte. Elisabetta

**lile** Martedì, 24 Maggio 2016 11:26

SIMONA mannaggia, mi dispiace 😞

La neurologa ha già risposto, devo sospendere gradualmente il topamax ma mi ha detto di fare comunque analisi del sangue ed elettromiografia.

**Simona** Martedì, 24 Maggio 2016 10:54

Care amiche grazie dei vari incoraggiamenti ... ma il dottore mi ha visitata e non sto proprio bene... mi tocca fare 6 gg di antibiotici e aerosol 😞 😞 dice che la mini vacanza al mare posso anche farla

ma x lui andare in spiaggia non è una buona idea 😞 😞 dovrei partire mercoledì prossimo. ... mah... vediamo come va a fine di questa settimana. ..

Lile la scadenza è 1 luglio..

**mamma\_lara** Martedì, 24 Maggio 2016 10:19

Vdo a fare le tagliatelle

**mamma\_lara** Martedì, 24 Maggio 2016 10:18

Oggi per non perdere l'abitudine ho ospiti.

E sabato vrò Emma e le sue amiche che vengono da me così (loro) faranno una torta da portare a scuola il lunedì.

Avrei preferito farne 10 io perchè avrei fatto meno confusione, ma allora che divertimento ci sarebbe. Ma ve le immaginate 5 o 6 barabegoline che impastano frullano e chicchierano. Gioia gioia pura 😊😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 24 Maggio 2016 10:15

A me del dentista l'unica cosa che proprio non sopporto è il costo, per il resto mi va tutto bene e neppure ci penso quando devo intervenire sui denti.

Però ho deciso che i prissimi denti che avranno necessità di cure se saranno costose come le precedenti ci andrò di dentiera.

Devo decidere in fin dei conti, se vivere in una casetta li legno stile quelle degli attrezzi o sistemarmi i denti.

La scorsa volta per tre denti ho speso quasi 6 mila euro.

Vedo mia sorella che con la sua dentiera va benissimo e ha speso una cantata di Giovanni.

Poi avrei per la prima volta nella mia vita i denti dritti e un bel sorriso 😊

**mamma\_lara** Martedì, 24 Maggio 2016 10:09

Sempre senza connessione e con quella del tablet e del telefono che per scaricare una mail mi servono 8 minuti. Ne ho in attesa, contate, 35 mi sa che se non mi danno l'adsl starò sveglia tutta la notte per leggere tutto 😊

**lile** Martedì, 24 Maggio 2016 10:08

Buondi!

Oggi sono a casa dal lavoro e devo fare un sacco di cose... la prima l'ho già fatta: mail lunghissima alla neurologa, in cui le ho detto tutto dalla perdita di peso ai conati di vomito alle parestesie... Di queste lo sapeva già, anche perchè in realtà sono iniziate prima del trattamento con il topamax... E anche la neurologa mi aveva detto che con il topamax è un effetto collaterale del primo periodo di assunzione, mentre io ormai lo prendo da fine febbraio.... quindi non so. Non ho molta voglia di farmi punzecchiare 😞

SIMONA dai che manca poco! 😊 quando è previsto il parto?

CRI un abbraccio e tanti pensieri per te

ROSSANA ti capisco, anche per me i denti sono una delle parti più sensibili... io mi farei anestetizzare anche per la pulizia dei denti 😊

**Cris83** Martedì, 24 Maggio 2016 09:58

Ah LILE anch'io come le altre amiche mi sento di dirti di chiamare la neurologa.. Magari alcuni effetti collaterali sono dati dal topamax. È molto forte e un po' bastardo come farmaco. E 6 kg in meno su una come te mi sembrano troppi!

**Cris83** Martedì, 24 Maggio 2016 09:56

Ciao a tutti!

Oggi la testa non va molto per il verso giusto.. Vedo ora se riesco a mangiare qualcosa e ad andare a lavoro..

CRI ancora forza e se hai bisogno siamo qui!

SIMO mi dispiace per le notti in bianco.. Dai pensa che sei quasi alla fine! Anche se dopo allora si che di dormire non se ne parla! 😊

Buona giornata e un abbraccio forte a tutti! ♥

**rossana** Martedì, 24 Maggio 2016 09:24

Devo spezzare una lancia in favore dell'elettromiografia.....si fa per dire.

L'ho fatta più volte, è antipatico farsi forare e toccare i nervi ma non sono mai rimasta scioccata e sempre andata e tornata da sola.

Non che mi sia piaciuto eh.....però ad esempio la rifarei subito al posto di un intervento alla bocca.

Almeno quando esci sei a posto, MDT a parte .....ovviamente.

**rossana** Martedì, 24 Maggio 2016 09:22

PIERA conto di partire il 1 di giugno, e per il meteo spero bene.

Ho l' appuntamento dal dentista per martedì 31 per il controllo di questa gengiva che sembra si sia stabilizzata.

In più mi spiegherà gli interventini, secondo lui ormai inevitabili, di riporto di gengiva.

E' un problema che ho sempre avuto ma ormai ho dei denti talmente scoperti da sentire dolore non solo sensibilità.

Anche in base al preventivo stabilirò quanto mare posso fare.

Gli ho però detto che se ne parlerà ad ottobre, la cosa che mi rompe di più è l'alimentazione pseudo-liquida per 15 giorni dopo ogni intervento.

Dovrebbero essere tre, diventa una bella solfa e perdo peso.....cheppalle.

Ma ci penserò quando sarà ora

**rossana** Martedì, 24 Maggio 2016 09:18

Ieri mattina transitando da una rotonda mi sono accorta che avevo un'auto dei vigili che mi stava appiccicata e non mi mollava.

Ma, non sapevo cosa pensare.

Entrata nella tangenzialina ancora lì dietro sti due, poi ad una rotonda in allestimento mi si affianca la loro auto e, giù il finestrino, mi dicono di accostare.

In sostanza: leggendo la targa hanno dedotto che non ho fatto la revisione, la quale è saltata da quando ho cambiato l'auto e la relativa officina di riparazioni che non fa le revisioni.

Multa di 130,00 più, come mi ha detto il giovane vigile, il costo della revisione che ho provveduto a fare ieri stesso.

Praticamente ero inseguita 😬

**rossana** Martedì, 24 Maggio 2016 09:14

Buongiorno a tutte,  
ANNUCCIA ti capisco.

Si attraversano periodi in cui le parole non vengono, succede a me figurati un po' 😊

CRI brava che ci hai dato il buongiorno, sforzati di pensare di minuto in minuto, pensa che ieri è passato, non guardare avanti e non temere il giudizio degli altri.

Come recita la canzone "gli altri siamo noi".

Forza, ti siamo vicine

**mamma\_lara** Martedì, 24 Maggio 2016 09:02

Sto scrivendo a spizzichi e bocconi con il tablet. Per registrare un messaggio alcune volte impiega 3 minuti poi lo perde. Uso 3 per il telefono ed il cellulare ma mi sa che cmbio. Ho la linea che quando c'è devo gridare al miracolo e quando c'è è lenta come l'anno della fame. Spero siano almeno solleciti a sistemare l'ADS. Intanto non appena la riparano chiedo il rimborso così rompo un po'.

**Annuccia** Martedì, 24 Maggio 2016 08:56

LILE, anche il mio parere è uguale alle amiche. Non è un esame leggero.

**Annuccia** Martedì, 24 Maggio 2016 08:54

CRILO, bravissima!!!! 😊

**Annuccia** Martedì, 24 Maggio 2016 08:54

In questo periodo , scusatemi, non ho la forza di commentare i tanti messaggi, ma vi seguo sempre.

Mi sento un po' in colpa per non aver capito di CRI 😞 ti abbraccio

**crilo** Martedì, 24 Maggio 2016 08:53

Ora vado da Rita,

Una mia amica che fa medicina estetica e mi regalo una bella seduta di radiofrequenza al viso e al collo, poi tutta soddisfatta proseguirò x il lavoro.

Un abbraccio a tutte! 😊

**Annuccia** Martedì, 24 Maggio 2016 08:52

Buongiorno a tutti! il mio è proprio "no", mal di testa, asma e dolori alla schiena ..... me la sento addirittura addormentata. Resisto!!!!

SIMONA, forza, sei quasi arrivata e avrai il piccoletto tra le braccia. Poi, come dici tu, avrai altri problemi , ma quelli si affrontano con gioia.

**mamma\_lara** Martedì, 24 Maggio 2016 08:52

Arianna le mie tre gravidanze tutte passate con MDT dal primo giorno fino al parto. Poi avanti così fino a pochi mesi fa.

**crilo** Martedì, 24 Maggio 2016 08:51

Buongiorno ragazze.

Speriamo oggi vada meglio, ieri la tensioattivi era costantemente in attacco e non è stata una giornata facile. 😞

Simona, so che ti servirebbe più aiuto, ma almeno i tuoi genitori si occupano del tuo primo figlio e ti assicuro che non è poco. Io ho avuto le ragazze con due anni di differenza è ti assicuro che quasi nessuno mi aiutava..... ricordo la seconda gravidanza come un periodo molto difficile. 😞

A tal proposito mi è tornato in mente un aneddoto: avevo già un pancione bello grosso, forse ero di 7/8 mesi e rientrato da fare la spesa così conciata; bambina di due anni a cavalcioni sopra il pancione, avvinghiata come una scimmietta, borsetta a tracolla e buste della spesa in entrambe le braccia. Il vicino di casa mi era venuto incontro di corsa e diceva: - Mamma mia, tu 6 matta, questa bambina la fai nascere per strada! - 😄😄😄😄

**arianna** Martedì, 24 Maggio 2016 08:44

Buongiorno ragazze...m8 dispiace Simo della nottata stringi un po i denti se il Signore ha dato a noi questo dono evidentemente sapeva quello che faceva... mi sono tatuata la scritta family con 4 stelline finali !stamattina vado a visita x una nascita e ancora devo portare Andrea all asilo Ci sentiamo dopo Buona giornata a tutte

**Simona** Martedì, 24 Maggio 2016 08:28

Buongiorno adorato forum. ...

Stamani devo andare dal dottore perchè ho una tosse bruttissima e non ho chiuso occhio.. non vorrei essermi presa una bronchite 😞😞😞 Ho anche la testa al limite della decenza...

Arianna questa è la mia seconda gravidanza. .. la prima era andata meglio.. questa insomma... 😞

😞 L emicrania mi ha fatto compagnia per i primi 6 mesi... mi sono venuti attacchi più forti e duraturi del solito. .. appena sparita quella ho avuto altri disturbi.. lato b..faringite.. allergia....insomma... non sto bene e in più devo occuparmi di tutta una serie di cose da sola perchè il mio compagno è molto occupato sul lavoro e non ho aiuti sostanziali dai miei genitori che pensano solo a passare del tempo con il mio primo figlio ... del resto penso anche io che la gravidanza sia un momento bello e magico... c e una vita dentro di me ... mi piace la mia pancia e sentire muovere dentro di me... ma ti assicuro che mi piacerebbe fare un po meno fatica perché di notte non dormo bene o come stanotte non dormo affatto e stamani non ti dico come sto a livello fisico e mentale perché sono proprio fuori da ogni grazia... 😞 Cmq manca poco quindi avanti tutta...

Mi fa piacere tu ti sia fatta un tatuaggio visto che era da tanto che lo volevi fare.... 😊 io ne ho 2 fatti tanti ma tanti anni fa.... cosa ti sei tatuata di bello?

**cri69** Martedì, 24 Maggio 2016 07:42

Buongiorno a tutti.

**mamma\_lara** Martedì, 24 Maggio 2016 07:26

Vado ad aspettare Emma, questa mattina arriva presto

**mamma\_lara** Martedì, 24 Maggio 2016 07:25

Lile, ti hanno già detto le amiche di contattare la neurologa, sono d'accordo con loro.

**mamma\_lara** Martedì, 24 Maggio 2016 07:22

Cris, è la linea ADSL che non va 😞😞😞

Meno male che quella non ha password 😞😞😞😞😞

**mamma\_lara** Martedì, 24 Maggio 2016 07:15

Buon giorno a tutti.

scrivo dal tablet quindi portate pazienza.....ma voi con me di pazienza ne portate da tempo 😊



**crilo** Martedì, 24 Maggio 2016 00:14

LILE, non fare l'elettromiografia senza averne prima parlato con la tua neurologa, è un brutto esame e se proprio dovrai farlo fatti accompagnare. 😞

Stasera ho visto un film di una donna che era condannata a non invecchiare. Che tragedia! Vedeva morire i suoi cari ed era costretta a scappare sempre x cercare di rifarsi una vita. 😞

Ho mal di gola da un pò e non vuole saperne di passare. 😞

Sono finalmente riuscita a fare gran parte del cambio del mio armadio, era ora! 😊

**arianna** Lunedì, 23 Maggio 2016 23:23

Buonasera a tutti giornata terminata x fortuna sono stata bene quindi posso dire alla grande !!anche xke oggi ho fatto il primo tatuaggio sono dovuta arrivare a farlo a 38 anni xke mio marito non ha mai voluto adesso che mi ha visto proprio arrivata mi ha concesso la grazia.....e lascio i puntini Ch è meglio infatti vorrei dire a Cri di nn disperarsi mai x uomo nessuno merita le nostre lacrime soprattutto loro!!!io una relazione finita la vedrei come un inizio nn una fine !!cmq io sono l ultima persona che può dare consigli sulle relazioni a 17 anni ho incontrato mio marito e ho firmato così il mio ergastolo 😞!!!!Lara tu dici sempre bene io invece con le mie figlie sbaglio xke le trasmetto il panico appena dicono mal di testa...devo cercare di cambiare e piano piano anche a lavoro sto cambiando nn do più importanza a quello che pensano!!simona ma in gravidanza l emicranie ti sono passate vero???io ho passato 6 mesi di gravidanza senza segno di mal di testa ....ma anche io altri problemi !!!quelli figurati nn mancano mai! Ma nn posso dimenticare nemmeno che gli ultimi mesi nn dormivo tra il caldo tra andare 800 volte a fare pipi !cmq la gravidanza è sempre un passaggio della vita bellissimo!buonanotte a tutte...baci

**feffe81** Lunedì, 23 Maggio 2016 22:08

Oggi pomeriggio mi è arrivato un attacco, direi scatenato per lo più dal vento forte e il rumore intollerabile che abbiamo in ufficio per certe belle tendine metalliche esterne che sbattono 🤯 è venuto mdt anche al mio collega, il che è tutto dire. Quindi mi sono super impasticcata 😞 ora però va meglio e ho mangiato 😊

**feffe81** Lunedì, 23 Maggio 2016 22:04

CRI ci credo che hai la lacrima facile 😞 dolore da elaborare...ti mando un abbraccio forte

**feffe81** Lunedì, 23 Maggio 2016 22:02

LILE penso anche io che si possa trattare degli effetti del topamax, anche altre persone hanno riferito sintomi simili ai tuoi.

**Simona** Lunedì, 23 Maggio 2016 21:48

Lile...la penso come Piera... il topamax da tanti non è ben tollerato... parlane con la tua neurologa .. io riferirei anche dei kg persi... mi sembrano tanti su un fisico come il tuo. ..

**Piera** Lunedì, 23 Maggio 2016 21:23

Lile è meglio che riferisci alla neurologa i tuoi sintomi potrebbero essere anche effetti collaterali del topamax

**lile** Lunedì, 23 Maggio 2016 20:46

Buonasera... oggi giornata pesante, niente mdt ma pensieri tristi e continuano i conati di vomito e le parestesie alle mani... sono andata dal medico per le solite ricette e gliene ho parlato, e gli ho detto anche dei chili persi da inizio terapia con il topamax...siamo a 6. Intanto mi ha prescritto analisi del sangue e per le parestesie vuole farmi fare un elettromiografia agli arti superiori...

Sapete di che si tratta? Penso manderò una mail alla neurologa per chiederle un parere... non mi va di fare esami inutili...

CRI mi dispiace molto.... ti abbraccio forte ♥ se hai bisogno ci sono anche io

**Simona** Lunedì, 23 Maggio 2016 20:43

Cris non dormo bene x varie ragioni....l'acidità di stomaco mi tormenta... la tosse anche... l asma mi da fastidio.. poi mi alzo spesso x fare pipì... ultimamente ho anche dolore alla sciatica.. x cui faccio fatica a girarmi o stare su un fianco.. ma se sto troppo sull altro fianco mi vengono i crampi... poi certe notti sternuti a go go... naso.che gocciola.... insomma... una chiavica... 😊😊 quando riesco a prendere sonno magari mi sogno di avere le contrazioni pre parto e che invece di portarmi in ospedale mi mollano in mezzo ad una strada di notte e sotto l alluvione.... 😊😊 ecco... intanto per farti il quadro della situazione. ... 😊😊 son messa bene... 😊😊 mi consola il fatto che manca poco .. poi non dormirò per altri motivi.. 😊😊

**Cris83** Lunedì, 23 Maggio 2016 20:18

MAMMA LARA sicura di non aver sbagliato la password della wifi? 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Maggio 2016 19:08

Crilo, è bellissima la tua ricetta. GRAZIE mille carissima 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Maggio 2016 18:55

Ho la connessione internet che non va. Ho un guasto sulla linea 🙄🙄🙄

Crilo, dopo leggo.

GRAZIE

**crilo** Lunedì, 23 Maggio 2016 17:54

MAMI, ti ho inviato una mail con il racconto/ricetta, spero ti piaccia. 😊😊

**crilo** Lunedì, 23 Maggio 2016 17:53

Buonasera a tutti.

La testa fa davvero tanto male, sembra che stia bruciando, ho preso un antidolorifico ma non ho avuto alcun miglioramento. Ho cercato di riposare di primo pomeriggio, ma il dolore non me l'ha

permesso 🙄

C'è vento di maestrale che smuove le serrande delle finestre.

Dovrei cercare delle schede didattiche per il lavoro su alcuni argomenti specifici, ma non so se ce la faccio.

Che pizza, quando sto così mi sento una nullità e..... posso solo aspettare che passi.

Un abbraccio 😊

**cri69** Lunedì, 23 Maggio 2016 17:12

Buon pomeriggio. Grazie davvero a tutte, ho la lacrima facile . Cerco di tenermi impegnata

**Cris83** Lunedì, 23 Maggio 2016 16:56

SIMO sono contenta per la tua bella giornata al mare.. mi dispiace però che proprio la notte non riesci a dormire. Ma sempre per i bruciori di stomaco?

Mattia è troppo forte e avanti!! Anche per me l'acqua non è mai fredda.. farei il bagno sempre! Nei laghi in Austria ero un tormento per Michele.. era tutto un fermiamoci lì che voglio buttarmi pure lì.. li ho provati tutti! Con lui e il cane che mi guardavano dalla sponda, alla mia povera kimba non è mai piaciuta troppo l'acqua.. ci si buttava spesso ma solo per farmi un favore.

Che gentile che è stata tua suocera! e' proprio vero le neo mamme vanno coccolate! Spero tu riesca ad andare a yoga!

MAMMA LARA mica me la sono mangiata l'insalata ieri sera.. 😊 mi sono mangiata le tue buonissime tigelle e il resto che ci avevi dato più della porchetta che mi aveva portato mia mamma. Oggi però frutta e verdura tutto il giorno!! Proprio adesso sto facendo merenda con i cetrioli dell'orto del mio babbo!

Siamo stati strafelici anche noi di venire a trovarvi, anche Michele è stato molto contento. E ci tenevo tanto a farvi conoscere.. speravo nel convegno dell'anno scorso ma sarà per il prossimo o per un'altra volta. Per quest'anno se riesco a convincerli vi mando i miei e mia zia..

Ho accennato a mia mamma la tua idea del libro, di ricette sue e di mia nonna ne ha diverse.. le ho detto di pensare un po' a qualche storia a cui è legata.

Ricambia forte il tuo abbraccio!

PAULA mi dispiace per i dolori e le parole di fausto che faranno anche peggio! Un abbraccio.. 😊

**Cris83** Lunedì, 23 Maggio 2016 16:54

Ciaoa tutti!

Oggi il mal di testa c'è ma lo tengo a bada per adesso..

CRI ti abbraccio forte per questa difficile situazione..e ti penso.. se hai bisogno sai che sono qui!!!

**Simona** Lunedì, 23 Maggio 2016 16:01

Ho scritto sgrammaticato... perdonatemi ma ho il cervello offuscato dalla fatica... 😊😊

**Simona** Lunedì, 23 Maggio 2016 15:03

Qui è venuto giù di tutto e di più.. grandine a volontà. .. sembra sia nevicato.. tutto bianco... x fortuna ero al coperto al centro commerciale con mia suocera..quindi al coperto. .. mia suocera mi ha comprato le ultime cose che servivano per Luca.. e anche degli charmes per il braccialetto di pandora che ho ... dice che è un regalo x.il parto imminente.... che sua mamma le ha insegnato che le neo mamme hanno bisogno di coccole e attenzioni molto piu del neonato... prima le mamme...poi gli eventuali fratelli o sorelle e poi il neonato... e visto che eravamo insieme ne ha approfittato x farmi già un regalo... è stata molto generosa ... e gentile nei miei confronti. .. 😊

Ora sono a casa stremata.. ho mal di schiena.. alla sciatica e non riesco neanche a sdraiarmi un po perché l'acidità di stomaco di fa penare... alle 17 avrei yoga... spero di farcela... vorrei anche già preparare la cena x stasera ma ora devo x forza riposare un attimo...

**Piera** Lunedì, 23 Maggio 2016 13:58

Rossana quando parti per il mare? io il 10 giugno, speriamo nel caldo 😊 Annuccia sono contenta che Alessia trovi soddisfazioni nello sport, anche Vittoria non e' che a scuola vada tanto bene.....comunque e' dotata di un sano "amor proprio "che l'aiuta molto!!!!

**paula1** Lunedì, 23 Maggio 2016 11:56

Sono già in H..ho preso la pioggia e siccome è presto volevo parlare col direttore, ma guarda caso oggi non mi può ricevere...per fortuna che dice che la porta è sempre aperta 😊 è partita già storta...

**Piera** Lunedì, 23 Maggio 2016 11:51

Pensa che ieri ha fatto delle storie, perche' non voleva un body, ma la solita maglietta che usa per le lezioni, ma la maglietta mentre fa capriole e verticali le lascia scoperto tutto!!!! 😊 una lotta continua con sua madre che a forza le ha fatto un chinon per raccogliere i capelli, dopo le prove se l'era già tolto 😊

**Piera** Lunedì, 23 Maggio 2016 11:42

Annuccia , Vittoria non fa una vera e propria ginnastica artistica, l'insegnante molto brava e preparata ha impostato i suoi corsi sulla messa a punto dei principi tecnici della ginnastica artistica a corpo libero, a cui affianca la danza e il laboratorio dell'espressione corporea fondato sul gioco, sull'ascolto musicale e sull'improvvisazione.....Vittoria e' un po' piu' libera e non occorrono body costumini e trucchi vari 😊 , comunque e' una ginnastica molto formativa che potra' andare bene in seguito per qualsiasi altro sport.

**nico26** Lunedì, 23 Maggio 2016 11:27

Buon lunedì a tutte/i

Ross sono contenta che tu stia meglio.

Cris sappi che non sei sola e noi come famiglia ci siamo e ti accogliamo sempre in un abbraccio e ti siamo vicine in ogni momento.

Avanti pure donne!!!

**Annuccia** Lunedì, 23 Maggio 2016 11:21

PIERA, pensa che anche Alessia è ginnasta e ieri ha fatto le regionali . Sai che mi fa un po' impressione vederla con quei costumi "obbligati" e un po' di trucco????? per fortuna questa attività la fa sentire brava perché a scuola fa molta fatica.

**Annuccia** Lunedì, 23 Maggio 2016 11:19

Buongiorno a tutti!

scusami CRI, ma forse ho perso qualche passaggio e la mia domanda era fuori luogo.... 😞

Stamani sono andata in palestra più per lavarmi i capelli che non per fare attività. Stasera ho teatro e dovevo rendermi presentabile almeno con i capelli puliti. Per il resto il mio Lupetto in un impeto di affetto mi ha anche graffiata il viso. 😊

Grazie alle amiche che mi hanno chiesto, sì, sì me lo sono goduto appieno, anche perché credo che ormai lo rivedrò a luglio

**Piera** Lunedì, 23 Maggio 2016 11:14

Simona sono contenta che l'idea regalo sia piaciuta !!!! quello di Vittoria e' fucsia, carino da matti 😊

**Piera** Lunedì, 23 Maggio 2016 11:13

Vitalba, anch'io ho trasmesso l'emicrania a tutte e due le mie figlie, la maggiore per fortuna soffre di mdt solo in concomitanza del ciclo, la minore invece e' una vera emicranica!!! ora e' tornata in profilassi con l'inderal e sembra stare un po' meglio.....mia madre e' un 'emicranica, cosi' pure mia nonna e due mie zie.....comunque viviamo questa malattia in modi tutti differenti, io da mia madre ho imparato molto e cerco di non cadere nei suoi errori, che poi non si puo' dire che siano errori legati al tempo che si e' vissuto, perche' mia nonna ad esempio non li ha fatti, nonostante ai suoi tempi ci fosse veramente poco in materia di profilassi e antidolorifici ho molto riflettuto su questa cosa, che ha maturato dentro di me la convinzione che non si puo' prendere pastiglie a vanvera!!! ricordo ancora cosa faceva mia nonna durante gli attacchi: si chiudeva in camera con la pezza sulla fronte e il vaso a portata di mano e riemergeva ad attacco finito, c'era sempre qualcun'altro che si occupava della casa, dell'orto , delle bestie e dei bambini, in un certo senso era piu' fortunata di me che per fare tutto prendo di tutto 😊

**paula1** Lunedì, 23 Maggio 2016 10:37

Buon giorno a tutti...dopo il caldo di ieri, oggi tira vento e sono arrivate delle

nuvole...figuriamoci 😞 devo scendere in città...

ho un male nuovo da ieri...dietro la spalla destra...che due scatole...ho già preso Muscoril e Oki, ma torna...poi ieri anche Fausto non si è risparmiato con le sue parole pesanti e oggi sono parecchio giù di morale....tra lavoro e casa ormai non so più come fare con le persone....anche tutti gli incontri

con la dottoressa del DCA sono serviti ben a poco...io non ho difese contro gli altri.... 😞 😞

CRI69 mi dispiace tantissimo per la tua nuova situazione, spero che tu possa presto trovare un po' di serenità anche se so che è difficile...

CRIS83 ben tornata a casa...avrà una bella dose di energia dopo l'incontro con MAMMA LARA...

ora scendo in città perché qui minaccia pioggia...

Buona giornata a tutti

**crilo** Lunedì, 23 Maggio 2016 09:02

Sistemo casa e poi finisco la famosa storia/ricetta da inviare a MAMI, altrimenti continuerò a modificarla all'infinito xchè pignola come sono trovo sempre q cosa che non va. 😞

Di sicuro oggi la testa non va per niente. La tensiva schiaccia forte, e ancora è niente, i giorni del ciclo saranno un delirio 🤪🤪

**crilo** Lunedì, 23 Maggio 2016 08:55

Buongiorno ragazze.

Come avrete avuto modo di comprendere il lunedì mattina comincio tardi al lavoro e mi godo un po' il silenzio della casa solitaria.

L'autobus che porta le ragazze a scuola ha cambiato percorso x una settimana e il magnifico papà invece di accompagnarle alla fermata le ha portate direttamente a scuola 😊

CRI, mi dispiace tanto x il brutto momento che stai attraversando, le relazioni finite all'inizio logorano l'anima e ci sembra di non riuscire a rivedere la luce, ma l'esperienza mi ha insegnato che una storia che si trascina non fa altro che annebbiare la mente e ci fa vivere privando della serenità. 😞

Forza tesoro, non sempre le situazioni di cambiamento sono negative..... a volte ti accorgi che in fondo era quello di cui avevi bisogno. 😊

**rossana** Lunedì, 23 Maggio 2016 08:44

CRIS immagino cosa possa avervi lasciato il vostro week-end con LARA.

ANNUCCIA bentornata a Roma

Scappo perché ho svariate commissioni, mi si sono inevitabilmente accumulate.

A tutte tutte buona giornata

**rossana** Lunedì, 23 Maggio 2016 08:43

SIMONA grazie dei tuoi pensieri.

Per il mare io da alcuni anni vado sempre ai primi di giugno e per caldo che ci sia l'acqua non lo è ancora.

Ed io che sono freddolosa quando però vedo il mare se l'acqua è discreta non so resistere e mi lancia proprio come i bimbi.

Però esco molto più in fretta di loro.

**rossana** Lunedì, 23 Maggio 2016 08:41

Buongiorno a tutte,

da ieri meglio ma ancora con cortisone.

Spero di continuare per poterlo smettere.

CRI quanto mi dispiace....., e immagino il travaglio interiore per arrivare lì.

C'è poco da fare, a tutti i dolori dobbiamo passare in mezzo.

Però prova a pensare che forse buona parte del lavoro l'hai anche fatta perché è difficile arrivare ad una decisione.

Non voglio dire che sarà una discesa eh, però credo tu possa considerarti sulla vetta.

Hai scarpinato con fatica per arrivarci ed ora la discesa ti spaventa.

Ti mando un abbraccio, e tanta forza.

E pensa a volerti bene, non ascoltare niente niente di quel che senti intorno.

**Simona** Lunedì, 23 Maggio 2016 07:57

Feffe mi spaccia x il trip... ma bene x l'umore. .

Piera immagino Vittoria che bella sarà stata ieri... 😊

Annuccia bentornata a casa... spero ti sia goduta lupetto e anche il tuo bimbo grande...

Cris Lara sempre bello ritrovarsi tra di noi...

Arianna lo sconforto ci sta quando si ha mal di testa per tante ore.... vanno proprio per mano..

almeno x me.. poi è vero anche che per i nostri figli delle volte sarebbe meglio apparire meno sofferenti ma è difficile..non impossibile. .. tu abbi fiducia che con il tempo se continuerai a stare

con noi andrà comunque un po meglio il tuo approccio al dolore. 😊  
Ross ti penso..

Buona giornata a tutti voi

**Simona** Lunedì, 23 Maggio 2016 07:52

Cri mi spiace molto... 😞😞 immagino ci sia dolore e sofferenza e i primi tempi anche caos e un equilibrio tuo da ritrovare... ma sono sicura che questo periodo poi ti lascerà qualcosa di buono ... una conoscenza di te stessa e di quello che ti ci vuole per star bene... nella mia esperienza le relazioni finite male mi hanno sempre insegnato qualcosa e mi hanno portato a stare alla larga da possibili altre sofferenze. . Se hai bisogno di parlare io ci sono... non sei sola..

**Simona** Lunedì, 23 Maggio 2016 07:47

Buongiorno adorato forum... 😊

Non vi sto a dire stanotte come l ho passata perché sarei ripetitiva... 😞 Cmq avanti... stamani ho in programma di andare a prendere la valigia x l'ospedale a casa di mio zio... comprare le ultime cose per il parto e per il piccolo Luca e compro il trolley x la comunione di domenica prossssima... ho chiesto alla mamma del bambino se poteva andar bene il trolley e mi ha detto che è un ottima idea che ne ha proprio bisogno (grazie Piera 😊😊😊 )

La prossima settimana l idea sarebbe di sfruttare il giovedì di festa x fare una mini vacanza in mare.. io e mattia e poi ci raggiunge Gabriele per il fine settimana.. 😊 speriamo nel bel tempo..

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Maggio 2016 06:27

Arianna, è mio pensiero che noi usiamo il MDT come camino dove passano tutti gli altri dolori, compresi quelli dell'anima.

Sapessi quante volte io ho dato la colpa al MDT mentre invece era l'anima che non ne poteva più. Ho imparato a dare ad ognuno dei miei dolori la propria responsabilità, questo mi aiuta tantissimo. Poi ho sempre pensato che per il bene dei miei figli dovevo diventare un esempio per loro e quando stavo male per il MDT magari dicevo che avevo mal di pancia o male da qualche altra parte. Credo di aver fatto bene, perchè mi accorgo che tutti e tre quando hanno MDT lo gestiscono in maniera diversa da come lo gestivo io.

E devo dire che loro hanno imparato a gestirlo molto meglio di me.

Tua figlia forse non dovrà passare tutto quello che hai passato tu, forse lei avrà una vita diversa.

Invece per quello che riguarda i tuoi colleghi o per chi ti parla del MDT come di una quisquilia, infondi il loro il terrore. In qualche modo questi esseri, devono essere informati.

Quando qualcuno ti parla e ti dice cattiverie sulla tuo star male, di loro che ci sono MDT anche peggiori del tuo, la cefalea a grappolo per esempio e quella può arrivare a chiunque a qualsiasi età. Arriva e ti rende la vita un inferno. Diglielo che mica da dei segnali quella prima di arrivare, lei arriva anche in età adulta.

Digli questo e falli sentire sempre in procinto di un precipizio.

Dobbiamo difenderci da queste persone. Già ne abbiamo di nostro da passare e mica dobbiamo lottare anche con chi spara giudizi a destra e manca. 😞😞😞

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Maggio 2016 06:11

Annuccia, bene che sei a casa. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Maggio 2016 06:10

Cri, ci sono sempre se hai bisogno.

immagino che di caos ne avrai, ma almeno sai con cosa avrai a che fare.

Forza carissima.♥♥♥

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Maggio 2016 06:08

Feffe, alle volte succede che sia proprio il minimo prendere un triptano per le "fatiche" immani che la nostra anima deve sopportare.

I pensieri li tengo attivi, non si sa mai. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Maggio 2016 06:05

Vitalba, anche a me disturba aver passato ai miei figli il mio MDT. Poi mi sa che neppure Emma sarà immune da questo male.

La cosa importante è che non si trasformi in malattia.

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Maggio 2016 06:01

Piera, il mio grasso l'ho messo in candeggina da tanto tempo, pensa che anche l'acqua calda delle piscine termali è gelata per me.

Fai tanti complimenti a Vittoria, immagino che saranno state bravissime lei e la sua amica. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Maggio 2016 05:58

Cris, è stato un piace grandissimo anche per noi avervi qui.  
Per solidarietà anch'io insalata e tonno ieri sera.

Ti ho trovata bellissima e anche in forma. La gravidanza ti fa bene.

Michele mi piace tantissimo, è proprio un bravo ragazzo.

Pensa che mi sembrava di avere in casa uno dei miei ragazzi 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Maggio 2016 05:54

Simona, anche Emma è come Mattia e Vittoria. Ha sempre caldo e anche in pieno inverno deve stare vestita pochissimo altrimenti suda.

Sei stata veramente brava a stare al mare tutta la giornata dopo una nottataccia.

**mamma\_lara** Lunedì, 23 Maggio 2016 05:49

Buongiorno a tutti

Ho già dormito le mie ore e non riesco più a dormire.

Non posso starmi a girare nel letto come una balena spiaggiata, disturbo Gabriele.

E' dalle 4 che non riesco a prendere sonno e mi sono detta che sarei stata più utile a qualcuno se mi fossi tolta. Poi lo so che Gabriele si lamenta, perchè dice che lui sta bene lo stesso se io sono a letto con lui, anche se mi dimeno. 😞😞😞😞

**crilo** Lunedì, 23 Maggio 2016 00:36

Buonanotte a tutti.

Mi spiace x chi sta male!

Stamattina da noi era pazzesco, sono stata due ore al Poetto, la spiaggia dei cagliaritari, si stava da Dio. 😊😊

**arianna** Lunedì, 23 Maggio 2016 00:11

Grazie a tutte ...grazie Lara hai sempre un messaggio x tutte nn ti dimentichi mai di nessuno!nn so come fai!!!Feffe io cerco di accettarlo dicendo se dovevo avere un'altra croce o sui figli o sulla mia famiglia accetto questa ...ma quando mi prende quel dolore cado nello sconforto xke adesso che potevo godermi davvero la famiglia nn riesco x colpa dei mal di testa un giorno vi spieghero xke dico adesso ...diciamo che nn è stata una passeggiata la mia vita...ci vorrebbero ore x raccontare!!!Vitalba anche io purtroppo ho questo rammarico che mia figlia Sara che ha quasi 18 anni si lamenta spesso dei mal di testa e ogni volta che mi dice mamma è 3 giorni che ho mal di testa vi giuro mi prende un nodo alla gola e il cuore mi batte a mille ...l'ansia mia divora xke nn sopporto pensare che mia figlia debba passare minimamente quello che sto passando io!!! Vi ringrazio a tutte come sempre !!buonanotte.un bacio

**Piera** Domenica, 22 Maggio 2016 21:27

Cri spero tanto che non sia doloroso!!!magari un po' difficile , ma solo un pochino 😊

Oggi Vittoria ha fatto la sua "esibizione" di ginnastica artistica, era in coppia con una bimba alta come lei carina come lei e brava come lei, volteggiavano in sintonia perfetta, con ruote e capriole e verticali 😊 e' portata per questo tipo di ginnastica, non ha esitazioni e si lancia senza paura .

**Annuccia** Domenica, 22 Maggio 2016 21:13

Cri cosa è successo????

**Annuccia** Domenica, 22 Maggio 2016 21:12

Tornati a casa. Tutto bene.

**feffe81** Domenica, 22 Maggio 2016 20:59

CRI 😞😞😞

**cri69** Domenica, 22 Maggio 2016 20:44

Abbiamo chiarito .....è finita ! Adesso inizia il caos .....

**feffe81** Domenica, 22 Maggio 2016 20:41

ciao a tutti, ieri è andata, ho preso un trip prima di andare a letto perché avevo mdt, ma era il minimo. Oggi invece abbastanza bene soprattutto l'umore, quindi bene così. MAMMALARA grazie del pensiero...

CRIS che bello che vi siete ritrovate 😊

SIMONA che brava per la giornata al mare nonostante la nottataccia...bene che sia andata bene! che forte Mattia 😄

ARIANNA io non ho esperienza di botulino quindi non so dirti...i lamenti ci stanno tutti perché il mdt è davvero un dolore impegnativo, ci colpisce nella psiche, a differenza di dolori in altre parti del corpo...nel tuo messaggio leggo una cosa molto significativa: dici che lo rifiuti mentalmente, ecco io sono partita da lì, a lavorare sul non rifiutarlo mentalmente

**vitalba** Domenica, 22 Maggio 2016 19:26

Arianna ,cerca di farti coraggio e pensa che siamo in tante a soffrire di mal di testa; io,a volte,mi tengo il male per ore e ore (anche un giorno intero) e poi stremata ,arrabbiata ,impotente,prendo un rilamig oppure un difmetre ...Ho fatto una cura con antiepilettici,con antidepressivi,ho seguito una dieta (datami dalla neurologa),forse quella è servita un po' per l'emigrania e per dimagrire,sono seguita dall'osteopata,dall'agopuntore;ma lui ,il mio nemico, è sempre lì in agguato per rovinarmi i momenti più belli ...ma ciò che mi disturba di più è questo:l'ho lasciato in eredità alle mie due figlie e ad una mia nipotina!

**Piera** Domenica, 22 Maggio 2016 18:53

SIMONA, anche Vittoria come Mattia non ha mai freddo per il bagno, quando andiamo in Grecia, i primi di giugno, l'acqua non e' che sia tanto calda, ma lei mi assicura sempre che e' caldissima, avranno ancora il grasso bruno tipico dei neonati 😄 , pare che i nostri lontanissimi progenitori che vivevano nelle caverne e sicuramente erano stati programmati per sopravvivere alle basse temperature, avessero alla nascita e nei primi anni di vita, una maggioranza di grasso bruno, che si trasformava in grasso bianco solo con il passare degli anni .....

**Cris83** Domenica, 22 Maggio 2016 17:55

Ciao a tutti!!

Anche oggi pranzo da Lara.. Siamo tornati a casa con la pancia piena di cibo e tanto affetto.. Grazie ancora per tutto.. Ma soprattutto x le risate e la buonissima compagnia.

Michele ringrazia.. Soprattutto per il nocino 😄

Stasera mangerò un'insalatina pensando alle tue tagliatelle..

Ora andiamo a prendere il cane dai miei e poi un po' di relax così vi leggo con calma.

Un abbraccio a tutti ♥☐

**Simona** Domenica, 22 Maggio 2016 16:31

Eccoci a casa... Oggi caldo caldo ma acqua ancora troppo fredda x me...mattia felicissimo si è fatto 3 bagni e si è auto definito un pinguino perché non ha mai freddo... 😄

Cri 😞 mi spiace tanto per la tua situazione. .. i silenzi sono pesanti .. meglio dire anche cose che fanno male ma essere chiari.. almeno ci si capisce qualcosa. .. ti abbraccio forte forte e ti penso. ..

**mamma\_lara** Domenica, 22 Maggio 2016 11:13

Paula, se il cibo è buono e curato, sono giustificati i prezzi alti, è che alle volte i prezzi alti non sempre sono seguiti dalla qualità.  
Ma guarda che è una bella storia anche per te la stanchezza alle gambe, spero proprio salti fuori da dove viene.

**mamma\_lara** Domenica, 22 Maggio 2016 11:11

Simona, va la che te la triboli questa gravidanza. 😞😞😞😞

**mamma\_lara** Domenica, 22 Maggio 2016 11:10

Cri, quanto mi spiace per la tua situazione. Speriamo si smuova qualcosa. 😞

Ci siamo fatte un bel po' di risate davvero ieri sera. Poi per fortuna Gabriele si stava mollando proprio mentre stavate andando via. C'è stato un bel da fare poi per metterlo tranquillo. 😊😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 22 Maggio 2016 11:07

Cris, tagliatelle già pronte da cuocere e sono fatte con le uova delle galline di mia sorella che sono poi le mamme dei pulcini che sono nati in questi giorni. 😊😊😊  
Troppo bello avervi qui.

**cri69** Domenica, 22 Maggio 2016 10:12

Buongiorno a tutti ,buona domenica. Bellissima serata.

CRIS ti ho trovato informissima 😊 , complimenti .....che bell'omino che hai 😊 .Mi fa tanto piacere che ti sia piaciuto il pensierino che vi abbiamo fatto 😊 .  
Andare da Lara ed uscire senza mal di pancia dal ridere è impossibile....veramente, sono fantastici.  
Mi fa tanto piacere che ci fosse anche Birba 😊

Qui la situazione è sempre precaria ,non ci capisco più niente. Stanotte gli ho postato la canzone dei gemelli diversi , Un attimo ancora. Per chi la conosce sà che il significato è palese. Mi aspettavo una reazione, la sua è stata pari a 0 . 😞 .

Non sò proprio , è fuori da ogni mia comprensione 😞

**paula1** Domenica, 22 Maggio 2016 09:55

Buon giorno a tutti...qui sole...credo che finalmente la stagione si stia rimettendo in sesto... 😎  
anche a Bologna ieri sera non era freddo...siamo andati a una specie di raduno dello Street Food, ma sinceramente non c'era un granchè e i prezzi sono alti...abbiamo mangiato solo un hamburger di tonno...poi siamo andati a sentire un po' di musica a Villa Serena, bellissimo posto anche se la casa adesso la tengono chiusa ed era tutto fuori...stand, bar, palco...il secondo gruppo faceva del blues, ma erano mooolto scalcagnati 😂😂😂😂  
io ero stanchissima e ho sempre male alle gambe...però cerco di reggere...  
oggi vediamo che si farà...

**Cris83** Domenica, 22 Maggio 2016 09:02

Ah dimenticavo che non vedo l'ora di attaccare gli angioletti che mi avete regalato!  
Grazie di cuore! ♥

**Cris83** Domenica, 22 Maggio 2016 09:00

Buona giornata e un abbraccio a tutti ♥

**Cris83** Domenica, 22 Maggio 2016 08:59

SIMO buon mare! Mi dispiace per la nottataccia!

CRILO che bella la seratina romantica con tuo marito.. Ogni tanto ci vuole! ♥

**Cris83** Domenica, 22 Maggio 2016 08:58

Buongiorno..

Vi scrivo un saluto veloce perché dal cellulare mi é sempre un po' ostico scrivere troppo!!  
Ieri sera é stata proprio una bella serata.. Sono strafelice di essere stata con Lara, cri, birba e Gabriele che è sempre una forza!!!

MAMMA LARA tranquilla che se torniamo anzi quando torniamo ritorneremo sicuramente qui! Ed é un immenso piacere ritornare anche a pranzo! Stasera però insalatina! 😊

**mamma\_lara** Domenica, 22 Maggio 2016 08:50

Non vi ho detto che siamo arrivati a 10 pulcini nati 😊😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 22 Maggio 2016 08:48

Nico, spero anche per te una giornata bella e per la festa di paese non vedo l'ora di avere le gambe buone e mi sa che ne vedrò delle belle. 😊

**mamma\_lara** Domenica, 22 Maggio 2016 08:47

Crilo, non vedo l'ora di leggere la tua ricetta.

Per questo, vorrei dire a te e a tutte le ragazze che hanno voglia di aderire a questo progetto, che la ricetta deve essere spiegata nei minimi particolari. Raccontando anche i segreti che teniamo quasi sempre solo per noi e che fanno la differenza poi nel risultato. Lo so che questa che vi chiedo è una grande prova di generosità, ma noi siamo generose, siamo fatte di questa pasta, altrimenti non saremmo cefalalgiche.

Poi è mio pensiero che se un piccolo accorgimento potrebbe veramente dare al prodotto finito il tocco magico che rende un piatto unico, non dovrebbe essere celato, per questo vi chiedo di riuscire a lasciare andare e chiedere alle vostre mamme zie e nonne di condividere anche con gli altri la loro conoscenza.

Quante volte mi sono imbattuta in donne che hanno ricette segrete. Non so cosa le spinge a non condividere il loro sapere, però una piccola idea me la sono fatta. Per me sono persone che si sentono talmente "anonime" che il non rivelare un trucco o anche solo un piccolo ingrediente che solo loro sanno o pensano di sapere le fa sentire portatrici di qualcosa che le rende importanti.

Sono convinta che si debba superare questa cosa e che se possiamo rendere gli altri partecipi di una facilitazione per raggiungere un risultato migliore, dentro a questo atteggiamento potrebbe starci anche più gioia di quella che potremmo mai avere.

Non immaginate la gioia che mi ha dato la nostra Giuseppina quando mi ha detto che sua cognata era felicissima per essere finalmente riuscita a fare i panettoni buoni con la mia ricetta. Mi sono sentita bene proprio bene.

Ecco, il nostro libro questo deve essere, un racconto fatto di storie ricette e piccoli "segreti in cucina".

**mamma\_lara** Domenica, 22 Maggio 2016 08:27

Buongiorno a tutti.

Finito di sistemare tutto quello che avevo in giro e ho già i panni che si stanno lavando così asciugo tutto prima di mezzogiorno. Il sole c'è quindi non ci sono problemi.

**nico26** Domenica, 22 Maggio 2016 07:54

Una buona domenica a tutti/e

il sole e' bellissimo ma ieri senza occhiali x qualche minuto zac l'aurea e poi piccolo mdt.Tremendo pero'!

anche oggi paese in festa e devo dire che e' veramente bello .

Spero con il cuore che passiate una buona domenica. 😊

**Simona** Domenica, 22 Maggio 2016 07:21

Buongiorno adorato forum.. 😊 qui siamo in partenza per il mare anche se la nottata è stata parecchio impegnativa..

**crilo** Domenica, 22 Maggio 2016 00:48

Stasera ho scritto, ero in vena di ricordi ed ho predisposto la lettera / ricetta x il libro di Mami.

Le ragazze dormono, devono essere stanchissima.

Anch'io non mi sono affatto risparmiata, ma sono soddisfatta dei risultati.

Buonanotte a tutti e sogni d'oro dalla vostra Crilo. 😊😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 22 Maggio 2016 00:20

Buona notte e sogni bellissimi per tutti e spero tanto che si rompa la motosega al vicino di Paula, così almeno un po' di riposo ci sarà, almeno questo fine settimana.  
State bene se potete

**mamma\_lara** Domenica, 22 Maggio 2016 00:18

Arianna, mi spiace cara per come stai, non dire mai più che lascia solo lamenti, ma questo è il posto giusto dove lasciarli, chi meglio di noi potrà capirli.

Appena avrò un attimo in più devo dirti un paio di cosine.

Forza cara e lascia qui quello che ti pesa dire agli altri. Sai, Piera dice che quando lasci qui il dolore si fa in tanti pezzi e ognuna di noi ti aiuta a portarne un pezzo. A me ha sempre aiutato tantissimo questa cosa.

**mamma\_lara** Domenica, 22 Maggio 2016 00:15

Paula, non vado a vedere se ho scritto che lunedì pomeriggio ho le lastre fa fare. Faccio prima a scriverlo.

L'abbraccio l'ho ricevuto e grande grande grande perchè erano Cris e la sua bimba a farmelo. Anche il tuo era grandissimo.

Grazie cara ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Domenica, 22 Maggio 2016 00:13

Ho appena finito di sistemare la tavola così la gioia è continuata fino a che non ho tolto la tovaglia.

Domani continua, perchè hanno accettato di venire a Pranzo.

Mi sa che la prossima volta che verranno a Ferrara prenoteranno in un B&B lontano da me almeno due km e si travestiranno da tedeschi così non correranno il rischio di doversi sopportare l'accontentarmi per cena e pranzo.

Dovrò darmi una regolata e riuscire a lasciar andare e farmene una ragione. 😞😞😞

Che gioia però avere qui Cris con suo marito, Cri e Birba.

Io sono stata benissimo, loro spero proprio di sì.

Gabriele ha fatto il birichino ma non più di tanto, come sempre però è stato contentissimo anche lui.

Ora farò fatica ad addormentarmi, un po' come fanno i bimbi quando vanno alle giostre che poi sono talmente in gozzoviglia che non c'è verso di riuscire a metterli a letto.

Farò una meditazione lunga 😊

Grazie a tutti/e voi.

Vi voglio bene. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Domenica, 22 Maggio 2016 00:05

Crilo, quando vuoi cara, ancora devo fare l'introduzione e sistemare le mie ricette. Tu scrivi quando hai tempo che poi me la metto nella cartella di questo progetto.

Sono gasatissima, spero proprio venga bello come ce l'ho nella mia mente.

La cenetta con tuo marito sarà bellissima ♥ ♥ ♥

**crilo** Sabato, 21 Maggio 2016 20:50

MAMI, entro quando vuoi il racconto/ ricetta via email? 😊

**crilo** Sabato, 21 Maggio 2016 20:49

Ragazzi, che giornata!

Fatte le pulizie in grande su zona giorno e zona notte, comprese parti alte, spostamento mobili, vetri, terrazza e verande. Naturalmente non da sola, non ce l'avrei mai fatta! Ma il mio Lui è davvero magico, mi aiuta davvero moltissimo, che uomo che ho sposato! 😊😊😊

Stasera le ragazze sono in città a cena con gli amici e noi ci prepariamo per organizzare una cenetta romantica a due 😊

Il menù della serata prevede: aperitivo leggermente alcolico, antipasto di terra con formaggi e salumi, linguine ai funghi porcini, insalata. Da bere acqua, birra da 33 cl a testa, la mia

rigorosamente allungata con la sprite e x finire una goccia di amaro al carciofo, il mio preferito. 😊

Naturalmente dopo cena un bel film tutto x noi. 😄😄

**Cris83** Sabato, 21 Maggio 2016 19:15

..anzi per tutte voi! 😊

**Cris83** Sabato, 21 Maggio 2016 19:14

Ciao a tutti!

Oggi giro turistico a ferrara.. Mamma Lara l'ho abbracciata e fra poco la riabbraccio.. Anche per te Paula! ♥

**paula1** Sabato, 21 Maggio 2016 17:54

Buon giorno a tutti...qui sole e sta passando la Mille Miglia... 😞 , ma il più rompi è sempre il vicino

con la motosega...non la posa mai 🤬🤬 adesso esco, anche se sono stanchissima dal lavoro, perchè mi prende un nervoso assurdo...

CRIS83 sono felice che sei da MAMMA LARA abbracciala per tutte noi..

**arianna** Sabato, 21 Maggio 2016 12:47

Buongiorno donne..io giorni di mal di testa da incubo ho dovuto riprendere quei maledetti triptani dopo che ad aprile avevo fatto disintossicazione e non volevo assolutamente ma stavo troppo male....quello che mi scoraggia di più e aver fatto botox e non sto vedendo i risultati forse è presto solo con la prima seduta....che dite !!!!sono un caso cronico lo so!!!!non sopporto sto dolore lo rifiuto fisicamente e mentalmente!!!!mi dispiace pure scrivere sul gruppo sempre lamenti !!!!ma non vogliono passare.....

**mamma\_lara** Sabato, 21 Maggio 2016 11:47

Nico, il primo eBook sarà a breve nel sito e potrai scaricarlo. Spero di riuscire a finire l'altro prima di Natale, così abbiamo anche una bella idea Regalo.

**mamma\_lara** Sabato, 21 Maggio 2016 11:46

E' arrivata Cris, fra un po' mi suona alla porta

**mamma\_lara** Sabato, 21 Maggio 2016 11:45

Crilo, immagino il lavoro che ci sta dietro ad una rappresentazione teatrale.

Bravissimo il tuo collega.

Per le chiacchiere ne avrai fatte mica poche con la tua amica e la gioia di stare insieme.

Sono contenta ti sia piaciuta l'idea del libro e che tu abbia già un'idea, sicuramente la tua mamma ne avrà e con storie bellissime da raccontare.

**mamma\_lara** Sabato, 21 Maggio 2016 11:37

Feffe, tanti pensieri per te anche oggi, visto il delicato momento. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Sabato, 21 Maggio 2016 11:35

Ho appena ricevuto una bellissima notizia, è nato Michelangelo il bimbo del muratore che mi fa sempre i lavori in casa.

Sono felicissima. 😄😄😄😄

**mamma\_lara** Sabato, 21 Maggio 2016 10:47

Un attimo che sono al telefono 😊

**mamma\_lara** Sabato, 21 Maggio 2016 10:47

Feffe, la settimana è andata va. Per la situazione impegnativa se c'è da sistemare dei conti con qualcuno dimmelo che ho un bel bastone a portata di mano e te lo potrei prestare. 😊  
A parte gli scherzi spero non sia troppo impegnativa.

**mamma\_lara** Sabato, 21 Maggio 2016 10:45

Buongiorno a tutti.

Qui si lava stira 🤬 e si cucina 😊 .

Stirare ho poco per questo non mi lamento troppo

**crilo** Sabato, 21 Maggio 2016 10:10  
Buongiorno a tutti.

Testa delicata e dolore pulsante legato alla sindrome pre ciclo. 😞

Rossella, mi spiace tanto per il tuo periodo nero, spero con tutto il cuore che migliori e possa sentirti meglio al più presto. 😊

Il mio Lui è già al lavoro, non riesce proprio a star fermo. Sta lavando la terrazza ed i balconi perchè gli storni primaverili hanno fatto uno scempio. Poi ha in programma di sistemare il giardino: CHE UOMO! 😊

Io vedrò di fare q cosa di utile ma di più leggero, come ad esempio spolverare e pulire i sanitari, insomma da noi come avrete capito il sabato si sistema casa. 😊😊

A dopo bellezze! 😊😊

**cri69** Sabato, 21 Maggio 2016 09:23  
Buongiorno a tutti, buon sabato.

Oggi splendido sole, vediamo di combinare qualcosa .... 😊

**feffe81** Sabato, 21 Maggio 2016 08:48

Passo per un salutino...vi leggo ma scrivo poco...settimana piena ma bene, oggi invece testa delicatissima e questione impegnativa da affrontare...

**nico26** Sabato, 21 Maggio 2016 07:34

Buon sabato a tutti/e sotto un sol meraviglioso finalmente. 😎

Ma con sole occhiale super nero a go go sempre e comunque senno' aurea che arriva.

Il mio pensiero va a Ross e se posso aiutarti con la mia esperienza lavorativa ed i miei contatti non esitarmi a contattarmi .

Lara il libro ???dono ora subitooooooooo 😊😊

**nico26** Sabato, 21 Maggio 2016 07:33

Buon sabato a tutti/e sotto un sol meraviglioso finalmente. 😎

Ma con sole occhiale super nero a go go sempre e comunque senno' aurea che arriva.

Il mio pensiero va a Ross e se posso aiutarti con la mia esperienza lavorativa ed i miei contatti non esitarmi a contattarmi .

Lara il libro ???dono ora subitooooooooo 😊😊

**crilo** Sabato, 21 Maggio 2016 00:30

## Serata a teatro

Buonanotte a tutte.

Sono stata a scuola x vedere la rappresentazione teatrale degli alunni del serale. È stato davvero molto bello. Ogni anno il mio collega di lettere Giovanni, appassionato di teatro mette in scena diversi pezzi importanti e non sbaglia mai un colpo. 😊

Poi con Franca abbiamo preso un aperitivo e mangiato un panino, chiacchiera, chiacchiera si è fatta la mezza. Non potevo dormi senza salutarvi.

Dolce e serena notte bellezze.

Mami, splendida idea quella del libro, mi è già venuta in mente un'idea!



**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 22:18

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

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 22:18

Annuccia, l'amatriciana della tua mamma non può mancare insieme alla storia del premio vinto. Ecco, proprio questo ci sta bene nel libro. Questo è quello che intendevo. Ci staranno bene tutte le tue ricette.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 22:15

Cris, il prosciutto cotto c'è 😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 22:06

Simona, forza sempre carissima.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 22:01

Rieccomi,

Paula, domani mattina chiedo l'appuntamento per le lastre.

le faccio a pagamento tanto costano 4 o 6 euro in più di quelle in convenzione. Spero mi diano presto l'appuntamento, ma telefono in vari posti e vado dove mi fanno andare prima. Grazie per tutto.

**paula1** Venerdì, 20 Maggio 2016 21:39

Buona sera a tutti...oggi ho ritirato il libro di Barbanti e il ragazzo della libreria è stato gentilissimo e mi ha anche fatto 2 euro di sconto...

è un bel tomo direi 😊, ma scritto bello grande...

al lavoro invece siamo schiattati...reparto non dico ingestibile, ma tante cose rimangono indietro...non oso pensare a domattina...vabbè ci dormo sopra...se riesco...

MAMMA LARA hai capito perfettamente cosa intendevo...la radiografia è quello che serve al 90%...

zz 😊 Buona notte a tutti 😊

**Simona** Venerdì, 20 Maggio 2016 16:58

Oggi proprio non va... 😊 Ho anche un leggero mdt che spero non aumenti.. nausea e sempre lacrime in agguato... per fortuna Gabriele è tornato prima del dovuto e mi sono risparmiata l'uscita pomeridiana x prendere Mattia all'asilo... spero di recuperare entro domani..

**Cris83** Venerdì, 20 Maggio 2016 16:41

Anche a mia mamma e mia zia sei piaciuta subito.. ma sapevo che sarebbe stato così! mia zia poi è un tipo proprio forte.. mi racconta sempre cose di quando erano piccoli lei e mio padre.. di mia nonna, della guerra ecc.. mi fa piacere perchè mio padre è uno un po' di poche parole e non mi ha mai raccontato molto.. le dico sempre che dovrebbe scrivere un libro.. chiacchera e chiacchera fino allo sfinimento.. sai che quando tornai da ferrara, tanto che mi aveva riempito di chiacchere in due giorni appena entrata in casa dopo aver salutato michele gli ho detto non mi chiedere nulla ti racconto tutto dopo che ora ho bisogno di silenzio! 😊

**Cris83** Venerdì, 20 Maggio 2016 16:34

LARA va benissimo tutti.. posso mangiare solo il prosciutto cotto quelli crudi no.. ma tanto mi adatto.. poi non c'è una cosa che non mi piaccia.. le tigelle saranno buonissime con qualsiasi cosa! stai tranquilla e non ammattire troppo..

Michele poi non ha problemi.. è una buona forchetta! 😊

**Annuccia** Venerdì, 20 Maggio 2016 16:28

Poi ci penserò sulle ricette. Ho una pizza rustica anzi due di mia nonna paterna, peraltro si chiamava Anna, poi una torta di mele della mia nonna materna i somma ho da variare. Siamo per le origini un misto di Campania, Toscana e romana. Ho l'imbarazzo della scelta. Mamma mia è specializzata in piatti romani una volta con la ricetta dell'amatriciana Ha vinto il primo premio a cada di amici

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 16:01

Cris, però le tigelle sono buone anche con la nutella e i formaggi. Dimmi tu che a noi va bene tutto

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 16:00

Ora scappo altrimenti questa sera si mangia pastina in brodo

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 15:59

Per mia mamma e per dovere di giustizia, devo dire che ha avuto dei generi che l'amavano come fosse stata la loro mamma. Le mie sorelle Iva e Loredana che le abitavano poco lontano, spesso si ritrovavano la sera a casa sua con i loro mariti per farle un po' di compagnia. Io abitavo abbastanza lontana e lavoravo giorno e notte, ma loro non l'hanno mai abbandonata. Però Queste mie due sorelle sanno il bene che voleva anche Evelino a mia mamma, Lui non ne ha mai avuto una e aveva preso a voler bene alla mia mamma come se fosse la sua. ♥ ♥ ♥

Lei è andata via l'anno dopo di Evelino, proprio il 15 di agosto il compleanno di Evelino.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 15:54

Vi comunico che stanno nascendo i pulcini a mia sorella Loredana 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 15:53

Cris, mi è piaciuta da subito la tua mamma, l'ho sentita amica. Ma anche per tua zia la stessa cosa. Per la cena facciamo gnocchini fritti e tigelle. Forse tu non potrai mangiare salumi. Faremo un po' di costine ai ferri con patate al forno.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 15:48

Monica, ci mancava anche il dito del piede pestato, speriamo non faccia troppo male.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 15:47

Fra un po' vado dal medico e devo anche aiutare Gabriele per il pesce. Uffa, che fatica toccare la carne cruda.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 15:45

Lile, mi sa che mi mancava la ricetta degli spaghetti alla carbonara. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 15:45

Annuccia, anch'io di ricette mie non ne ho, ma penso che quelle che vengono dalle nostre mamme siano le migliori. Poi andranno bene anche le nostre, perchè dobbiamo rimanere un po' anche noi per sempre. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 15:43

Lupo farà correre anche te cara. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 15:42

Annuccia, sono sicura che la tua mamma ne avrà di ricordi da raccontare ed è bello che poi sia tu a scrivere, così ci metti quello che hai vissuto tu. Io mi ricordo quando la mia mamma faceva i "miracoli" per mettere a tavola tutti noi e non farci mancare il necessario per nutrirci. Mi viene in mente quando faceva i cappellacci che non scolava mai la zucca dall'acqua e per renderla della consistenza giusta aggiungeva il pan grattato.

Sarà ma i suoi cappellacci erano di un buono che i miei neppure un decimo lo sono. Ecco, racconterò anche questo, così nel libro ci rimarrà anche mia mamma per sempre. ♥ ♥ ♥

**Annuccia** Venerdì, 20 Maggio 2016 14:47

Lara che bel racconto quello della tua mamma  
Chiudo che con il cellulare faccio troppa fatica con gli occhi

**Cris83** Venerdì, 20 Maggio 2016 14:47

CIAO!!

ROSS mi dispiace tanto sentirti così.. spero che il bel tempo arrivi in tutti i sensi! Anche se io il caldo non lo sopporto lo spero per voi! Ti penso e ti mando un forte abbraccio! Se hai bisogno sono qui!

MAMMA LARA immagino che con quello che passa il convento usciremo sicuramente a pancia super piena! Sono contentissima che ci sia anche CRI!!

Bellissima l'idea del libro! Penso un po' a qualcosa, sicuramente qualcosa di mia mamma o mia nonna. Che io di ricette mie proprio non ne ho!

CRILO e MAMMA LARA molto belli i vostri messaggi sulle vostre mamme.. anch'io mi sento molto fortunata, infatti mi sento tremendamente in colpa quando le rispondo male, ma so che capisce e mi faccio sempre perdonare.

ANNUCCIA buon viaggio e goditi il lupetto!!

SIMO fai quello che puoi e che soprattutto ti rende serena.. in giornate così bisogna fare questo. Anzi sempre andrebbe fatto! Mi dispiace per il rapporto un po' difficile con tua madre, e soprattutto è difficile recuperare qualcosa se non c'è impegno da tutte e due le parti.

Un abbraccio e buona giornata!

**Annuccia** Venerdì, 20 Maggio 2016 14:45

Siamo arrivati già da un po' abbiamo pranzato al volo ed ora il bimbo dorme. Non sta un attimo fermo .non sta un attimo fermo e le cicce sono scese 😊😊 Rossana, i tuoi dolori non saranno certamente come i tuoi ma anche io tribolo non poco, tanto che non ho avuto il coraggio di prendere il treno. Se fossi più pratica con le strade verrei a trovarti. Magari nel momento che loro riposano. Ora Enrico sta curando il suo giardinetto ed io faccio da guardia al bimbo che dorme al piano di sopra.

**lile** Venerdì, 20 Maggio 2016 14:02

Grazie a tutte, il pargoletto si chiama Marco e ha delle guanciotte strepitose 😊 purtroppo lo vedrò ancora tra 10 giorni, ma poi me lo potrò spupazzare a dovere 😊

ROSSANA mi dispiace sentirti così giù 😞 quando il dolore dura così tanto è davvero difficile...non immagino neanche... spero passi presto...

LARA che bella idea quella del libro di ricette! lo purtroppo so fare solo la carbonara, quindi non credo potrò essere d'aiuto con le ricette 😊 ma se posso aiutare in altro modo dimmelo che mi fa piacere 😊

Avrei altre cose da dire, ma adesso non riesco a mettere in ordine i pensieri.

Baci a tutte

**Monica** Venerdì, 20 Maggio 2016 13:27

Buongiorno a tutti. Sono anche io di poche parole, problemi su problemi.

Sono a casa da domenica, Valerio mi ha prestato il quinto dito del piede e mi ha provocato una contusione. Al pronto soccorso mi hanno dato 10 giorni e almeno così non vado al lavoro 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 11:13

Le ricette e le storie dovranno arrivare firmate con il consenso alla pubblicazione. Perché poi questo libro lo devo registrare alla SIAE

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 11:11

Paula, pensavo più ad un libro che racconti un pezzo della nostra storia.

Non vorrei fosse un libro che parla di MDT, quello lo abbiamo già fatto e la forma online sarà scaricabile a brevissimo (non si dice ma non sapevo come dirlo che è già pronta e solo da pubblicare). Per questo vorrei che questo libro fosse un viaggio itinerante che racconta un po' del nostro paese attraverso le nostre storie e della nostra ricetta. Che poi potrebbero essere anche più ricette e più storie. Per esempio la torta di S. Antonio che mia mamma faceva con la scusa che se non avesse rispettato questa tradizione sarebbe caduto il tetto della nostra casa. Poi come sono cambiati gli ingredienti negli anni, dai fagioli messi al posto delle castagne secche. Insomma, un po' della nostra storia.

Ma anche solo come siamo arrivati noi a scegliere quella ricetta, che va bene anche il risino di Maya se ha una cosina da raccontare.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 11:01

Rossana, non posso neppure immaginare tutto il tuo dolore. Per forza ti manca anche la voglia e la forza di scrivere. Ogni mossa sarà un dolore. Io che non ho niente in confronto a te sai che alle volte anche solo un minimo movimento vedo il firmamento. 😞😞😞

Se vuoi dimmi quando hai tempo che ti chiamo.

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 10:49

Anzi, prendo appuntamento dal medico per oggi così mi fa la richiesta da dare all'ospedale. Serve anche se le non le fai in convenzione.

Spero che il sostituto non faccia storie, è lo stesso che non mi ha mandato dallo specialista per il mio problema al naso e per colpa sua ora non sento più nessun odore e i sapori sono tutti tutti

alterati 🤢🤢🤢

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 10:47

Paula, farò a breve le lastre a pagamento così le avrò entro breve tempo. Tanto farle in convenzione risparmio 4 euro e non vale la pena aspettare tanto tempo.

**Piera** Venerdì, 20 Maggio 2016 10:06

Rossana mi dispiace.... certo questo tempo non aiuta , anch'io sono tutta "incriccata" e confronto a te , non ho nulla!!! 😊 Cri69 so che puo' essere una gran palla frequentare queste cose, ma d'altra parte il non fare nulla mi sembra persino peggio, vedo che la disoccupazione e' usata da molti in modo "ambiguo" e a questi soggetti rompergli un po' le scatole e' buona cosa!!!! 😊 Spero che ti capiti una docente come la mia Giada, a cui tutti i partecipanti ai suoi corsi presso il centro dell'impiego fanno i complimenti !!! 😊

**Simona** Venerdì, 20 Maggio 2016 09:50

Ross 🤔🤔 immaginavo ci fosse qualcosa che non andava non leggendoti da giorni.... Capisco che se le energie non ci sono non si può spenderne neanche per scrivere.... ti penso e spero ci sia una risalita al più presto. ..

Lara,Paula... infatti sono appena rientrata a casa... ma stare a letto proprio non mi riesce... faccio pochino ma almeno pulizia bagno, lavatrice ordine devo fare, magari concedendomi un po di pause qua e là. . 😊

Lara bellissima idea quella del libro di ricette.... appena mi viene l'ispirazione ti mando una ricetta. ... 😊

**paula1** Venerdì, 20 Maggio 2016 09:25

ROSSANA mi spiace tantissimo sentirti così giù, in particolar modo perchè ti conosco di persona e so che bella persona sei...chiedo anche io un po' di bel tempo, in tutti i sensi, per te e per tutte noi.....

**paula1** Venerdì, 20 Maggio 2016 09:24

CRI69 anche i cassaintegrati dell'azienda che ha licenziato Fausto hanno dovuto fare dei corsi altrimenti saltavano gli ammortizzatori sociali...e mi viene ancor da ridere pensando alla sua collega che aveva in mente solo palestra, unghie laccate e borsette...che ha fatto il corso per giardiniere 🤔🤔🤔 che poi non sono serviti assolutamente a niente di niente...come il corso che ha fatto Fausto di "strategie per trovare lavoro"...qui non metto faccine perchè non esistono...e sarebbero censurabili!!! 😊

**rossana** Venerdì, 20 Maggio 2016 09:11

Buongiorno a tutte,

ci sono ma in versione un po' giù..

Il dolore non mi molla, sto bene 1/2 giorni poi torna.

Due notti non dormo per il dolore, poi mi decido a prendere il cortisone e da lì non dormo per quello. Alla fine sono due mesetti che va così e se non riparte un circolo un po' virtuoso sento proprio che mi consumo.

Sono in rosso come succede col conto corrente e risalire è difficile.

Ho anche perso peso e col cortisone non mi era mai capitato.

Non posso fare niente, non dovrei nemmeno scrivere qui, il mio lavoro è stare male e stare ferma.

Mi viene da piangere ma passerà.....

Devo avere un po di tempo buono allora riesco a rialzarmi.

Spero arrivi.

ANNUCCIA buon viaggio verso il tuo Lupetto.

CRI non commento il tuo corso, mi manca l'energia.  
State bene

**paula1** Venerdì, 20 Maggio 2016 09:00

MAMMA LARA ok ho ricevuto tutto...ti dico in anteprima che non basta...poi ti dirò meglio...  
SIMONA io ero così ieri e praticamente sono stata sul letto tutto il giorno...così senza fare niente...lo farei anche oggi, ma il dovere mi chiama... 😊 questa settimana è volata...è già venerdì... domenica sono a casa...evviva... 😎  
MAMMA LARA l'idea del libro di ricette è troppo bella...ma gli dai un filo conduttore? ad esempio...mi viene in mente una cosa buffa...le ricette degli emicranici: "risino in bianco" (ricetta di MAYA)...tipo così...

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 08:48

Simona, ecco, bravissima, vai a casa poi mettiti a letto oppure fai solo quello che ti da piacere fare. Insomma, fai solo quello che ti fa stare bene

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 08:46

Se lo sapessero le mie colleghe di lavoro che faccio sta cosa, sarebbero felicissime, a loro ho rotto le orecchie raccontando di questa idea mentre facevamo i turni di notte 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 08:45

Vorrei dirvi che ho in mente un altro progetto. Sto scrivendo un libro che poi metteremo online. Questa volta sarà un libro di ricette e le ricette dovranno essere spiegate nei minimi particolari così non devo rifarla io per spiegarli al meglio. Sarebbe bene raccontate anche il perchè di quella ricetta e della storia legata ad essa. Se è della vostra famiglia o di un vostro parente. Insomma vedete voi quello che vi viene meglio.  
Se vi ricordate è sempre stata la mia voglia con il TFR comprarmi un camper e girare l'Italia per farmi raccontare dalle signore anziane la loro ricetta legata alla loro storia, il TFR è andato per far curare Zeno dopo l'incidente e io sono rimasta sempre con la mia voglia di questa avventura.  
Ora mica posso farlo più anche perchè non ho più l'età e la forza di farlo, behh, forse la forza ce l'avrò quando mi sistemano le gambe ma mi manca il TFR 😊😊😊  
Così uso questo camper che mi fa correre su e giù dall'Italia.  
La ricetta avrà il vostro nome e la vostra storia che vorrete raccontare.

Grazie a tutte dell'aiuto.

Ahh, poi il libro verrà messo online e si potrà ricevere in cambio di una donazione alla Fondazione. ♥  
♥ ♥

**Simona** Venerdì, 20 Maggio 2016 08:43

Buongiorno adorato forum... oggi proprio non va... dormito pochissimo... stremata.. e lacrimazione facile... porto Mattia all'asilo poi devo x forza rientrare a casa... non riuscirei a fare nulla.. 😞😞😞

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 08:36

Cri, come avrai notato io non mi sto lamentando per il freddo. Aspetto il caldo e il primo che dice che fa caldo quando arriverà, se la deve vedere con me. 😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 08:34

Nico, in bocca al lupo per la fiera e per il tuo lavoro.

Io quando capisco che devo mollare mollo e lascio che facciano gli altri. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 08:33

Crilo, mi unisco a te per il saluto a Marco Pannella. Per lui ho una gratitudine immensa. E' merito suo e alle sue lotte se io mi sono liberata da un matrimonio che mi stava uccidendo moralmente e fisicamente. E' merito suo se ho potuto uscire da quella situazione senza perdere i miei bimbi e così salvare anche loro.

Sarà sempre nel mio cuore. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 08:29

Crilo, contenere i ragazzi è impossibile. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 08:27

Paula, ti ho risposto con due mail

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 08:26

Faccio fatica a raccontare di mia mamma, ma solo per una questione di tempo e spazio, dovrei scrivere per giorni se volessi raccontare di lei.

Ha avuto e cresciuto 10 figli ha avuto contro i parenti di mio padre sempre e con le mie orecchie ho sentito mio zio dire cose pessime di lei. Ha tribolato anche con chi di noi sorelle o fratelli ascoltavano questi zii pieni di soldi, ma alla fine l'ha vinta lei, la mia mamma.

Era una persona capace di aiutare tutti e sempre disponibile. Accoglieva tutti e sapeva ascoltare. Sopportava il dolore e questa è stata un po' la sua rovina perchè non si lamentava mai. Si sono accorti di una frattura alla clavicola solo quando ha fatto i raggi per un intervento, cancro, che ha superato non senza fatica. E' stato lì che le hanno trovato questa frattura e di questo lei non si è mai curata e neppure mai lamentata, teneva solo il braccio fermo e per un bel po' di tempo non l'ha usato. Aveva il cuore debole, ha fatto due infarti e si è sempre sentita dire da chi la visitava che il suo cuore era perfetto. Perfetto non lo era purtroppo, perchè il terso le è stato fatale, è morta in una notte di tantissimi anni fa. Era stata in ospedale per questo ed era stata dimessa perchè nei giorni del ricovero il suo cuore funzionava benissimo. Quanta rabbia avevo quando andavo in reparto, ma anche lì c'era chi si occupava di mia mamma e io non venivo ascoltata. Volevo portarla via da lì, ma eravamo solo in due sorelle che volevamo questo e due contro tutto il resto non si ottiene niente. Poi mia mamma ha sempre fatto di tutto per non farci litigare e ha convinto me e Loredana a lasciare stare. Abbiamo capito che era stanca, stanca di tutto.

Lei rimane nel mio cuore sempre

Conosco mamme che tanto brave non lo sono state, e hanno fatto danni enormi lasciando nelle figlie e nei figli vuoti incolmabili. Ne conosco che hanno fatto ammenda in tarda età, altre invece che continuano nel loro pensiero di sentirsi delle vittime di qualcuno, il qualcuno di turno ovviamente.

Mi spiace per loro e per i loro figli.

E' sempre difficile fare il genitore, ma quello che è più importante non è non fare errori, perchè quelli si fanno eccome, è poi riuscire a chiedere scusa e compensare con l'amore incondizionato che solo una mamma riesce a dare.

Io non so che mamma sono stata, so solo però che i miei figli sanno che li ho amati, che li amo e che non smetterò mai di amarli e di stare dalla loro parte.

Non perdo mai l'occasione di dire che ho fatto il meglio che potevo, che di errori ne ho fatti tanti ma che potevo anche fare di peggio. Però mai dimentico di dire loro che non avrei mai voluto avere figli diversi da loro e che sono stati la cosa più bella che potevo fare e ricevere nella vita.

Detto questo però sono convintissima che non andrà bene lo stesso, perchè è così che succede, tante volte si diventa il parafulmine, ma va bene anche questo, altrimenti che mamma sarei. ♥♥♥

**paula1** Venerdì, 20 Maggio 2016 08:17

Buon giorno a tutti...qui ancora molto nuvoloso 😞 stamattina ho dovuto prendere 2 Oki perchè la testa proprio non va e devo anche lavorare e non sarà leggero perchè il chirurgo che opera 8 protesi al giovedì adesso ne opera anche 8 al venerdì..tanto per darci da fare e sempre con lo stesso personale....più tutti gli altri ovviamente...

vado giù un po' prima per ritirare il libro di Barbanti... 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 08:03

Annuccia, ormai sarai già in partenza o già in viaggio.

Dai un bacino a Lupo da parte mia. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 08:02

Crilo, ha ragione da vendere tua mamma quando dice che i soldi che spendi per farti aiutare con le faccende di casa sono i migliori che spendi. Alle volte proprio non ci si arriva a fare tutto e se chiedi aiuto fai bene a te ma anche a chi ti aiuta.

Hai ragione anche tu quando dici che scrivere nel forum ti rilassa, anche a me succede. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 20 Maggio 2016 07:57

Buongiorno a tutti.

Oggi faccio la marmellata quella che posso usare io per le mie merendine. Faccio prove e vedo come viene.

Questa sera invece ho i ragazzi a cena.

Zeno no perchè è lontano 😞

**cri69** Venerdì, 20 Maggio 2016 07:40

Buongiorno a tutti , state preparando l' albero ? vi siete organizzati per i regali ? Sta arrivando il

Natale non fatevi trovare impreparati....ma si può ...fà freddo 😞 .

NICO io dico che hai una bella pazienza anche tu, ma questa non sta mica capita però ? e' tosta eh??

Spero ,però, che il mdt , ti dia tregua. Un abbraccio.

ROSS se ci sei batti un colpo .

Mi preparo , vado al corso per sentirmi dire che sono disoccupata 😞

**nico26** Venerdì, 20 Maggio 2016 06:55

Buon venerdì mattina a tutti/e .

Stanotte era tanto ma e' stata dura la nottata con il mdt sia frontale che nuca.

Poi avevo amici di Nico a dormire e quindi notte lunga ma poi oggi e' venerdì'.

Ieri sono sbottata al lavoro e ho dato della...cogl... al mio direttore perche mi sono stancata di lavorare in precariato senza obiettivi, budget,un tanto al braccio .

Pensate che ci hanno dato gratuitamente la possibilita' di partecipare GRATIS alla fiera del mio paese domenica ,la quale fiera richiama non vi dica quante mila persone.

Beh....alla fine ci sono solo 3 ragazze del fitness e chi deve andare ad aiutare un po?

Ma poi come la voleva organizzare...tipo ...festival...buttato li.....senza curar l'immagine....senza, ...criterio...beh....a questo punto gli ho detto quello che pensavo .

Unico mio difetto ragazze e non so come imparare a gestire il fatto che sono troppo diretta che non riesco a girarci intorno.....ed in effetti lei sentendosi ferita si era innervosita.....parecchio!!!!

Ma che roba!!!!

**crilo** Giovedì, 19 Maggio 2016 23:58

Scusate, dimenticavo.....

Un doveroso saluto a Marco Pannella, esponente del partito Radicale che ha dedicato la sua vita a combattere x i diritti civili 😞😞

**crilo** Giovedì, 19 Maggio 2016 23:48

Buonanotte a tutte.

Domani a scuola avrò 6 ore da 50 minuti, dalle 8,15 alle 13,30. Sarà dura soprattutto se i ragazzi non riusciranno a contenersi, ma il lavoro è lavoro e so benissimo di essere fortunata ad averlo di questi

tempi, spero solo che la testa regga. 😞😞😞

**cri69** Giovedì, 19 Maggio 2016 21:12

Buonasera a tutti , stamattina ho scoperto una cosa nuova .Per rimanere con la qualifica di

disoccupata ed avere la possibilità della disoccupazione devo andare a fare un corso 😞 .Così

domattina per ben 3 h vado a fare questo corso, che mi farà la ragazza dove vado a fare le pulizie

😊 , altrimenti perdo lo status di disoccupato ....ben ben... 😞 .

Ho letto ciò che avete scritto e mi sono ritrovata tanto, non vogliamo mai un aiuto anche se stiamo stramazando...ma Cris la tua mamma sà che il momento è particolare e sicuramente capisce.

Mi sono tanto ritrovata tanto anche nello scritto di Simona...anche mia mamma assomiglia tanto alla tua...succube del marito , che segue ovunque ,che raramente contraddice. Quando io me ne sono andata da casa mia ,piangeva dal dispiacere con gli altri ma mai ha cercato di patteggiare per me o ha dimostrato che si poteva fare qualcosa...comunque ormai è andata...mi aspetta un'altra dura lotta e vedremo come uscirne....

Dimenticavo sabato ci sarò..poi Lara ci sentiamo... 😊  
Notte serena a tutti.

**paula1** Giovedì, 19 Maggio 2016 20:36

Buona sera...qui diluvia...spero si sfoghi così domani magari esce anche il sole.....la mia testa non fa la brava, ma non prendo niente...non è così fastidioso e va a momenti...  
ora guardo la tv poi vado a nanna...oggi molto, molto improduttivo...  
MAMMA LARA ti ho mandato la mail...

Buona notte a tutti 😴

**Annuccia** Giovedì, 19 Maggio 2016 20:18

Cara simona grazie. Volevamo fare il viaggio in treno ma ci abbiamo ripensato

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Maggio 2016 19:05

Sto scrivendo a destra e manca. Ora devo mollare perchè la stanchezza è abbastanza e devo ascoltarla. 😊

Vi voglio bene. ♥ ♥ ♥ ♥ ♥

**Simona** Giovedì, 19 Maggio 2016 18:48

Buon viaggio Annuccia... 😊😊 goditi Lupetto. . 😊

Crilo... tranquilla che puoi dirmi tutto ciò che vuoi... razionalmente so bene che il tempo perso non si recupera... che bella persona è la tua mamma 😊😊

**Annuccia** Giovedì, 19 Maggio 2016 18:25

domani mattina dovrei partire per Parma. Quando posso vi scriverò.

**crilo** Giovedì, 19 Maggio 2016 18:21

Scrivere nel forum mi rilassa e mi aiuta a distrarmi dalla routine.

Se dovessi parlarvi di mia madre potrei solo dirvi che è una donna meravigliosa che sa ascoltare e comprendere e si rende quasi sempre conto se in famiglia ci sono delle priorità da affrontare e cerca sempre una soluzione.

Si prodiga per gli altri come pochi sanno fare: quando sto male per giorni la vedo comparire x accertarsi che la situazione sia sotto controllo, il fine settimana non manca mai al ristorante di mio fratello per dare una mano in cucina. Da quando sua sorella ha avuto un'emorragia cerebrale che le ha lasciato delle lesioni di carattere motorio, la aiuta a lavarsi e sistemarsi x bene, così come una persona dignitosa dovrebbe essere. 😊

Certo, confesso che mi piacerebbe godersela un po' di più, ma so che la limiteremo e voglio invece che si senta libera di agire e fare come meglio crede. 😊

La domenica ci invita sempre a pranzo da lei e cucina certe prelibatezze da leccarsi i baffi, poi quando rientro mi porto sempre dietro una busta piena di contenitori con i suoi manicaretti che mi aiutano davvero tanto ad affrontare i pranzi e le cene della settimana.

Che dire! Credo che non ci sia altro da aggiungere, sono davvero fortunata ad avere avuto una madre come lei è. .... come si può non adorarlo? È davvero una persona speciale! 😊😊

**crilo** Giovedì, 19 Maggio 2016 18:08

Buonasera a tutti, eccomi di ritorno.

Per fortuna la testa ha retto, anche se mi sento un paio stanca fisicamente.

Cri, Simona, ho letto i vostri racconti e vi capisco. Cri, anch'io mi ostino a voler fare da sola, ma a volte mi rendo conto di non farcela: troppo difficile gestire 1 casa su 3 livelli come la mia senza

alcun aiuto. Per cui quando vedo che sono arrivata al limite chiamo una signora che vive vicino a casa e le chiedo di aiutarmi per le faccende. Mia madre mi incentiva a farlo, e dice che sono i soldi meglio spesi in assoluto. 😊

Simona, capisco il tuo rancore per una donna che avresti voluto diversa. Purtroppo i parenti non possiamo sceglierli, ci capitano e basta!

Ricorda però che nonostante i suoi difetti di madre ce n'è 1 sola e devi godersela adesso, perchè quando non ci sarà più non dovrai chiederti, forse se avessi fatto questo magari ora.....

Scusa se mi sono permessa entrare nel merito della cosa, ma volevo solo dirti cosa farei io se fossi al tuo posto. 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Maggio 2016 17:54

Cris, faccio quello che posso non preoccuparti. mangiamo quello che passa il convento 😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Maggio 2016 17:51

Cris, bene, sabato sera a cena da me. Si è prenotata anche Cri

**Simona** Giovedì, 19 Maggio 2016 15:45

Cris che bello che vai a Ferrara... 😊😊 se fosse più vicina verrei anche io... ma faccio fatica a fare tanta strada ora.... gabriele sabato lavora fino alle 23 quindi dovrei venire sola con Mattia.... e non ce la posso fare fisicamente. .. però vi penserò assai... 😊😊 vedrai che ti troverai benissimo alle Giostre... salutami Aurora che è la ragazza del B&B.... 😊😊

**Simona** Giovedì, 19 Maggio 2016 15:37

Cris capisco benissimo come ti abbia "preso" la cosa della donna delle pulizie ed in più con emicrania...vomito.. ecc. Insomma... era proprio il momento sbagliato... delle volte facciamo così tanta fatica che è normale che ci venga il nervoso e che cmq tanto dolore ci porti ad essere persone diverse da quelle che siamo quando invece stiamo bene... le persone che ci vogliono bene sanno in realtà che persone siamo e quindi perdonano tutto... 😊

Per il mio rapporto con la mia mamma non c'è un episodio grosso ma tanti piccoli... che hanno incrinato tutto... diciamo che lei ha fatto quello che poteva ma forse x come sono io avrei avuto bisogno di altro... mi ha resa molto indipendente e di questo sono grata ma a tratti mi sono pure sentita abbandonata o messa da parte... e poi ti dico la verità nel 2005 quando è mancata mia nonna, la mamma di mia mamma, che stava in un ricovero già da tempo e si vedeva che non ne aveva più tanti giorni da spendere, mia mamma è partita x il centro America con mio padre, il viaggio più lungo della loro storia di viaggiatori... più di 40 giorni sono stati via.... e 1 settimana prima che tornassero la nonna è mancata... sono dovuta intervenire per difendere mia mamma dalle ingiurie di mio zio che la voleva contattare via mail per insultarla e per dirle che la nonna era morta.... mio zio ha frenato la sua ira dicendomi chiaramente che lo faceva solo x me... poi si saranno anche detti di tutto al suo ritorno ma lì x lì mi son sentira di "proteggere" mia mamma che intanto da oltreoceano non avrebbe potuto far nulla se non sentirsi in colpa che forse già se la sentiva addosso sta cosa... però quell'episodio mi ha segnata non poco... primo perchè io ho protetto lei come lei in tutta la mia vita non ha mai fatto con me, vari episodi in cui mi esponevano a cose che ancora ricordo.. e poi perchè ha chiaramente dimostrato che la priorità ce l'ha sempre avuta mio padre, le sue esigenze sono sempre venute prima di tutto e tutti e sta cosa non riesco a mandarla giù. .. la trovo non dignitosa x una donna... lo so che lei forse sarà stata la prima vittima di questo ma per me è inaccettabile. .. mio padre è una persona molto carismatica, egoista ed accentratore ma la colpa non riesco a darla a lui per com'è fatto ma a lei per averlo sempre subito a discapito di tutto.e tutti...scusa la lungaggine. ...

**Cris83** Giovedì, 19 Maggio 2016 15:25

MAMMA LARA per sabato ho prenotato alle Giostre. Poi ti faccio sapere quando arriviamo.. 😊 Non voglio disturbarti troppo mi basta di stare un po' insieme..

**Cris83** Giovedì, 19 Maggio 2016 14:59

Ma guarda SIMO sull'aiutarmi a pulire casa o fare altre cose o darmi qualcosa cena ho smesso di dirgli di no.. anzi quando mi dice vengo o portami i panni da stirare lo faccio e ringrazio. Prima insistevo

sul no perché di cose da fare ne ha tante e tanti dolori e perché mi crucciavo di voler fare tutto da sola. Ma più per non fargli pesare cose a lei, poi ho capito che lo faceva volentieri e ci rimaneva quando gli dicevo no.. quindi accetto tutto. Ma l'altro giorno sono proprio scattata perché voleva mandarmi questa donna delle pulizie che avevo visto tipo una volta e non me lo aveva nemmeno chiesto, e nel momento che mi ha chiamato ero in bagno che stavo vomitando l'anima.. Mi ero vestita poco prima ed ero pure uscita convinta di farcela ad andare a lavoro quando mi è toccato rientrare di corsa perché la testa e lo stomaco proprio non reggevano.

Ed è chiaro che so che voleva solo aiutarmi, infatti non ce l'ho mica con lei ma con me che in certi casi proprio non riesco a non risponderle male, sia con lei che con michele o con qualsiasi altra persona.. mi fa proprio rabbia che questo dolore prenda il sopravvento sulla persona che davvero sono.

Comunque ho la grandissima fortuna di avere persone che capiscono e che non mi mandano a quel paese.

SIMO mi dispiace per i rapporti con tua mamma.. ma c'è qualcosa di grosso di precedente che ha inclinato il vostro rapporto? o è sempre un po' così? magari dovresti provare a chiarirci un po'..

scusate la lungaggine e i discorsi un po' contorti.. ma tanto so che capite.

**paula1** Giovedì, 19 Maggio 2016 13:48

Buon giorno a tutti...qui ha fatto un piccolo temporale..e meno male che non sono andata a Bologna..., ma a dire la verità non avevo proprio voglia di farmi 60 km anch'oggi.....sono troppo stanca...

la testa è delicata, ma il dolore è passato..solo con Oki per fortuna...

LILI congratulazioni per la nascita del nipote

CRIS83..fai bene a chiedere scusa alla mamma..io penso che è in buona fede e non dobbiamo vergognarci di accettare un aiuto...

**Simona** Giovedì, 19 Maggio 2016 12:40

Lile Congratulazioni a te e a tuttanla famiglia 😊😊

Cris.. mi sa che noi figli non siamo mai contente... pensa che io invece se mia mamma mi dicesse "ti vengo a pulire casa...o ad aiutarti a fare quello che devi fare" sarei felicissima... ho un sacco di cose da sistemare in casa.. spazio da fare... cambio di stagione.. piante da travasare... insomma .. veramente ne ho un bel po... ma non riesco ad arrivare ovunque... e mia mamma se per caso passa da me e vede che sto facendo i letti mi aiuta ma del resto non le viene proprio di chiedermi se ho bisogno... anche quando ero ferma con le emorroidi non mi sono mossa x 1 settimana e lei mi ha cucinato 1 pranzo e basta solo perché era qui x caso... gli altri giorni mi son dovuta arrangiare... Sei brava a chiederle scusa. .. io ormai ho i rapporti talmente compromessi che non so se riuscirei a chiedere scusa ... infatti per non mettermi in situazioni in cui mi sentirei in colpa non dico mai nulla... non dico quello che penso.. quello che mi fa star male... non chiedo niente se non x Mattia quando sono k.o. ...mi tengo tutto dentro... sfogo solo qui con voi... ma non è bello avere sto rapporto con la propria mamma.... e chissà se riuscirò mai a recuperare un pochino prima che sia troppo tardi.... 😞 Mi sa che dovrò fare i conti con questa cosa x tutta la vita... 😞😞

**Annuccia** Giovedì, 19 Maggio 2016 12:18

NICO, aspetto sempre che passi l'aura altrimenti non potrei guidare. Una volta passata mi impasticco quando capisco che arriva il dolore.

**Annuccia** Giovedì, 19 Maggio 2016 12:16

LILE, auguri per il nuovo arrivo! 😊

**Annuccia** Giovedì, 19 Maggio 2016 12:16

Buongiorno a tutti!

ieri sono riuscita a fare tutto .... anche se con fatica. Le riunioni condominiali sono sempre stressanti, soprattutto quando si ha a che fare con nuovi proprietari che pensano di fare i padroni e dettare regole mai esistite.

Noi abbiamo un regolamento contrattuale antecedente al codice civile e loro vorrebbero non

attenersi a queste regole. Capiraiiiiiiiiiiiiiiiii mi ci hanno trovata..... poi, in questo periodo mi riesce così bene litigare che non ho avuto problemi 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Maggio 2016 11:40

lo ho la fortuna di avere Emma che mi sta "rendendo" un bel po' di cosine. E Enza è già una brava mamma, perchè Emma cresce ed è già capace di sapere ciò che vuole e come lotta la piccoletta 😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Maggio 2016 11:37

Cris, intanto lasci dire che sei brava a chiedere scusa a tua mamma, sono certa che apprezzerà . Ma quanto è difficile accontentare i figli, ogni volta che credo di far bene a fare sbaglio e ogni volta che non faccio per paura di sbagliare sbaglio. Ma nessun problema, se si ha la fortuna di diventare mamme (perchè è quasi sempre la mamma a farne le spese) vedi mo che ci si passa in questa cosa, così ognuna si becca le sue, sempre si siano cresciuti dei figli capaci di fare di testa loro. Spero di non aver offeso nessuno. ♥

**nico26** Giovedì, 19 Maggio 2016 10:34

Buon giovedì' a tutti /e sotot un cielo mezzo nuvolo.  
Annuccia con il tuo post mi hai spiazzato.  
Si lavita e' un dono immenso e non ci rendiamo mai conto che tesoro abbiamo.  
Poi Annuccia ti ammira tanto...aurea di 1 ora e poi mdt e sei rimasta ?  
lo ....prima 10 gg Lexotan.....!  
Sei una Grandissima 😊

**Piera** Giovedì, 19 Maggio 2016 10:31

Lile auguri per il nuovo arrivo, e' sempre bello festeggiare una nascita!!! 😊 ti piacerà' tanto fare la zia vedrai 😊 Cris, sono sicura che la tua mamma voleva aiutarti, sa che non stai bene e in piu' sei incinta, prova a vedere il suo "cuore di mamma" 😊

**Cris83** Giovedì, 19 Maggio 2016 10:09

Oggi vado a pranzo dai miei.. e devo rimediare e chiedere scusa a mia mamma che l'altro giorno le ho risposto male di brutt.. più che una reazione a quello che mi ha detto era uno sfogo.. cerco sempre di apparire forte e serena ma a volte nei giorni di dolore o anche dopo è difficile. e a volte scoppio.. Voleva per forza venire a pulire con quella donna delle pulizie che a volte va da lei, le ho detto mille volte che non voglio questa incombenza e che voglio fare da sola.. mi dice ma tanto se stai male te stai in camera e noi puliamo. Non capisce che rantolo sempre tra la camera e il bagno per vomitare e soprattutto già mi sento in colpa per stare lì senza far nulla, figuriamoci avere lei e una donna a pulire mentre io perdo l'intera giornata senza fare nulla. so che lo fa solo per aiutarmi ma è difficile..

**Cris83** Giovedì, 19 Maggio 2016 10:04

Ciao a tutti,  
oggi va meglio! Ieri sera sono riuscita anche a concedermi una pizza con delle amiche, ho avuto un po' di mal di testa stanotte ma nulla di esagerato.

SIMO l'idea del trolley di Piera è molto carino..e comunque i regali utili sono sempre i migliori!

CRILLO in bocca al lupo per la giornata e spero che la testa regga.

Che bello LILE!! Diventare zia è bellissimo! Come lo hanno chiamato di bello?

**crilo** Giovedì, 19 Maggio 2016 09:50

Tanti auguri Lile, che meraviglia avere a che fare con una nuova vita che viene al mondo! 😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Maggio 2016 09:21

Crilo, la stessa cosa faccio io quando vado nel negozio che vende stampi e altri utensili per le torte. Mi devono trascinare fuori perchè mi porterei a casa il negozio.

Starei lì per ore e vengo via lasciandoci gli occhi.

Il tuo cambio è stato utilissimo per Emma.

Dai che ti ha tolto da un impiccio. 😄😄😄

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Maggio 2016 09:18

Lile, che bella notizia. Troppo bella.

Congratulazioni cara ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Maggio 2016 09:16

Sto facendo un backup di tutti i documenti e foto e quant'altro di quello che contiene il computer



**lile** Giovedì, 19 Maggio 2016 09:14

Buondi!

Da lunedì ho avuto 3 giorni davvero pesanti... ho pensato tanto a quello che avete scritto sull'eliminare le persone negative dalla propria vita, e per quanto possibile cercherò di farlo...

Ma bando alle ciance, non voglio sprecare un minuto di più per sta gente, vi devo dire una cosa molto più bella! Sono zia! Il mio nipotino è nato e lui e la mamma stanno bene! 😄😄😄

**crilo** Giovedì, 19 Maggio 2016 09:08

## Fare shopping aiuta parecchio

Ieri mattina ho finito prima al lavoro e poiché avevo bisogno di un pantalone in cotone a sigaretta, blu scuro, ho deciso di andare in un centro commerciale della zona. Che belle le vetrine coi colori primaverili! 😄

Mi veniva la voglia di comprare tutto, poi addosso ai manichini sembra tutto perfetto, poi quando indossi ti rendi conto che sembri un quadro degli impressionisti e finisci x tornare ai tuoi soliti colori coi quali ti senti a tuo agio. 😄

Però mi sono davvero divertita, o meglio ho trascorso due ore in assoluta spensieratezza e sono tornata a casa coi pantaloni che cercavo e, per non smentirmi anche qualche altra cosina 😄😄

Ho fatto l'errore di prendere anche un pantalone beige senza misurarsi e la vestibilità non era quella giusta, allora poiché avevo già pagato Emma mi ha consigliato un cambio conveniente: dare indietro il pantalone x un giubbino corto in ecopelle per lei.

Ma quanto mi è convenuto sto cambio!



**mamma\_lara** Giovedì, 19 Maggio 2016 09:00

Simona, se conosci il bimbo e le sue passioni prova a seguire quelle per il regalo.

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Maggio 2016 08:57

Crilo, in bocca al lupo per la giornata che leggo piena di impegni.

Anche la mia notte è stata agitata, avevo un sospenso che ho sistemato questa mattina. Incredibile quanto male mi faccia rimuginare su qualcosa, devo fare sempre tutto per bene. altrimenti pago con il rimestio dei pensieri fino a che non "sistemo"

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Maggio 2016 08:54

Paula, mi sa che la tua stanchezza ha motivo di esserci, non è che ti risparmi.

Scrivi quando puoi che a me va bene

**crilo** Giovedì, 19 Maggio 2016 08:53

Buongiorno a tutte!

Stanotte ho avuto caldo ed un sonno parecchio agitato!

Oggi mi aspetta una giornata faticosa: stamattina andrò al lavoro, subito dopo avrò una riunione di dipartimento che dovrò coordinare e subito dopo ancora il collegio dei docenti. Rientrerà a casa non prima delle 18:00 di stasera.

Spero solo che la testa regga, perchè il fatto di accumulare stress la rende particolarmente sensibile. 😞😞

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Maggio 2016 07:42

Scusate ho sbagliato faccina 😊😊😊😊😊 questa volevo mettere.  
Meglio accenda il computer, dal telefono le mie ditona pigiano l'impensabile

**Simona** Giovedì, 19 Maggio 2016 07:42

Buongiorno adorato forum.... qui pioggia intensa...

Piera ottima idea quella del trolley. . Grazie.. 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 19 Maggio 2016 07:41

Buongiorno a tutti.

Qui si lavora sempre, ma va bene così. Il lavoro nobilita diceva qualcuno e io voglio diventare nobile  
😊😊😊

**cri69** Giovedì, 19 Maggio 2016 07:35

Buongiorno a tutti , qui nuvoloso. Si parte x una nuova giornata... Abbracci

**paula1** Mercoledì, 18 Maggio 2016 21:32

Buona sera a tutti..vi leggo domani sono stanca morta...13 ore sono molte e fatte così tirate e con colleghi che se ne approfittano pesano ancora di più...

faccio una doccia e vado a riposare...domani ho scelto di stare a casa e forse scendo a Bologna a ritirare il libro di Barbanti.....

stasera intanto ho preso 2 Oki perchè la testa fa male...e non poco.....

Buona notte a tutti 😊

MAMMA LARA domani con lucidità ti mando una mail...un abbraccio

**Piera** Mercoledì, 18 Maggio 2016 21:17

Simona cosa ne dice di un bel trolley colorato a Vittoria e' piaciuto molto come regalo per la comunione, oppure un abbonamento a una rivista che puo' piacere al bimbo.

**Cris83** Mercoledì, 18 Maggio 2016 20:19

Mi accorgo che appena sto di nuovo male mi basta poco per far arrivare la tristezza.. Sarà che con i mesi della cheto anche se pochi miglioramenti mi bastavano per sentirmi rinata.

Annuccia ho letto ora della tua amica.. Per fortuna che sta bene ora! Non dovremmo davvero lamentarci di nulla e essere felici di come stiamo e di quello che abbiamo. Di storie tristi se ne sente così tante..e che magari finiscono male!

**Simona** Mercoledì, 18 Maggio 2016 20:15

La domenica di fine maggio abbiamo il torneo di calcio di Mattia e la comunione del nostro vicino di casa... ci divideremo la giornata a metà. . Metà torneo.. metà comunione... avete mica dei suggerimenti x il regalo da fare al bambino? lo sono proprio fuori da questi "eventi" e mi verrebbe da regalare cose utili come faccio ai compleanni o a natale.. ma forse x la comunione "serve" un regalo particolare?? Chiedo a voi ...

**Simona** Mercoledì, 18 Maggio 2016 20:08

Non sono in forma x niente... 😞😞 domattina porto mattia all asilo poi mi fermo dall estetista e mi faccio fare ceretta e pedicure... a dire il vero in questa gravidanza i peli superflui.non mi sono cresciuti.. 😊😊 uno dei tanti lati positivi. . Però domani mi faccio fare quei pochi così sono apposto fino a dopo il parto e poi pedicure perché non riesco bene neanche a mettermi le scarpe senza fare una bella fatica.. quindi anche li mi preparo per le scarpe aperte e per il parto... poi avrei una lezione di yoga da recuperare ma ho deciso di farlo la prossima settimana dove avrò una lezione di

nuoto in meno.. non voglio affaticarmi troppo perché vedo proprio che ogni giorno è sempre più stancante fare le cose e ancora ne ho da fare prima dell'evento...

Annuccia mi son venuti i brividi a leggere della tua amica... quanta sofferenza. .. per fortuna ne è uscita.. spero la tua testa abbia retto alla giornata e alla riunione di condominio. .

Cris... 😞 forza cara... sbalzi d'umore capitano a tutti e in gravidanza ancora di più. ... a me ieri sera scendevano le lacrime..

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Maggio 2016 19:17

Cris, succede di averne poche da dire. Succede cara

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Maggio 2016 19:16

Annuccia, sono rimasta senza parole nel leggere della tua amica. Non posso neppure pensare alla sua sofferenza e a quella della sua famiglia. ♥ ♥ ♥

Anch'io sono fortunata.

Anni fa quando Emma aveva circa un anno, ho fatto un incubo bruttissimo e non riesco a togliermelo dalla mente. E quello era un incubo dal quale poi mi sono svegliata e ancora ci penso

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Maggio 2016 18:44

[Obesità: miti, credenze e fatti](#)

**Cris83** Mercoledì, 18 Maggio 2016 15:10

Ciao..

vi ho letto ma sono un po' di poche parole e sapete che quando sono di poche parole non è un granchè positivo.

Vado avanti e cerco di non buttarmi troppo giù..

un abbraccio forte e buona giornata! 😊

**Annuccia** Mercoledì, 18 Maggio 2016 11:53

Stamani mi sono sentita tanto fortunata. Ho incontrato una mia vecchia amica , non ci vedevamo da tanto, ha dovuto affrontare una leucemia importante ed è dovuta stare tre mesi in isolamento senza vedere figli e marito. Gli infermieri ed i medici, senza mezzi termini, le hanno fatto salutare tutti perché avrebbe potuto non rivederli più, le sue compagne di stanza sono morte tutte. Mamma mia, scusate, ma non riesco a distogliere il pensiero da questo racconto. Lei mi ha detto "io l'amavo tanto anche prima del male la mia vita, ora non posso dire, come dicono tutti , "ora amo la vita". Mah..... siamo proprio precari. Comunque lei si è salvata ed era a fare la spesa. 😊

**Annuccia** Mercoledì, 18 Maggio 2016 11:46

Anche io non seguo la chetogenica , ma mi limito molto con i carboidrati e gli zuccheri.... se posso, comunque tutto integrale.

**Annuccia** Mercoledì, 18 Maggio 2016 11:45

Buongiorno a tutti!

ieri pomeriggio a studio ho avuto l'aura che è durata per quasi un'ora. E' stato così faticoso sopportare anche perché avevo da fare..... poi si è scatenata l'emicrania , ora non sempre accade. Preso trip e via.....

Comunque è da ieri che ho dei momenti di "testa addormentata"!

Stasera riunione condominio per decidere definitivamente sulle valvole che dobbiamo mettere ai termosifoni.

Spero di fare presto anche perché tornando da studio mi fermo direttamente nella sala riunioni .

Giornata impegnativa, spero che almeno la testa possa reggere.

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Maggio 2016 11:21

Nico, anche Emma lo ha tenuto un anno e presto mi sa che è pronta per l'altro apparecchio. Per la spesa non parlo. 😞😞😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Maggio 2016 11:19

Feffe, che bella la frase di Anais Nin, non la conoscevo.

Nel mio intervento dello scorso anno e quello che dico sempre alle ragazze del gruppo è questo: "Dobbiamo trovare la pace con noi stesse e con il nostro star male allontanando i pensieri tossici. Non sempre i nostri pensieri sono realtà".

Grazie mille. Me la sono segnata ♥ ♥ ♥

Non so se è suggestione il fatto di sentire il picco glicemico, alle volte il nostro corpo sente

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Maggio 2016 11:14

Maya, lavoro faticosissimo il tuo, immagino che ne avrai un bel po' di stanchezza e di MDT quando torni a casa. Vedi cosa sei capace di fare e mica spenderti più del dovuto 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Maggio 2016 11:12

Paula, Big Jim avrà anche lui le sue frustrazioni e le sfoga tosando il prato.

Sarò felice così.

Io invece quando ho bisogno di caricarmi impasto 😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Maggio 2016 11:10

Simona, lo immaginavo, quando arriva la forza noi ne approfittiamo per spenderla subito 😊😊😊😊  
😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Maggio 2016 11:06

Arianna, ho avuto modo di conoscere tantissimi dottori e specialisti in tutta Italia e posso dire che ne abbiamo proprio persone validissime.

Io ora facendo la chetogenica sono per forza seguita a Roma, ma non ho mai avuto nessun problema con il Professore che mi seguiva prima, mi ha sempre ascoltato e aiutato al massimo delle sue possibilità.

Sono riuscita a stare meglio quando ho visto chiaro cosa potevo fare io per stare meglio e penso che tu stia facendo la giusta strada.

Meno male che ormai sono abbastanza avanti con gli anni, perchè quando avrò bisogno ancora del dentista ho deciso che mi metterò la dentiera 😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Maggio 2016 11:00

Simona, sarà che ho fatto pace con i miei dolori, ma ogni volta che sento dei vostri mali mi sento sollevata per non averli io, per esempio il lato b a me non fa male e non immagini quanto io sia felice. 😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Maggio 2016 10:55

Annuccia, mica preoccuparti cara, la mia responsabilità è sempre solo nei vostri confronti e di chi mi da fiducia. Ecco, vorrei essere sempre capace di rappresentarvi al meglio. Solo questo conta per me. Intanto sono un bel po' di volte che non frigno mentre espongo il mio intervento e questo è già un successo per me 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 18 Maggio 2016 10:52

Buongiorno a tutti.

Sempre grandi manovre per casa, devo nascondere un po' di cose perchè mi sto preparando all'arrivo della fine del mese e ancora i lavori non sono fatti, così ho attrezzi in giro e un po' di nervoso per il fatto che ancora una volta i lavori tardano e rimango sempre in sospeso con tutto in giro.

Ma quanta pazienza ci vuole. 😊

**arianna** Mercoledì, 18 Maggio 2016 10:33

Buongiorno a tutti !!Grazie Simona farò tesoro delle tue parole sempre molto saggia e dici il tutto sempre con molta delicatezza nn ti scusare mai io leggo volentieri quello che mi scrivi e le tue esperienze!!!oggi volevo finalmente pulire casa è da 2 giorni che nn ho mal di testa ma combatto con i denti quindi le mie mattine si perdono dal dentista come i miei soldi 😞 !!!tra testa e denti i dottori godono tanto del mio stipendio 😞 ma lasciando stare i soldi che poco contano ma almeno che mi risolvessero il problema è possibile che siamo nate x tribulare!!!!buona giornata a tutti..baci

**Maya** Mercoledì, 18 Maggio 2016 09:29

Buon giorno....Mami e 'troppo difficile contenere il dolore da tensia,anche perché il lavoro pesante dove la fatica va a caricare spalle e collo...

**nico26** Mercoledì, 18 Maggio 2016 09:21

Buongiorno a tutti /e.Son qui dal dentista con Nico che gli tolgon l espansore dopo 1 anno ....e mamy e papy saldan ...per un totale di.....€ 1.900 😞😞 .

Che dire....avanti pure....

Per quello che dice Feffe io ogni giorno prendo quello che la vita offre r se la giornata parte bene me la godo...se parte male..

.accetto ..... e lascio andare.

Stamane partita bene e alle 8 avep fatto 10 km...di corsetta 😎😎😎😎

**Simona** Mercoledì, 18 Maggio 2016 08:34

Finalmente ho dormito meglio del solito.. 😄😄

**cri69** Mercoledì, 18 Maggio 2016 08:17

Buongiorno a tutti, qui sole.

**Simona** Mercoledì, 18 Maggio 2016 07:45

Buongiorno adorato forum.. 😊

**feffe81** Martedì, 17 Maggio 2016 22:35

PAULA dobbiamo proprio sostituirli quei pensieri!!

"Non vediamo la realtà come essa è. La vediamo come noi siamo" [Anais Nin]

**feffe81** Martedì, 17 Maggio 2016 22:30

Per me oggi giornata buona 😊 anche se non faccio la chetogenica ho eliminato anche io la pasta, il pane e il riso e sto meglio. Mangio comunque dei carboidrati ma integrali e solo fino alla mattina, del resto mi concedo ogni tanto il dolce ma spesso ho la sensazione di sentirlo il picco glicemico! suggestione?

**feffe81** Martedì, 17 Maggio 2016 22:27

MAYA 😞 forza forza

**Maya** Martedì, 17 Maggio 2016 20:53

😞 troppo male

**paula1** Martedì, 17 Maggio 2016 20:32

Buona sera a tutti...oggi ho fatto ben poco...ho cercato di riposare, ma faccio davvero fatica a

rilassarmi...poi stavo dormicchiando e Big Jim ha iniziato a segare l'erba 🤪 che due scatole..... vado a guardare un po' di tv poi nanna per la giornata campale che sarà domani...

Buona notte a tutti... 😊

**Simona** Martedì, 17 Maggio 2016 20:24

Lara grazie... 😊 un po di forza è arrivata... 😊😊 infatti non mi sono risparmiata.. ed ora sono ben ben stanchina....

Buona notte a tutti voi 😊😊

**Simona** Martedì, 17 Maggio 2016 20:23

Piera credo che i picchi glicemici su di me abbiano lo stesso effetto che hanno su di te... me ne sono proprio accorta in questi mesi dove ho abbandonato la cheto.... sono anche abbastanza convinta che questa cosa possa influire su tante ma tante altre persone... emicraniche e non....

**Simona** Martedì, 17 Maggio 2016 20:19

Arianna.. mi spiace molto che tu abbia incontrato una dottoressa così fredda e credimi capisco bene cosa si prova ad avere davanti un medico così. ... proprio ad ottobre 2015 ,all ultimo convegno a cui

tante di noi hanno partecipato a Ferrara si è trattato l argomento di come i medici devono entrare in contatto con i pazienti in un modo empatico .. purtroppo tanti ancora non hanno ben capito che danni sono in grado di fare a noi trattandoci così come è successo a te..senza umanità .. apparentemente senza interesse... le stesse cose dette in modo diverso non ti avrebbero fatto male in quel modo ma ti avrebbero aiutato a capire meglio la nostra patologia. .. secondo la mia esperienza bisogna continuare a cercare quei medici che sono umani,che ti guardano negli occhi,che ti ascoltano e che più che imbottirti di farmaci ti incoraggiano dicendoti che ce la puoi fare... io abito a Genova. . Ho trovato a Pavia 2 dottoresse molto brave che mi hanno seguita per un po di anni... poi sono andata fino a Roma per intraprendere questa dieta e il dr.Cherubino mi ha tenuta in studio piu di 1 ora e mezza.. quando sono andata da lui ero provatissima..ne venivo da tanti mal di testa e da un percorso di psicoterapia che mi ha destabilizzato abbastanza.. e lui si è fermato davanti a me.. mi ha ascoltato. . Ha visto la mia disperazione e le mie lacrime e mi ha detto le cose giuste.. mi ha dato fiducia in me stessa.. non ha fatto promesse anzi,da subito mi ha detto che ero un caso difficile. . È stato sincero ma mi ha dato la forza che mi serviva per credere in me stessa.. per vedermi un po con gli occhi della comprensione.. ecco.. tutto questo per dire che dobbiamo proprio cercare un professionista che non ci faccia crollare ma che ci sostenga. . Perché di essere seguite da un medico ne abbiamo bisogno per forza visto che dobbiamo convivere con la nostra malattia e vale la pena cercare e cercare ancora finché non ci sentiamo comprese.. .così che ad ogni visita ci possa essere trasmessa la forza e la fiducia necessaria per convivere al meglio con l emicrania... scusa la lungaggine ma volevo scriverti la mia esperienza ...

**Piera** Martedì, 17 Maggio 2016 19:07

Simona anche a me la cheto ha cambiato letteralmente la vita in tutti i sensi, persino il mio colesterolo andava meglio !!! il Dott.DiLorenzo dice che l'alimentazione non è affatto la prima causa di scatenamento della cefalea, spesso la indichiamo come tale solo perché tutti mangiamo 😊!!!! però dice anche che ridurre gli zuccheri semplici vuol dire eliminare i picchi glicemici, che spesso sono correlati allo scatenamento della crisi. e su di me questa cosa è molto rilevante!!!

**arianna** Martedì, 17 Maggio 2016 18:12

Lara quello che dici tu è giustissimo..x 2 giorni prima mi aveva chiamato la stessa dottoressa che mi ha visitato x sapere se era confermato e sapeva che andavo x il vaccino quando sono arrivata mi ha detto e ma abbiamo una lista di 60 persone prima di lei e magari non è detto che riusciamo a completare la sperimentazione potrebbero le case farmaceutiche sospendere da un momento all'altro!!!! E ok ma dimmelo x telefono come hanno fatto dottori di su dicendomi di nn salire ma di rivolgermi a centri più vicini!!! Anzi tra l altro mi ha pure scoraggiato dicendomi che mi devo fare una ragione xke visto i vari tentativi sono farmaco resistente e di rassegnarmi a convivere con questa mia patologia senza nemmeno guardarmi negli occhi e scriveva al computer come se davanti a lei nn c era nessuno...infatti scesa da Roma ho avuto un crollo fisico e psicologico!x fortuna poi ho conosciuto il dottorato. Iannachero e di conseguenza te e oggi ti posso dire che nn sto benissimo ma molto molto meglio di un mese fa!!quindi è già un bel passo!!!

**Simona** Martedì, 17 Maggio 2016 16:39

lo per fortuna non soffro di mal di pancia...mai sofferto ..finora....però ho problemi al lato b oltre ad essere allergica ad ogni tipo di pianta..per non rimanere indietro .. 😊😊 la stanchezza fisica e mentale quasi cronica con cui ho sempre dovuto fare i conti l ho eliminata con la chetogenica... infatti appena posso tornerò al regime alimentare di prima... credo proprio che zuccheri e carboidrati su di me abbiano fatto dei danni negli anni...

**Piera** Martedì, 17 Maggio 2016 15:28

lo ho sempre sofferto di mal di pancia,i medici hanno sempre incolpato tutto e di più: dalla colite cronica,diverticoli ,fino ad arrivare allo stress,che di solito è quello che dicono,quando dagli esami strumentali non si evidenzia nulla,da quando ho eliminato completamente carboidrati e zuccheri il mal di pancia è sparito,ora se mangio la pasta è solo integrale così come il pane

**nico26** Martedì, 17 Maggio 2016 13:51

Buon martedì' a tutti/e

Paula se tu sapessi quanto ho sofferto di dolori di pancia non ci credi .Improvvisamente si gonfiavo ,dolori assurdi ,e dovevo sdraiarmi e con il respiro diaframmatico piano piano scemava. Poi l'omeopata mi ha dato dei granuli e devo dire che ora rramente ne soffro ma quando arriva 4/5

granuli e dopo 15 minuti passato tutto.

Sarebbe curioso sapere tra di Noi se oltre al Mdt anche voi avete avuto dolori sparsi, dolori dell'anima che il nostro corpo buttava fuori con altri dolori fisici.

Visto come siamo sensibili per me.... a go go ...

**paula1** Martedì, 17 Maggio 2016 13:11

Salve...MAMMA LARA esatto!! era proprio quello che volevo dire quando parlo di alleggerire il carico dei pensieri..., ma è difficilissimo...almeno per me...dò sempre la colpa a cose che chissà poi se c'entrano davvero tipo: abitare lontano, non avere amicizie serie, la pigrizia...mah 😞  
intanto per l'ennesima volta nel mio giorno di riposo mi chiamano dal lavoro...domani mi hanno chiesto di fare una lunga e magari mi lasciano a casa giovedì...io dico di sì perchè ai 3 giorni di giugno per andare a Pavia ci tengo e non voglio che accampino scuse... 😄 😊

**Annuccia** Martedì, 17 Maggio 2016 11:41

LARA, hai ragione, bella responsabilità..... ma sono tanti anni che te ne fai carico... ormai sei brava ed allenata, capisco comunque la tua ansia.

**Annuccia** Martedì, 17 Maggio 2016 11:40

Buongiorno a tutti!

**mamma\_lara** Martedì, 17 Maggio 2016 10:28

Devo preparare la relazione dell'11 giugno.

Un bella responsabilità. 😞 😞 😞

**mamma\_lara** Martedì, 17 Maggio 2016 10:27

Paula, ho la fortuna di conoscere il Prof. Pini e hai fatto bene a fidarti di lui. 😊 😊 😊

**mamma\_lara** Martedì, 17 Maggio 2016 10:25

Cri, stesso sole anche a casa mia e ho già tutto steso. 😊 😊 😊 😊 😊

**paula1** Martedì, 17 Maggio 2016 10:17

Buon giorno a tutti...qui sole e aria fresca...non ho voglia di fare niente..vado a rilentissimo...avrei bisogno di una enorme sferzata di energia, ma davvero non so dove sia reperibile 😞

ARIANNA concordo perfettamente con MAMMA LARA sulle terapie...anche io ero una persona che cercava in ogni dove come stare meglio...poi dopo una chiacchierata col Prof. Pini (dal quale ero in cura qualche anno fa) di Modena relativamente ad un fantomatico trattamento proposto (non posso scriverlo qui per ovvie ragioni e per l'etica del forum) ho capito che bisogna soppesare bene ogni eventualità... adesso non prendo nulla per oro colato.....

Nel caso del "vaccino" (forse chiamato così un po' pomposamente) nel servizio di Geo&Geo con il Prof. Barbanti ha spiegato benissimo chi potrà usufruirne ed io, ad esempio, ne sono ampiamente fuori...(per fortuna)...

**mamma\_lara** Martedì, 17 Maggio 2016 10:16

Crilo, ho le mie cose che mi scatenano il MDT anche facendo la chetogenica.

L'alcol non faccio neppure la prova perchè con la grappolo mica si scherza o si fanno prove.

Per l'emicrania ora sono avvantaggiata, la cioccolata non riesco più a mangiarla per il fatto che da quando soffro di anosmia per me ha un sapore di ferro arrugginito. Il pesce ha subito la stessa sorte. Così ho poche cose che posso mangiare senza siano causa di sgradevoli sapori che mi accompagnano per tutta la giornata.

Il melone non posso mangiarlo perchè mi chiude la gola e devo usare il cortisone. Mi fa sta reazione di un po' di anni.

**mamma\_lara** Martedì, 17 Maggio 2016 10:07

Paula, anche a me succedeva ogni tanto che ho forti dolori di pancia, prima un po' di più che adesso con la chetogenica.

Se alle prime avvisaglie riuscivo a bere un bicchiere di acqua quasi bollente spesso riuscivo a tenere il dolore sotto controllo. Alle volte davo la colpa alla grappolo e al fatto che rimanevo contratta altre volte al freddo che prendevo quando giravo per casa tutta sudata, fatto è che ogni tanto mi

succedeva di avere dolori addominali molto forti.

Però rarissimamente assumevo il buscopan, tanto che una scatola la gettavo e controllando ne mancavano 2 o massimo 3. Questo ti fa capire che ne assumevo neppure una ogni anno.

Certo che anche lo stress potrebbe essere una causa, in quel caso non so che dire. Una parola che mi viene in mente è "ATTACCAMENTO".

Noi siamo attaccate ai nostri pensieri tossici più che ai pensieri che ci fanno bene e così come diceva Nanni Moretti mi dico anch'io "Continuiamo a farci del male!!!"

Quando riusciremo a lasciare andare forse staremo anche un po' meglio. Nell'anima intendo sia chiaro che non mi riferisco alla testa.

**mamma\_lara** Martedì, 17 Maggio 2016 09:55

Simona, sia chiaro che da oggi è mio intento mandarti tutta la forza che posso. Ho già i miei

pacchetti da spedire ma aggiungere anche il tuo mi costa poco 😊😊😊😊

Hai proprio ragione, basta il MDT a complicarci la vita, poi ci si mette tutto il resto e quello su di noi fa danni peggiori, perchè tutti i mali con i quali siamo costretti a lottare sono sempre accompagnati dal nostro comune nemico.

Simona, "CHE LA FORZA SIA CON TE"

Ecco fatto, fra un po' dovrebbe arrivare. 😊😊😊😊😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 17 Maggio 2016 09:45

Arianna, volevo dire che tante volte ho dato la colpa ai medici quando invece ero io a chiedere l'impossibile.

**mamma\_lara** Martedì, 17 Maggio 2016 09:44

Buongiorno a tutti.

Arianna, purtroppo alle volte leggiamo notizie che ci fanno correre a destra e manca. Se lo avessi chiesto a me te lo avrei detto di farne a meno di andare dal Prof. Barbanti.

I centri hanno un numero ristretto di pazienti da inserire nella sperimentazione e questi pazienti li devono conoscere bene, così mettono in sperimentazione solo quelli che considerano idonei, ma come ti ho detto li devono conoscere bene.

Anch'io ho fatto gli stessi errori in passato, correvo ovunque a destra e manca ogni volta che leggevo qualcosa di nuovo, ma sbagliavo alla grande. E devo dirti che questo mio correre mi ha sempre fatto peggiorare di gran lunga rispetto alle persone che non hanno mai fatto niente per curare il loro MDT. Sembra incredibile ma è così.

Ho fatto errori fino a che non ho capito che se avessi continuato a vivere così avrei perso la capacità di ragionare .....

**arianna** Martedì, 17 Maggio 2016 09:31

Buongiorno ragazze ....un triulu amaro...come si dice qui a Reggio Calabria ieri avevo la festa del mio nipotino nemmeno l'ombra del mal di testa xo ho combattuto parecchio con un dente in fase di devitalizzazione ...insomma un giorno senza un dolore nn posso vivere!! X quanto riguarda il libro a Barbanti fino a quando nn mi chiamerà x farmi sapere che senso ha avuto l'ultima visita nella sua clinica dei miei soldi nn avrà nemmeno un euro ( ero andata x il vaccino sperimentale) e ancora aspetto....xo datemi voi informazioni se c'è qualcosa di effettivamente interessante!!!!ora sono dal dentista gli ho detto dottore " notte di fuoco" e rideva .....sicuramente avrà franteso 😊 .....buona giornata!!!

**Simona** Martedì, 17 Maggio 2016 08:46

Buongiorno adorato forum...

Nottataccia... 😞 Ho avuto 2 attacchi di allergia durati parecchio con asma, rinite, stertuti, pruriti... uffff....mentre ero lì che continuavo a consumare fazzoletti su fazzoletti mi chiedevo se proprio dovevo soffrire pure di allergia... insomma... abbiamo già il nostro bel fardello da portare appresso ci mancano anche altri fastidi... ma è così... d'altra parte lo abbiamo già detto tante volte che "basterebbe" l'emicrania a complicare le nostre vite invece abbiamo tutti altri problemi da affrontare

e dobbiamo fare i conti con quello che abbiamo... però stamani mi sento davvero uno straccio strausato... 😞😞

Lara prova un po a mandarmi un po di forza con il pensiero come l'altra volta... 😊  
Criolo...caffaina in teoria dovrebbe essere amica del mdt se non presa in grandi quantità ma vedi che regole non esistono. .se a te scatenava l'emicrania 😞😞 melone e sugo pomodoro ti faccio compagnia... se ne consumo una volta al mese magari non mi fanno nulla ma di più mi danno fastidio anche a me... 😞

Cri Buona giornata 😊😊

**cri69** Martedì, 17 Maggio 2016 08:05

Buongiorno a tutti ,qui sole 😎 .  
Sembra che il malefico se ne sia andato...spero...oggi non ho proprio tempo di badare a lui , quindi può stare dov'è 😊😊

**criilo** Martedì, 17 Maggio 2016 00:22

## Fonte inesauribile di saccenza

Ragazze, ma quante cose sapete!

Grazie Maria e Paula x le informazioni sul libro che acquisterò sicuramente.

Io soffro di tensiva cronica, mentre x fortuna gli attacchi emicrania sono sporadici. Mi sono comunque resa conto che i cibi contano nel favorire l'intensità del problema!

Dopo pranzo il dolore aumenta sempre: devo eliminare dalla mia dieta la caffeina, la teina, il melone, il sugo di pomodoro, il cavolfiore. 😞😞😞

Dolce e serena notte a tutte. 😊😊

**Piera** Lunedì, 16 Maggio 2016 20:55

io ho due cose che mi fanno venire per certo il mdt: l'alcol e il glutammato, su tutto il resto ho cambiato idea facendo la chetogenica.....ma il discorso alimentazione e' sempre un po' complesso!!! 😞

**Simona** Lunedì, 16 Maggio 2016 20:33

Paula credo sia molto soggettivo il fatto della cioccolata come degli altri cibi trigger... non credo esista una regola x tutti.. almeno.. secondo la mia esperienza... in chetogenica io mangiavo cioccolato fondente e non mi ha mai scatenato un attacco ma doveva essere fondente.dal 85% in su... l'alcool che dicono sia trigger per me lo è ma la birra non mi ha mai fatto venire mdt.... invece lattuga... aglio... melone.. pomodori per me sono deleteri... ci saranno pure spiegazioni scientifiche ma poi ognuno di noi è un soggetto unico e irripetibile...

Anche io comunque acquisterò questo libro che pare molto interessante. .. 😊

**paula1** Lunedì, 16 Maggio 2016 20:20

CRILO del libro ti ha già detto MARIA9195, l'ho ordinato anche io qui a Bologna, ma ancora non ne ho notizie...

oggi il Prof. Barbanti l'ha presentato al programma Geo&Geo...io lo amo e questo lo dico sempre♥, ma la Sveva gli ha fatto le solite domande banali 😞 comunque ha detto che la cioccolata non fa venire l'emicrania...(mah io su questo ho dei dubbi, ma mi riservo di leggere sul libro le motivazioni scientifiche 😊 )

**paula1** Lunedì, 16 Maggio 2016 20:16

Buona sera a tutti...finalmente è finito il tour de force lavorativo e domani sarò a casa....ieri sera ho preso due pasticche di Buscopan perchè avevo dei gran dolori di pancia...e oggi il dottore di reparto mi ha fatto una ricetta volante per un altro farmaco da prendere per un mese...ho una colite

assurda.....e sono sicura che è data dallo stress...al quale posso fare ben poco....ci fosse qualcosa di miracoloso per farmi vivere con più leggerezza farei carte false...

mi sono stesa un'ora sul letto perchè dopo dovevo andare a fare la spesa e mi sono alzata che se mi avessero picchiato sarei stata meglio...sono tutta un dolore e una contrattura...cosa mi starà succedendo? 😞

**Maria9195** Lunedì, 16 Maggio 2016 19:22

Ciao CRILLO.

Il libro si intitola "MANGIA SANO CHE TI PASSA" di Pietro Barbanti e Emilio Jirillo . CIC Edizioni Internazionali. .

E' un libro molto interessante che tratta vari argomenti sull'emicrania e sulla cefalea tensiva. Nuovi spunti per curare il mal di testa con l'alimentazione e cure alternative che non siano i farmaci.

Io lo sto leggendo attentamente.

Io sto facendo la dieta chetogenica. L'emicrania è quasi debellata mentre per la cefalea tensiva questa dieta non funziona. Sto facendo altre terapie alternative suggerite dal mio neurologo.

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Maggio 2016 15:18

Ho sistemato lo switch, ora ho un 16 entrate vedi mo che mi basteranno.

Che lavorata a spostare tutto e sistemare i cavi. Ora sono anche tutti nominati così se qualcosa non va so chi è il colpevole 😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Maggio 2016 15:16

Simona, anch'io sono quella del fare una cosa alla volta e se ne faccio di più faccio come posso. Ma non mi faccio prendere dall'ansia del fare o del finire.

Faranno ben come possono anche loro le cose che devo fare 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Maggio 2016 15:14

Crilo, io sto facendo la chetogenica e il MDT è quasi scomparso. La grappolo poi si è spenta e non ho più attacchi. Si è messa in funzione i primi di febbraio e ho avuto due attacchi miseri anche se ho avuto tante shadows. Ma anche quelle sembra si stiano spegnendo.

La sto facendo sotto stretto controllo medico e non sgarro mai mai mai mai mai.

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Maggio 2016 15:10

Annucchia, ci sono cose che proprio non si possono fare, io le ho segnate tutte e faccio molta attenzione. GUAI GUAI se non le rispetto.

Per lo stare in piedi ferma è disastroso anche per la mia schiena.

Ti mando un bel po' di pensieri di quelli proprio buoni

**crilo** Lunedì, 16 Maggio 2016 15:06

**correzione**

Ops, ingerisco 😊😊😊

**crilo** Lunedì, 16 Maggio 2016 15:04

Ragazze, potete darmi informazioni più precise sul libro che state leggendo che riguarda i cibi da evitare x il mdt?

La mia cefalea picchia duro specialmente dopo pranzo e peggiora notevolmente a seconda dei cibi che inserisco. 😞😞😞

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Maggio 2016 15:00

Crilo, io abitavo in un posto che a me piaceva tantissimo. Ora abito in centro e ho una casa meravigliosa. Sento gli uccellini e poco traffico. E' una casa considerata singola perchè la circonda sui tre lati i giardini delle altre case.

Capisco che ti piaccia abitare fuori città.

Un giorno la vedrai. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Maggio 2016 14:55

Maya, ti è sempre pesato fare il turno di lavoro nel pomeriggio.  
Mi verrebbe da dire che sei arrivata al punto di essere capace di superare anche quello, ma sto zitta e lo penso solo. Behhh, mi è scappato detto, ma prendilo come un mio pensiero e altro.  
Lo so che è difficile, ma ti ho sentito tanto sofferente quando non lavoravi e mi piace pensare che il fatto di essere al lavoro ti possa far sopportare anche un momento difficile come l'aver MDT.  
Sempre che non sia uno di quelli che stende 🙄🙄🙄  
Forza carissima.

**Simona** Lunedì, 16 Maggio 2016 12:36

Lara.. ci hai preso.. in effetti ho un bel po di cose da fare e da sistemare. .. il tempo sembra non basti mai... 😞 Ma niente panico... arrivo solo dove posso... certo stare a casa con i miei bimbi sarà faticoso ma va bene così. .. 😊

Sento malesseri in giro e mi spiace... 😞😞 Spero la giornata migliori per tutti..

**nico26** Lunedì, 16 Maggio 2016 12:06

Buon lunedì a tutte/i con il pugnale dormiente a sx e ogni tanto batte per qualche minuto e pi mi da tregua.  
Maya che post sentito ,vissuto ed elaborato nel cuore.unico ed emozionante.

**Annuccia** Lunedì, 16 Maggio 2016 11:41

Stanotte mi veniva da piangere dai dolori che avevo alla schiena, ho pagato cara la maratona di ieri, ma non per i chilometri quanto per lo stare fermi ad attendere la partenza. Stare fermi in piedi per me è la cosa più deleteria..... poi avrei dovuto fare una doccia calda subito dopo, invece sono andata dai miei.... eh..... divento sempre più una piaga..

**Annuccia** Lunedì, 16 Maggio 2016 11:39

Buongiorno a tutti!  
FEFFE, hai fatto bene per ieri, "modellarsi" le giornate è la cosa migliore che si possa fare, quando si può e quando abbiamo gente disponibile nel seguirci.

**lile** Lunedì, 16 Maggio 2016 10:34

Giornata iniziata male...  
l'unica cosa positiva è che ho smesso di arrivare tardi, almeno quello... non ho mdt ma ho la sensazione che voglia arrivare... conati di vomito appena provo a mangiare qualcosa... 😞

**crilo** Lunedì, 16 Maggio 2016 09:43

Non rodato ma ronfato 😊😊

**crilo** Lunedì, 16 Maggio 2016 09:41

Dimenticavo di dirvi che vi ho letto con molto interesse e come sempre siete riuscite a sorprendermi.

Ieri Cagliari festeggiava col progetto "Monumenti aperti" e sono andata a visitare i sotterranei dell'ospedale San Giovanni di Dio. Che meraviglia! Era un vecchio rifugio antiaereo costruito dopo la prima guerra mondiale, una galleria lunghissima che attraversa gran parte della città. Siamo stati guidati dai ragazzi delle scuole medie che facevano da Cicerone, davvero bravi e molto preparati! 😊

È un'iniziativa meravigliosa, è nata già da qualche anno e sto scoprendo parti della città che non avevo mai visto prima! 😊

Quando sono rientrata ero distrutta, ma ho rodato alla grande x tutta la notte.

Un abbraccio dalla vostra Crilo. 😊

**crilo** Lunedì, 16 Maggio 2016 09:31

Buongiorno bellezze!

Ciò che adoro in particolare della zona dove abito sono gli uccelli che cinguettare la mattina. Vivere in città è sicuramente bello, ma la tranquillità e la serenità della provincia non hanno rivali! Mia madre mi dice sempre che non riesce a capire come possa vivere in un piccolo centro, io rispondo convinta che non cambierei mai la posizione della mia casa x niente al mondo..... la qualità della vita è decisamente migliore, aggiungendo poi che con l'auto in 5 minuti sono al centro di Cagliari. 😊

Stamattina comincio a lavorare tardi, per cui spero di riuscire a concludere la trafila dell'INPS. 😊

**Maya** Lunedì, 16 Maggio 2016 09:21

Buon giorno....ultima settimana per me di lavoro ,poi di nuovo staccata,farò il pomeriggio ,e lo farò con uno spirito diverso,e ' faticoso questo turno,ma io lo faccio al meglio ,non darò spazio alla paura del mdv verso sera,sarò positiva,ho visto che c'è la faccio,con fatica ma c'è la faccio,ma questa settimana è la mia settimana,una mansione particolare ,e questo mi carica 😊 .....

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Maggio 2016 09:18

Scappooooooooo

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Maggio 2016 09:17

Ahhh, ecco, mi sono ricordata cosa devo andare a comprare. Uno switch, spero si scriva così. E spero di non fare danni nella sistemazione di tutto quando smonto e rimonto tutti sti cavi che mi ritrovo.



**mamma\_lara** Lunedì, 16 Maggio 2016 09:16

Cri, neppure ti chiedo come stai perchè so già la risposta. 😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Maggio 2016 09:15

Simona, buona giornata anche a te carissima.

Sai che un po' di giorni fa ho incontrato una mia ex collega e mi ha detto che ricorda quando arrivavo al lavoro stanca morta e anche se lavoravo tutta la giornata per me era comunque riposare.

Questo per dire che anche non andando al lavoro ne avrai lo stesso di cose da fare e con due bimbi alle volte vorresti essere al lavoro per il tanto da fare che danno.

Poi certo che stare a casa con i tuoi bimbi è oro puro e anche di più. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Maggio 2016 09:10

Arianna, sai che me ne frega proprio poco di quello che pensano gli altri. sapessero loro che io sono stata la peggior critica di me stessa, mai nessuno come me era scontenta di ciò che facevo e di come ero. Ora invece mi spiace ma sono diventata meno ossessiva e me ne perdono un bel po'.

Tanto se non lo faccio io mica lo fa nessuno sai.

Poi per l'invidia sai quante volte mi hanno detto che dovevo smettere di ridere e che dovevo pensare alle mie disgrazie.

Non va mai bene niente a nessuno. Ho trovato poche persone in grado di darmi i giusti consigli. Le ho trovate e me le tengo strette strette ♥

Carissima, ora tengo presente sempre che è la mia coscienza che mi dà la misura di aver fatto bene e quella (la mia coscienza) me lo dice sempre la sera prima di dormire se c'è qualcosa che potevo fare meglio o che devo rimediare. 😊😊😊 Altrimenti non si dorme 😞😞😞😞

**mamma\_lara** Lunedì, 16 Maggio 2016 09:01

Buongiorno a tutte. Oggi mi sono messa in mente che metto ordine nella mia centrale. Chi non ha visto la mia postazione computer non immagina che intreccio di monitor, computer e fili. Così se Gabriele mi dà una mano metto ordine. Prima però devo andare a comprare un aggeggio che mi permetta di avere internet in tutte le prese. Ora non so come si chiama, ve lo dico dopo. 😊😊😊 Faccio ridere non solo Zeno, ma se avessi i polli farei ridere anche loro.

Zeno dice che faccio uso di alcune tecnologie e non so neppure come si chiamano. 😊😊😊😊😊



**cri69** Lunedì, 16 Maggio 2016 08:31

Buongiorno a tutti , buon inizio settimana. Qui non si capisce bene cosa voglia fare , mi sembra un pò freschino 😊 .

Emi da ieri , notte da dimenticare...vediamo come butta oggi ....che palline 😞

**Simona** Lunedì, 16 Maggio 2016 08:29

Buongiorno adorato forum 😊

**arianna** Lunedì, 16 Maggio 2016 00:02

Lara grazie dei chiarimenti avere già cresciuto nonostante le tue difficoltà dei bravo ragazzi è la migliore risposta che si può dare alle persone ma visto la persona splendida che sei nn potevano essere di meno i tuoi figli !!complimenti x la nipotina!immagino la gente ha invidia anche delle disgrazie degli altri figuriamoci delle cose belle!! lavori in casa è un casino quando ci si abita almeno io nn mi adatto facilmente alla polvere al disordine quindi ti posso capire . . FEFFE io si ho notato solo con il cioccolato che l emicrania aumentano di intensità e con il sugo anche....x il resto ho fatto diete senza glutine senza latte ma niente poi nn riesco mollo subito mi piace troppo mangiare!!!specie le cose che fanno male!!!cmq sono sicura Lara che presto vi conoscerò meglio e capirò tutto con facilità x adesso già condivido la stessa testa gloriosa ...questa testa che ci lavora troppo!!!vi auguro una buonanotte a tutti...baci

**Maya** Domenica, 15 Maggio 2016 21:33

Mami Grazie ♥□♥□...buona notte ...ultime cose da fare io è Lory.. 😊

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 21:31

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

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 21:30

Simona riferirò alle bimbe i tuoi complimenti e quelli delle ragazze.

Dopo una giornata come la tua sarei stracciata anch'io, diciamo che sarei stracciata per molto meno.

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 21:28

Maya, tu mi sorprendi sempre. Sai che scrivi in un modo come solo tu sai scrivere.

Io cara con te ho fatto pochissimo, tu sei stata l'artefice del tuo cambiamento, solo tu. ♥ ♥ ♥

I tuoi scritti me li sono copiati perchè meritano proprio.

Sono certa che Vale60 leggendo i messaggi di oggi si sentirà stretta in un grande abbraccio.

GRAZIE carissima.

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 21:24

Annuccia, hai fatto proprio una bella cosa. Poi Roma è da vedere mille e mille volte. Che tu sia stanca non dubito.

Anch'io scrivo da cani, ma mica dobbiamo concorrere per il premio Strega. Tanto noi ci capiamo sempre.

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 21:20

Paula, a me il riso gonfia tantissimo, potrebbe essere il riso il motivo del gonfiore.

Anche a Ferrara è venuta tanta acqua e tanta grandine purtroppo. 😞

Devo rispondere alla tua mail. Risponderò sai, ma ne ho da fare un po'

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 21:17

Tiziana, mi fa piacere che tu sia riuscita a scrivere.

Anche a me i triptani mi hanno fatto aumentare la pressione, pensa, prima avevo sempre la pressione bassissima, ora è tendente all'alto.

La crisi di astinenza è la cosa più faticosa da superare.

Sono felicissima tu sia riuscita a scrivere

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 21:14

Feffe, i TIR, ok, ma sarai forte. Qui non ci si stupisce più di nulla.

Per le prestazioni sono d'accordo con te, anch'io faccio così e vado meglio.

Figure brutte ne ho fatte tante, ma poi secondo il mio parere possono essere figure brutte le mie fino ad un certo punto, mica meno nessuno e neppure faccio lo sgambetto agli anziani più di me. Poi posso deludere le aspettative degli altri, alle volte anche le mie, ma mica mi posso rodere l'anima perchè sbaglio qualcosa.

E hai ragione, dobbiamo proprio essere clementi per prime con noi stesse. ♥

Mi spiace per l'esplosione del dolore

**feffe81** Domenica, 15 Maggio 2016 20:57

Oggi poi il dolore è aumentato parecchio e così mi sono impasticcata. Dovevo trovarmi con due amiche per un gelato, ma non ce la potevo fare né a mangiarlo né a guidare, ma avevo voglia di vederle allora invece che rinunciare ho chiesto loro se potevano venire loro a casa mia così non dovevo guidare. E hanno accettato 😊😊

ANNUCCIA sei una grande 😎

**Simona** Domenica, 15 Maggio 2016 20:52

Buonasera adorato forum... avete scritto tantissimo... 😊 vi ho letto ma stasera proprio non ne ho più da spendere... 2 giorni pienissimi... fuori casa tante ore. . Oggi prima giornata di mare.. io mattia e una coppia di amici.. mattia era così felice che mi ha riempito di gioia.. tanta fatica però.. il mare è lontano e siamo partiti alle 9 per rientrare a casa alle 18.30... 😊 ma se non approfizzo ora non posso farlo dopo la nascita di Luca... ieri svariati giri in centro città. .. una mostra di lavoretti di bimbi dell'asilo... camminate su e giù per i vicoli della città e non ci siamo fatti mancare neanche l'annuale visita all'acquario. ... 😊😊 insomma.. sono scoppiata... ma felice... 😊😊

Lara tanti complimenti ad Emma e a Ludovica

**Maya** Domenica, 15 Maggio 2016 20:28

Vale... abito in un paesino nella pianura padana, San Felice sul Panaro, sono partita da qui, con tanto dolore, con tanta rabbia senza saper più cosa fare, tanto era il mdt, arrivata a Ferrara da Mami 😊 tutto è andato migliorando nella mia vita, a Ferrara sono rinata, mi piaccio come sono e mi piace tutto quello che ho imparato, e non sono ancora stanca di imparare. ti abbraccio.

**Maya** Domenica, 15 Maggio 2016 20:09

Vale... ho dei limiti, nel senso non posso fare tutto quello che programmo nelle giornate, ma posso fare tante cose, ma cerco di rispettare i miei tempi, dicevo sempre sì, per cene, pranzi, uscite con amici "tanti amici non erano, ero spesso in difficoltà per l'orario o il locale....o imparato a dire no, a suggerire un locale dove mi sarei trovata poca confusione....e altro. cercare di comprendere il mdt è importante.

**Maya** Domenica, 15 Maggio 2016 19:54

Vale... Ecco sembra tutto semplice, sono in cura al centro cefalea di Modena, e ho la fortuna di avere una Dott. Per me molto umana e per me è importante la sua presenza, e come medico direi ottimo, la profilassi che abbiamo messo a punto negli ultimi 8 anni mi aiuta, ma è stato fondamentale comprendere che NON devo sconfiggere il mdt, ma ascoltarlo, poi un momento importante è stato entrare nel "Gruppo auto aiuto" di Ferrara, il confronto è la condivisione mi hanno insegnato tante cose, e anche imparare a parlare con chi sa ascoltare del mio mdt....ma ho imparato a parlare con meno rabbia, tutti non possono sapere del tuo dolore o del mio, ma leggono nel viso la nostra rabbia, e non lo comprendono, sto ancora camminando, credo che noi non dobbiamo mai smettere di ascoltare il nostro dolore il nostro mdt, io sono emicranica e soffro di cefalea tensiva che col tempo è diventata cronica, tutte le sera andiamo a cene in sieme, è difficile, ma tutto può aiutarti a migliorare, resta con noi, inizia dalle piccole cose per migliorare il tuo stile di vita, avere uno stile di vita migliore si può...si può imparare sempre, ora ho 50 anni appena fatti, e sono contenta dei miei progressi del mio cammino e delle persone care che ho vicino, e sono tutte qui, la mia parola e Gratitudine, sono grata a Mami per tutto quello che ha creato, e io ho avuto il coraggio di iniziare a voler stare meglio.

**Maya** Domenica, 15 Maggio 2016 19:34

Vale 60...la tua parole e' molto importante,ma come tutte quelle che Mami ha messo nell'elenco,in questo momento tu vuoi comprendere,come combattere come sconfiggere il tuo mdt....mi sento di dirti che è importante comprendere il mdt....come arriva,quante giorni ti fa stare male ,perdonami non ti conosco bene,ma il tuo mess..leggendolo mi ha fatto tornare in dietro,quando io volevo solo fare tutto ciò che la vita mi metteva davanti,ma questo per farlo dove prendere molte pastiglie,Mami un giorno mi disse ...una pastiglia al giorno sono 30 pastiglie al mese ,non va ' molto bene,e aveva ragione,da lì è iniziato per me un lungo cammino,comprendere il mio dolore ,il mdt ....e scrivere scrivere tutto quello che mi faceva stare male ,poi imparare a leggere i miei stessi mess.....e apprendere e assorbire da qui tutto quello che poteva aiutarmi,e ho iniziato a sperimentare alcune cose ,che potevano sembrare banali,ma non lo erano ,alcuni alimenti,alcune situazioni come gestirle ,ma parlare anche dei miei dolori nell'anima....

**Maya** Domenica, 15 Maggio 2016 19:20

Vale 60 ciao....e ciao a tutte-i

**Annuccia** Domenica, 15 Maggio 2016 18:26

Ho scritto da "cani"abbiate pazienza 😊

**Annuccia** Domenica, 15 Maggio 2016 18:24

Buona domenica a tutti. Anche quest'anno race e maratona. Quest'anno ancora più gente di sempre. Il giro dei 5km è stato come sempre mozzafiato, nonostante viva a Roma apprezzo ancora immensamente le meraviglie di questa città. Partenza da bocca della verità e arrivo al Colosseo passando per il tempio di vesta e altare della patria. Stasera non sono stanca ma sono stanca morta. Siamo anche andate dai miei e sono tornata da poco. D'altronde la prossima settimana vorrei andare a trovare lupo perché altrimenti poi sono troppo a ridosso dell'intervento che dovrò fare e quindi volevo andare a trovare i miei vecchi genitori.

**paula1** Domenica, 15 Maggio 2016 18:12

Buon pomeriggio a tutti...sono stremata e sono solo le 18 😞😞 la lunga è davvero pesante....meno male che i lavori li ho quasi finiti tutti...non vedo l'ora di uscire all'aria aperta..sperando di non prendere la pioggia perché ha già fatto un mega temporale..... oggi ho mangiato un po' di riso bianco con pollo e mi sento una mongolfiera....sarà che il cibo sta ore nella plastica, ma gonfia in maniera esagerata...mah...non vedo l'ora che arrivi il libro di barbanti, ma ancora questa settimana niente di fatto... 😞

**Tiziana80** Domenica, 15 Maggio 2016 15:28

E il mal di testa non passava più. ..così in più mi si è instaurato un quadro di ipertensione. .perciò L'anno scorso a marzo ho deciso di non prenderne più e i primi mesi gli attacchi sono aumentati e diventati acuti..ero andata in astinenza..però a distanza di un anno voglio dire che sono contenta di averli lasciati definitivamente perché erano diventati uba droga..adesso all'attacco orendo il difmetre'..anche se non sempre ho giovamento..e i mal di testa mi paralizzano...ma spero di riuscire a trovare un altro farmaco magari con pochi effetti collaterali. .per adesso sopporto!!!ma del resto sono 25 anni di emicrania. ..buon pomeriggio

**Tiziana80** Domenica, 15 Maggio 2016 15:22

**Buon pomeriggio a tutte!!**

Oggi riprendo a scrivere sul forum dopo circa 10 giorni di fermo a causa di problemi di connessione. Ho avuto modo di leggere qualche sms riguardo le terapie prese per trattare gli attacchi acuti...e volevo raccontare la mia esperienza con i triptani.Ho iniziato a prenderli dall'età di 20 anni e la prima compressa che ho preso è sembrata miracolosa visto che dopo al massimo 10 minuti il forte mal di testa era scomparso. ..solo che da una compressa sono arrivata a 5 al mese fino ad arrivare a 13 14 al mese

**feffe81** Domenica, 15 Maggio 2016 15:20

MAMMALARA per la rossa rido, ora bisogna concentrarci sui TIR 😊 per quanto riguarda il fare bella figura in realtà io sono stanca di stare sempre a pensare a questo, alle prestazioni... 😞 vorrei fare le mie brutte figure in santa pace...senza giudicarmi severamente...

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 14:43

Non so cosa è successo ma il messaggio sotto lo avevo scritto prima dell'altro 🙄🙄🙄🙄

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 14:42

Feffe, è bellissimo il tuo messaggio per Vale60. Sono le stesse cose che io le dico sempre e che le ho ripetuto ieri. Ma se queste cose vengono dette da te o da una di voi valgono mille volte le mie. Grazie mille ♥

Bene la giornata di ieri ed era anche ora che tu avessi una giornata decente.

Il chiodino oggi non ci vorrebbe, ma si fa come si è capaci.

Per la presentazione che hai fatto al capo dei capi dei capi non si avevamo dubbi.

Noi cara non abbiamo mai nessun dubbio che tu possa fare bella figura.

Si vede anche come va la rossa da quando tu non sei più con loro.

Lo avevo detto con Gabriele. vedrai che quest'anno non fa niente visto che si sono lasciati scappare Feffe.

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 14:41

Lile, ti rispondo anch'io per quello che riguarda i farmaci, ma io sono passata dal prendere tutto di tutto e anche di più sempre a non prendere niente di niente e sopportare tutto.

Per la prima parte non sono da imitare e sappi cara che non ne vado fiera di come reagivo al mio dolore, ma quello era ciò che ero capace di fare.

La seconda parte potrebbe essere anche da imitare, ma si fa sempre quello che si è capaci di fare con quello che si ha a disposizione 😊

**feffe81** Domenica, 15 Maggio 2016 14:32

LILE io per i farmaci mi regolo a seconda di come mi parte il dolore: se ho nausea da subito prendo subito il triptano, spesso insieme all'antiemetico, poi se dopo un paio d'ore non è ancora passato, prendo anche il ketoprofene. In passato provavo a prendere prima il brufen che mi sembrava più "leggero", ma non mi ha mai tolto il dolore! penso che ognuno debba trovare la propria strategia, ah altre volte se ho mdt da raffreddore o stanchezza particolare prendo la tachipirina, ma è un dolore diverso

**feffe81** Domenica, 15 Maggio 2016 14:28

ARIANNA a me molti alimenti scatenano l'emicrania all'istante e alcuni ad accumulo. Negli ultimi anni mi sono osservata molto e ho fatto attenzione a ciò che mangiavo e agli effetti e così ho una lista personale di alimenti che evito sempre ed altri che mangio solo ogni tanto. Inoltre mi affido sempre all'istinto del mio naso: se un odore non mi piace allora non mangio quella cosa. Certo poi dipende dalle situazioni in cui ci si trova, ma per me vale la pena fare attenzione al cibo. Il libro non l'ho letto però!

**feffe81** Domenica, 15 Maggio 2016 14:21

buona domenica a tutti. Oggi ho un chiodino a sinistra e sento tutti i prodromi di un attacco, stiamo a vedere. Ieri per fortuna la testa è stata a posto, non succedeva da diversi sabato e sono riuscita a fare tante cose belle 😊

CRIS che bello che veniate a Ferrara, purtroppo non penso di riuscire a venire, ma non mancheranno occasioni 😊

ANNUCCIA spero tu sia alla manifestazione Race 😊

VALE60 mi si stringe il cuore a leggere il tuo messaggio perché so cosa vuol dire...il mio stare meglio è iniziato quando ho smesso di lottare per mandare via il mdt, ho smesso di cercare la cura o chi me lo togliesse, ho "compreso" che l'emicrania è parte di me e, per citare Sacks, è una manifestazione dell'Universo. Lo so che è orribile eh, ma questo è, siamo fatte così, non è una punizione, nessuno merita questa malattia però ci è capitata, come ci è capitato un certo colore di capelli o di essere bassa (io). Fargli la lotta vuol dire dargli potere, alimentare la mente con pensieri che creano sofferenza. Il maestro di yoga dice che bisogna distinguere tra dolore e sofferenza: ecco, io tento di fare questo. Un attacco di emicrania è dolore (più tanti sintomi neurologici), ma la sofferenza è per lo più creata dalla nostra mente, dai pensieri sul non volerlo, dal non sentirsi capiti, e gli altri che

hai detto. Non sei da sola, ci siamo anche noi. Non possiamo pretendere che gli altri ci capiscano, siamo noi stesse che dobbiamo capirci ed essere indulgenti con noi stesse, concederci di stare male.

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 11:55

Vado a copiare gli indirizzi mail 😞😞😞

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 11:54

Crilo, pensa che quando ero dipendente pubblico non ho mai saputo di questa possibilità. E' una bellissima iniziativa. Anche in una cittadina ferrarese c'è una azienda che manda i figli dei dipendenti in vacanza pagando parte delle spese. Trovo bellissimo anche quello che fa questa azienda. 😊

Grazie mille ♥

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 11:52

Non immaginate quante volte mi arrivano critiche. Ma lascio perdere Vado oltre, mica posso stare dietro a tutti i perditempo. Quando non sono impegnata con il forum sono impegnata con Emma e quando non sono impegnata con queste due attività .... impasto 😊😊😊😊😊

**crilo** Domenica, 15 Maggio 2016 11:50

Mami,

Possono usufruire del bando i figli dei genitori che lavorano nel settore pubblico, sono belle esperienze per i ragazzi che dai 7 anni in poi possono andare nei campi estivi in Italia, poi dalla prima superiore, è il caso delle mie ragazze, possono scegliere di stare 15 giorni in una città europea. Naturalmente in base al reddito familiare l'INPS copre parte delle spese dell'intero soggiorno.

Torno allo scanner.

Un abbraccio. 😊

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 11:46

Lile, il bere vuol dire MDT assicurato in molte persone. Io ero una di quelle 😞

Hai ragione, il forum è un posto sacro anche per me e guai a chi lo tocca. Poi mi va bene se attaccano me, io ho le spalle forti e resisto ad ogni temporale. 😊

Devono però fare tanta attenzione se mi toccano il forum, li faccio partire i "magli rotanti" e non si salva nessuno.

Io ho cancellato il messaggio e sono andata avanti come se niente fosse successo. Già questa mattina non ci pensavo neppure più 😊😊😊😊😊

Tanto nessuno toglie a Emma e a Lodovica il loro premio. (l'ho detto ancora, to mo) 😊😊😊😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 11:39

Crilo, è una bella impresa anche solo scaricare i documenti che servono.

Meno male che i miei figli sono già grandi.

Ma possono fare tutti queste domande o solo figli di certe categorie di persone.

**lile** Domenica, 15 Maggio 2016 10:40

Buongiorno...

Giornata no... ieri sera ho pensato bene di uscire per distrarmi un po' e mi sono inzuppata sotto il diluvio... ho mangiato troppo poco ma ho bevuto della birra e stamattina, puntualissimo, prima ancora della sveglia, mal di testa... volevo evitare di prendere qualcosa ma ho brividi e non riesco a concentrarmi e devo sfruttare la giornata 😞😞

una domanda per voi... a seconda di cosa prendete triptani o fans? teoricamente io dovrei rispettare una scala, cioè trip, se non passa sinflex, se non passa indoxen... ma ho finito i triptani e sto prendendo più sinflex che altro negli ultimi tempi anche perchè ho la sensazione che sia più efficace... boh non so se sto facendo un gran casino ecco.

VALE60 mi piace molto la parola che hai scelto... sono sicura che il forum ti sarà d'aiuto... non sei sola... ti abbraccio fortissimo

LARA complimenti ad Emma! mi ero persa il messaggio e infatti non capivo... chi legge questo forum non dovrebbe criticare o esprimere dei giudizi... non so, io lo vedo quasi come un luogo sacro 😊  
PIERA devo iniziare a segnarmi le tue citazioni...sono estremamente d'accordo!! 😊

**cri69** Domenica, 15 Maggio 2016 10:33

CRILLO buon lavoro....non ti invidio 😊

**criilo** Domenica, 15 Maggio 2016 10:13

Buongiorno a tutte e buona domenica!

Non vi dico che lavoraccio, sto sistemando in formato pdf i documenti da inserire nel sito inps per il viaggio estivo delle ragazze. Quest'anno hanno complicato ulteriormente le cose: l'INPS assegna l'idoneità a domanda, poi occorre trovare un'agenzia di viaggi inserita nel programma e stipulare con loro un contratto per il viaggio estivo, pagando la differenza del costo totale del pacchetto che viene stabilita dall'INPS in base all'invio del documento lseo. 😊  
Tutti i documenti vanno scaricati dal sito dell'agenzia, compilati e rimandati indietro via email. Una volta terminata la trafila con l'agenzia bisogna inviare la documentazione richiesta dal bando per via telematica anche all'INPS x cui: vai con le scannerizzazioni dei documenti, l'Unione degli stessi in un documento unico attraverso 7n programma apposito che unisce, divide o riconverte i formati pdf, salva, controlla che sia tutto a posto..... insomma un vero e proprio delirio! 😊

La domanda sorge spontanea: ma chi non ha dimestichezza con l'uso del PC, come può anche solo lontanamente pensare di poter riuscire nell'impresa? 🤔

Un abbraccio, continuo a combattere!

**cri69** Domenica, 15 Maggio 2016 09:58

Buongiorno , buona domenica.

Mi sono vergognosamente alzata da poco.

PIERA parole sante....ma quant'è vero 😊

VALE come ti ho detto qualche gg fa , noi ci siamo, magari non sempre possiamo capire interamente ciò che stai passando ma ti siamo vicine e possiamo ascoltare sempre ,quando tu lo ritieni più opportuno .Qui se te la senti puoi buttare tutto il tuo dolore e ci sarà sempre qualcuno pronto a dirti una parola .Un abbraccio.

ARIANNA occorre un pò di tempo per capire.. ma tranquilla ce la farai anche tu 😊

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 09:55

Vittoria sarà bellissima e bravissima al saggio. ♥

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 09:54

Piera, anche questa me la segno.

Troppo bella.

Grazie ♥ ♥ ♥

**Piera** Domenica, 15 Maggio 2016 09:43

LARA "la gente non e' cattiva,mia cara:è idiota, il che è ben diverso. La malvagità presuppone un certo spessore morale, forza di volonta' e intelligenza. L'idiota invece non si sofferma a ragionare, obbedisce all'istinto come un animale nella stalla, convinto di agire nel nome del bene e di avere sempre ragione.Si sente orgoglioso in quanto puo' rompere le palle a tutti coloro che considera diversi..... la frase non e' mia ma di Zaffon, comunque come vedi siamo circondati da persone del genere 😊

**Piera** Domenica, 15 Maggio 2016 09:34

Nicomi mandi anche via FB il nome della pastiglia che prendi per il colesterolo? grazie mille.

Arianna , capisco che per i nuovi sia difficile riuscire a comprendere tutto, il forum strutturato così come' non aiuta di certo , e richiede un impegno costante e quotidiano, in tutti i casi sarebbe impossibile per tutti recuperare 12 e piu' anni di scritti!!! Comunque non ti preoccupare se avrai la

voglia e la costanza di restare con noi tutto ti sarà più chiaro, a volte io perdo un giorno di lettura e già non capisco più nulla!!!! 😞😞

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 09:04

Sto ancora lavorando a mettere sul mio account di google tutti gli indirizzi che mi ha perso il computer lo scorso anno, siccome non c'è verso di poterne comprare uno nuovo, li metto sul mio account e li ci rimarranno senza che mai si cancellino anche se il computer andasse in tilt. 😊😊😊  
😊😊

Ho circa 6000 contatti e hai voglia te ad inserirli tutti. Uno per uno.

E' venuto anche un ragazzo per vedere se riusciva a spostare la rubrica ma non c'è stato verso. 😞

**mamma\_lara** Domenica, 15 Maggio 2016 08:58

Buongiorno a tutti.

Arianna, il messaggio cancellato è il mio dove dico che la mia nipotina Emma insieme alla sua amica Lodovica hanno vinto un concorso, classificandosi prime.

Il concorso era indetto dalla scuola e le hanno premiate nel nostro teatro comunale Claudio Abbado. Sono stata proprio brava e siccome una loro amica che doveva fare il video e il lavoro con loro due non ha mai partecipato al lavoro, quando è stato il momento di fare il video qualcuno le doveva pur aiutare visto che tutte e due recitavano, così l'ho fatto io e sinceramente mi sono proprio divertita. l'ho cancellato perché ho ricevuto critiche da chi legge e siccome questa informazione era privata ho preferito toglierla.

ma grazie della domanda così mi hai dato motivo di ridere l'informazione e di far rosicare ancora chi rosica sempre per le "vittorie" degli altri.

Poveri, come ho detto ieri sera, sono circa 35 anni che vinco ogni giorno e di motivi per rosicare ne hanno parecchi. 😊😊😊

Ho vinto battaglie che sconfiggerebbero un esercito.

Poi per non parlare delle vittorie dei miei figli e non solo perché sono ragazze bravissimi, ma anche perché uno dei miei figli ha vinto fare nazionali e internazionali.

Hanno un bel da rosicare 😊😊😊😊

Come ti ho detto, grazie ♥

Per gli altri messaggi ti basta aspettare un pochino e capirai tutto.

Alcune di noi si frequentano da tantissimi anni e non solo nel forum, Piera per esempio, scrive qui dal 2004 e ci frequentiamo spesso anche di persona.

Altre ragazze vengono a Ferrara ai convegni che organizza Al.Ce. tutti gli anni.

Poi Cri fa parte del gruppo di auto aiuto come anche Lile e Vale60.

Ci conosciamo e ci vogliamo bene.

Vedrai che fra un po' di tempo ci conoscerai meglio e capirai tutto tutto 😊

Per le ristrutturazioni è dal 2009 che sto ristrutturando casa di Gabriele. L'abbiamo fatta nuova praticamente in quell'anno, poi con il terremoto del 2012 ha subito abbastanza danni e da allora ogni anno interveniamo con lavori che vadano a riparare il danno subito.

Ora ho un muratore che aspetta un bambino e sta rimandando dei lavori che deve fare. Non appena la moglie partorisce faremo anche questi. Per ora ho la mia camera da letto con i mobili tutti spostati, ma non ti dico quando i vandali (i muratori) lavorano cosa mi ritrovo.

Da panico.

**nico26** Domenica, 15 Maggio 2016 07:30

Buona domenica a tutti/e

Vale noi ci siamo in questa meravigliosa famiglia.

Lo so che molte volte le parole per chi ha un forte dolore scemano via ma prova se riesci a non trattenere il dolore, lascialo fluire come lo scorrere del fiume.

ti sembreranno parole ridicole ma cerca proprio quando attraversi questo dolore a visualizzarlo come lo scorrer del fiume e vedrai e ci vorra' tempo ma piano piano qualcosina cambiera.

Io da solo non ci riuscivo e mi sono fatta aiutare ma allora non conoscevo questa famiglia che devo dire mi ha supportata, accolta, aiutata nei miei momenti di sofferenza oltre che del corpo ,dolori dentro che ti annientano.

Piera io sto diminuendo il colesterolo con una pastiglia tutti i giorni di una ditta naturale famosa e dopo 1 anno da 260 e' a 180 (dicembre)

Mangio molta soia e anche avena .

Nel mio caso questo e' stata la mia soluzione.

Ora vado a far corsetina poi festa delle scuole oggi se regge il tempo!!!

**arianna** Domenica, 15 Maggio 2016 01:17

Ei ragazze io leggo leggo ma a volte non riesco a seguirvi...video ...Messaggi

cancellati.statine...lipidi.. 😞 cmq x quanto riguarda i triptani anche io sto cercando di non prenderne molti anzi vorrei riuscire a nn prenderne più xke mi portano sempre la cefalea da ribalzo e poi la disintossicazione....ma quel libro mangia sano che ti passa ...chi l ha comprato ???volevo chiedere x chi l ha letto se ne vale la pena..poi io che mangio tutti i giorni al mc Donald s ...ci sta proprio!!io mangio sanissimo...o meglio un panino sano alla volta!!ogni giorno prometto di darmi una regolata ma poi nn riesco ,faccio come i cocodrilli.....!!a domani,buonanotte a tutti

**mamma\_lara** Sabato, 14 Maggio 2016 23:52

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

**cri69** Sabato, 14 Maggio 2016 22:46

NO COMMENT 🤔

**mamma\_lara** Sabato, 14 Maggio 2016 22:03

Cri, lasciamoli stare dove sono. Tanto quello che sono io o la mia famiglia non possono cancellarlo.



Occorre pazienza e gioire per quello che si ha e io ho tanto tanto. 😊

Grazie carissima

**cri69** Sabato, 14 Maggio 2016 21:45

LARA certo che chi si prende anche il mal di pancia di mandarti una mail per una cosa così privata mi lascia davvero basita , per non essere scurrile,farsi un mazzettino di affari suoi ed essere felice per qualcosa di bello no????

Spero vivamente tu non debba cancellarlo!!!!

**mamma\_lara** Sabato, 14 Maggio 2016 21:06

Comunque ho invitato Lodovica un giorno a pranzo e festeggio le vincitrici per bene. Meritano due gelati. 😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 14 Maggio 2016 21:05

Isa, ho tolto il messaggio per una critica che mi è arrivata fino a casa via mail.

Vorrei dire che io ho fatto solo il video e niente altro.

Però le bimbe sono state bravissime e hanno tanto lavorato per la loro presentazione. Tanto è che mi sono testimoni le ragazze che sono venute a casa e hanno visto lavorare le bimbe e io di certo non mettevo neppure un dito nel loro lavoro.

Ho solo fatto il video perchè erano solo in due e recitavano tutte e due. Se avessero avuto l'aiuto della loro amica che avrebbe dovuto fare il lavoro con loro avrebbero fatto tutto loro.

Ma come potevano recitare e fare il video.

Così ho un po' di amaro in un momento che dovrei essere piena di gioia per le bimbe.

Ho capito anche che siamo letti eccome e controllano ogni messaggio.

Mamma mia che brutta cosa l'invidia.

Meno male che io sono felice anche delle felicità degli altri e questo mi fa stare ancora meglio di quello che potrei stare.

Poi sapessero loro che io sono circa 35 anni che vinco ogni giorno della mia vita. Ogni giorno ogni giorno 😊

**mamma\_lara** Sabato, 14 Maggio 2016 20:58

Isa tesoro, mi sento tanto verma per questa cosa, ma proprio non si può. ma vedrai che ci sarà occasione di vederci. Ora ho da sistemare la fine del mese con una cosina abbastanza importante. Poi viene Stefano una settimana e non faccio progetti troppo avanti perchè poi non mi fa bene. Così faccio ciò che devo.

**Isa** Sabato, 14 Maggio 2016 20:56

Lara, complimenti a Emma, alla sua amica e a te per il successo del video. Che brave siete state! Paula io ti penso sempre quando vado da mia mamma e vedo infermieri e oss che non si fermano un attimo! Sei una grande, lasciatelo dire!

**mamma\_lara** Sabato, 14 Maggio 2016 20:54

Ogni tanto faccio un "ripasso" e mi imbatto in messaggi che sarebbero da mettere ben in evidenza. Oggi mi permetto di mettere quello di Simona che ha lasciato il 26 settembre del 2015

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

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

**Isa** Sabato, 14 Maggio 2016 20:54

Vale60, come non capirti? E' quello che succede quando una crisi sembra non finire mai..... Anche io tante volte mi sono chiesta cosa avevo fatto di male per meritare questo castigo. Coraggio!

**Isa** Sabato, 14 Maggio 2016 20:51

Lara, non importa per l'incontro di giugno. Mi ero fatta prendere dall'emozione di poter decidere di andare via senza dover implorare permessi al capo! e naturalmente dall'entusiasmo di rivedervi. Sarà per la prossima volta. Oggi la testa sta ancora smaltendo la coda ma va decisamente meglio.

**mamma\_lara** Sabato, 14 Maggio 2016 20:49

Vale, quello che dovevo dirti te l'ho detto oggi, ma sappi cara che il dolore che ogni giorno proviamo porta via tutto, anche le parole che ti senti dire e che sembrano portarti tanto aiuto. Per questo noi siamo qui. Il forum è diventato la mia memoria ed è sempre lui che mi ricorda ciò che devo fare per stare bene.

Ci vuole tempo, tanto tempo cara, non mollare mai mai mai. ♥ ♥ ♥

**crilo** Sabato, 14 Maggio 2016 20:08

VALE 60,

sai che hai scelto davvero una bella parola? 😊

E' difficile comprendere se stessi, figuriamoci gli altri!

In una società nevrotica, fatta di superficialità e menefreghismo usare questa parola e soprattutto condividerla è quasi come chiedere di poter prendere l'autobus per andare su Marte. 😞

ma qui nel forum la parola non è caduta in disuso ed è un piccolo spazio dove persone che come te soffrono nella quotidianità sono disponibili all'ascolto e alla comprensione.

Vale, abbi fiducia, scrivi, confidati, parla del tuo dolore, chiedi consigli, non avere paura di aprirti a noi, magari non riusciremo a risolvere il tuo problema, ma di sicuro ti sapremo ASCOLTARE. Ecco, poichè non avevo ancora scelto una parola ho deciso che questa sarà la mia. 😊

Forza e coraggio Vale, reagisci, non abbatterti..... So che non è semplice, ma è uno dei modi che ci aiuta a combattere il dolore.

Un abbraccio dalla vostra Crilo

**vitalba** Sabato, 14 Maggio 2016 20:02

Paula ,sono contenta che tu venga a trascorrere qualche giorno dalle mie parti; le Langhe sono bellissime,ti innamorerai di questi luoghi cari a Fenoglio e a Pavese e ci ritornerai 😊

**mamma\_lara** Sabato, 14 Maggio 2016 19:35

Sono di corsa.

Vale60

Comprendere

com-prèn-de-re (io com-prèn-do)

SignContenere; capire

dal latino: composto di cum con e prehendere prendere.

Parola facile facile, vero? Ma ha una densità intellettuale impressionante, un movimento fermissimo e deciso. È un contenere che è includere, un capire che è afferrare - una considerazione che riorganizza e ridisegna ogni assetto precedente.

Comprendere un principio di valore, un pensiero, una posizione, un sentimento, fa sì che nella nostra mente acquisisca il peso massimo che può avere, che dispieghi il massimo effetto: ciò che si comprende si fa proprio, diventa mattone per costruirsi. E la connotazione etimologica ci sottolinea che questo avviene sempre con un mezzo ben preciso - ora l'intelletto, ora il cuore, ora un abbraccio.

Da una parola al giorno

**Vale60** Sabato, 14 Maggio 2016 18:28

javascript:insertsmilie(😊😊)

Ciao a tutti, sto attraversando uno dei periodi piu' brutti degli ultimi anni, e continuo a chiedermi perche' a me, cosa ho fatto di male, e mi sento la piu' sfortunata di tutti , quando parlo con qualcuno penso sempre che non possa capire , che nessuno possa capire ..e cosi' aumenta la mia sensazione di solitudine.

Mi chiedo come posso scacciare e combattere la bestia , mentre diverse persone, come mamma Lara mi "consigliano" di accogliere ed accettare la mia sofferenza, la mia diversita'.

Ma come? come sostituire i brutti pensieri con pensieri piu' positivi, piu' buoni....ecco...il lavoro che voglio fare con il vostro aiuto.

Perche' ho bisogno di voi, di chi come me ha attraversato la malattia e io vorrei "assorbire" come una spugna ogni vostro consiglio, ogni vostra parola.

Grazie della vostra comprensione.  
E' la mia PAROLA : COMPRESIONE.

**crilo** Sabato, 14 Maggio 2016 18:04

Buonasera a tutte.

Stamattina non ho lavorato e sono uscita con Elisabetta per fare alcune commissioni. Mi credete se vi dico che sono riuscita a fare forse la metà di ciò che avrei voluto x accontenterei lei 😊

Ora ho la casa piena di ragazzine che si preparano x partecipare ad una festa danzante. Sono decisamente molto euforico, salgono e scendono per le scale senza mai fermarsi! 😊

La testa come sempre è ballerina, ma sono riuscita a riposare un paio e rompe meno. 😊

Mami auguri alla tua Emma ed alla compagna x il premio.

Devi essere una super nonna! 😊

**paula1** Sabato, 14 Maggio 2016 15:24

Buon pomeriggio a tutti...qui nuvole in corso e sciamatura di api... 😊 saranno almeno 10 o 20 mila.... 😊😊😊 speriamo trovino un posto tranquillo....

io sono stanchissima...stamattina giro pesante, ma eravano in due...domani mi tocca la lunghissima..vabbè..prendiamola con filosofia 😊

ora mi riposo...dopo c'è una commedia in una frazione qui vicino e Fausto voleva andarci...ma è tra un'ora 😊😊😊

**Piera** Sabato, 14 Maggio 2016 14:08

Anche a me non sembra di essere sedentaria 😊 quando porto fuori Daniel lo rincorro tutto il tempo 😊

**Annuccia** Sabato, 14 Maggio 2016 12:37

PIERA, prova con queste indicazioni, le statine non fanno molto bene alla muscolatura, certo, se necessarie vanno prese. Ma può darsi che riesci ad arginare altrimenti.

Non mi sembra però che fai vita sedentaria!!! 😊 la passeggiata comunque è un toccasana.

**Annuccia** Sabato, 14 Maggio 2016 12:35

Buon sabato a tutti!

Grazie LARA, FEFFE e CRI, terrò presente..... ma so quante abbiate da fare tutte e certamente non potrei scocciarvi, comunque già il fatto che vi sareste prestare ad ascoltarmi mi ha fatto bene. Ieri sono andata ad iscrivermi alla Race di domenica, ma oggi piove ininterrottamente, chissà se domani riusciremo a fare la maratona. Quest'anno la manifestazione è ancora più maestosa e il caos inenarrabile, per fortuna io posso andare a piedi.

LARA, bravissima Emma e in accoppiata con te avete fatto faville!! 😊

**Piera** Sabato, 14 Maggio 2016 11:39

Isa sia il neurologo che la ginecologa, non mi hanno parlato delle "statine", ora sentiro' anche il medico di base, sono un po' prevenuta su questo tipo di farmaci, alcuni peggiorano il mdt....il neurologo mi ha ripsrescritto i lipidi e la ginecologa, almeno 1 ora di camminata tutti i giorni, spero di fare tutte e due le cose con costanza e vedro' come butta al prossimo controllo. Cris mi dispiace tanto ,proprio nel fine settimana che tu vieni a Ferrara la Vicky ha un saggio della sua ginnastica artistica, il sabato e domenica Irene e' sempre sola con i bimbi, perche' Francesco per stare con Daniel quando Irene e' al lavoro, lavora di piu' nei giorni festivi, oggi ad esempio fa la scorta alla tratta Bologna -Foggia e torna lunedì mattina. Lara complimenti ad Emma , e' stata proprio brava !!! 😊

**mamma\_lara** Sabato, 14 Maggio 2016 11:06

Sto impastando. 😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 14 Maggio 2016 09:41

Cri, per la presenza della nostra Cris a Ferrara ci incontriamo anche quando tu non lavori. Magari per una pizza che ci facciamo portare a casa mia

**cri69** Sabato, 14 Maggio 2016 09:24

Emma non ha potuto 😞

**cri69** Sabato, 14 Maggio 2016 09:23

LARA ma daiiiiiiii 😄. Quando siamo venute da te abbiamo visto i lavori in corso. Ma come sono contenta, è una bella soddisfazione, mi spiace x Emma che ha potuto essere presente, ma riuscirà a festeggiare egregiamente. Fai i complimenti alle ragazze e complimenti alla tuttofara che ha messo del suo 😊.

Non vi ho salutato, Buongiorno gente, per ora sole ma mi pare che anche oggi avremo la ns razione di pioggia... che dire? un maggio un pochino fresco.. per i miei gusti.

CRIS mi raccomandando ricordacelo ancora, se non sono al lavoro vengo volentierissimo a salutarvi... che bello 😄😄😄

**nico26** Sabato, 14 Maggio 2016 08:16

Buon sabato dal lavoro a tutti /e

leri e' passata anche se ancor oggi ho un cerchio tipo tazza sulla testa che preme.

In questo periodo sono molto stanca e il mio stress lo scarico con un po di confusione nei pensieri, penso una cosa poi ne faccio un'altra, ..mi dimentico.....faccio fatica a rimaner concentrata e devo dire che lo stress del lavoro incide al 80%. bisogna che prenda una decisione sul fatto che da sola non riesco a seguire tutto il commerciale ed e' inutile che dicano la crisi la crisi...io ho bisogno di aiuto e basta. Da sola non faccio ne miracoli ne soldi! 😞

Un po di sole per ora ma metton acqua!!

Maria tieni duro che ce la fai! 😊

**arianna** Sabato, 14 Maggio 2016 00:09

Ciao Isa grazie !!io stasera sono sfinita abbiamo ristrutturato casa e sono giorni che pulisco...anche se non era momento xo come dice mio marito" x te ne è mai il momento xke dici che hai sempre mdt !!"questo è vero ma casa lavoro figli nn è semplicissimo soprattutto quando capitano quei mesi che il mdt nn ti dà tregua !!Vi auguro una notte serena a tutti...

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 22:32

Cris, domani ti rispondo, ora casco per la stanchezza.

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 22:30

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

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 22:29

Sto parlando dell'evento dell'11 giugno

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 22:29

Sono di corsa. Ma volevo dirvi che purtroppo non possono partecipare persone al di fuori di quelle invitate dall'organizzazione. E' un corso e bisogna avere certe caratteristiche per parteciparvi. Mi spiace ma tanto tanto.

Però mi hanno detto che a settembre organizzano un incontro per i pazienti e per quello non c'è problema.

Mi spiace tantissimo. 😞😞😞😞

**Isa** Venerdì, 13 Maggio 2016 22:11

Feffe, troppo bella la cro-statina!!!

**Cris83** Venerdì, 13 Maggio 2016 21:51

Ciao.. Vi scrivo un saluto veloce poi vi leggo con calma.

Volevo dirvi che sabato e domenica prossima, il 22 x capirsi io e mio Michele andiamo a Ferrara.. Ve lo dico così se qualcun'altra viene facciamo una rimpatriata, sarebbe bello rivedervi ..

Un abbraccio e buona serata ❤️👍

**feffe81** Venerdì, 13 Maggio 2016 21:31

oggi al lavoro c'era in visita il capo del capo del capo e così ho dovuto fare una breve presentazione, per fortuna il preavviso è stato poco così mi sono agitata poco...sono fuori allenamento per il parlare in pubblico

**feffe81** Venerdì, 13 Maggio 2016 21:28

ARIANNA assolutamente non mi aspetto che capiscano, l'ho detto solo perché mi sento un po' più forte e in questo posto di lavoro, in cui sto da dicembre, vorrei non nascondermi come ho fatto per 10 mesi dello scorso anno in cui ho lavorato in un posto in cui il mdt non l'ho mai nominato e ho sempre "recitato" facendo finta di niente. Anche io ho fatto di tutto, malocchio e stregone compresi 😊

MAMMALARA per l'11 giugno non posso essere dei vostri perché ho in programma il solito ritiro di yoga: stavolta faremo meditazione intensiva 😊

ANNUCCIA chiamami!! se non lo fai tu lo faccio io!! basta come minaccia?

ISA anche mio padre prende le statine, così gli ho consigliato un nuovo tipo: la cro-statina...

**Isa** Venerdì, 13 Maggio 2016 21:00

Ci credete che ho il riscaldamento acceso? Qui piove da giorni, anche temporale e fa freddo! Adesso vado a farmi un bel bagno caldo (con la stufetta accesa eh!) Buonanotte a tutti!

**Isa** Venerdì, 13 Maggio 2016 20:58

Maria, coraggio! tieni duro! Piera, stai prendendo statine per il colesterolo alto? lo prendo da anni l'atorvastatina perchè ho i trigliceridi alti a causa della tiroidite di Hashimoto e anche il colesterolo è oltre il limite. Con la statina si stabilizza.

**Isa** Venerdì, 13 Maggio 2016 20:54

Care Annuccia e Piera, devo dirvi che anche io da quando sono in menopausa sono diventata molto irritabile! Per non stressare troppo mio figlio litigo con lui via whatsapp!!! Lo sgrido scrivendogli messaggini e mettendo facce brutte!

**Isa** Venerdì, 13 Maggio 2016 20:52

La prossima settimana mio genero partirà per gli stati uniti per lavoro e io mi trasferirò per un po' da mia figlia per darle una mano con la gestione della casa e del bambino, ma l'11 giugno sarò libera perchè ho controllato, è di sabato, per cui care Lara, Cri, Birba e Lile potrò essere con voi a Padova!!! Che bello! Attendo istruzioni per ora e luogo. Mio figlio mi ha detto che se voglio anzichè andare in treno, mi accompagna lui in macchina.

**Isa** Venerdì, 13 Maggio 2016 20:47

Buonasera a tutti e benvenuta tra noi Arianna! Il mio MDT iniziato martedì della settimana scorsa era partito con poco dolore ma sabato e domenica è esploso, qualche mezza giornata di tregua ma sempre presente fino a oggi!!!! Sono sfinita! I brutti effetti collaterali dovuti alla sospensione dell'antidepressivo (iniziata 2 mesi fa!) ci sono ancora! Non oso pensare come avrei potuto fare se avessi dovuto andare a lavorare....

**paula1** Venerdì, 13 Maggio 2016 19:41

PIERA anche io amo un sacco di persone 😊😊  
ancora 10 minuti ed esco...Sella è super in ordine !!!!!!! a dopo

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 19:02

Mi manca solo da andare a spazzare l'autostrada poi sono al completo. 😊😊😊😊

Vado a fare la cena e poi ho proprio l'idea di andare a letto prestissimo. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 19:01

Maria, ogni nostra emozione si manifesta con un'azione.  
Segnale così puoi vedere come reagisci.  
Per esempio:

ero arrabbiata e ho pulito casa  
ero felice e ho impastato  
ero triste e ho fatto spese.

Poi però tienile per te ste cose, altrimenti qualcuno potrebbe approfittare 😊  
Scusami, era una battuta, ma è sempre utile segnare le proprie reazioni ad uno stato fisico e dell'anima

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 18:54  
Piera, anche per te vale la stessa cosa sai.

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 18:54  
Annuccia, immagino che hai motivo di essere arrabbiata. Succede anche ai più buoni.  
Però bisogna dire che ne hai sempre una.  
Pensavo ci fosse qualcosa che non andasse.  
Mi spiace cara. Sfogati con noi così e dinne a noi di ogni. A me per esempio puoi dire ciò che vuoi, me lo dici prima che è per sfogarti e io mi metto in modalità "ascolta e taci" 😊😊😊

**Maria9195** Venerdì, 13 Maggio 2016 14:50

Oggi non va 😞😞😞

Ho la cefalea tensiva attaccata come una cozza al mio corpo 🤯🤯🤯

dal nervoso ho aspirato tutta la casa anche se non ne aveva bisogno....ho la sensazione di essere una zombi che gira per casa...mi do fastidio da sola 😞😞😞😞

sfogo solo qui il mio nervosismo e il mio umore flesso....d'altronde solo voi comprendete ....con gli altri un sofferente silenzio 😞😞😞

**cri69** Venerdì, 13 Maggio 2016 14:09

ANNUCCIA ci siamo NOI .... dov'è il problema ??? 😊

**Piera** Venerdì, 13 Maggio 2016 12:26

Annuccia mi sa che la menopausa a noi ci fa dei brutti effetti 😊😊 anch'io ieri ho discusso con molti!!! e Giorgio come Roberto sopporta i miei sfoghi(pipponi 😊) continuiamo a vivere d'amore dai!!! 😊

**Annuccia** Venerdì, 13 Maggio 2016 12:21

leri ho discusso con tutti.... con la banca, con l'amministratrice del nostro condominio e persino in palestra..... saranno i nervi che stanno per cedere???????????? mah..... a me sembra che non ho tutti i torti. Roberto la sera quando mi vede , ho la netta sensazione che si "faccia il segno della croce" , attacco certi "pipponi"... ma d'altro canto non si sa a chi devo dirle le cose. Ormai mia mamma la mattina non mi ascolta più molto 😞😞 mia sorella va sempre per uno ..... i miei ragazzi non sempre hanno tempo di ascoltarmi, quindi? chi rimane?

**Annuccia** Venerdì, 13 Maggio 2016 12:17

ROSSANA, sappi che ti capisco...

**Annuccia** Venerdì, 13 Maggio 2016 12:16

Credo che ormai chi scrive da anni sul Forum affronta il mal di testa nello stesso modo. Silenzio con tutti prima, dopo e durante le crisi..... c'è questo spazio dove riversare le nostre sofferenze ormai non più incomprese da tutti.

**Annuccia** Venerdì, 13 Maggio 2016 12:14

Buongiorno a tutti!

PIERA, faccio anche mia la tua frase..... 😊

ho parecchia carne al fuoco e mi barcameno su più fronti. A me ne esce una ogni giorno... ma non

posso dire di più altrimenti LARA mi censura... in pratica lo sfacelo è dalle parti basse 😊  
pruriti a go-go....

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 12:12

Ho scritto dal telefono cellulare 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 12:12

Pier, fantastica, mi sa che andrà stampata e messa a fianco dell'alta frase che hai scritto tempo fa 😊

**Piera** Venerdì, 13 Maggio 2016 11:56

stamattina ho letto questa frase:

" IO AMO TUTTI, alcuni amo averli attorno, altri amo evitarli, qualcuno amerei prendelo a calci nel culo, praticamente vivo d'amore.....e quello che capita a me VIVO D'AMORE 😊😊

**nico26** Venerdì, 13 Maggio 2016 11:04

Buon Venerdì a tutte/i e picchia duro oggi a sx 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 10:26

Arianna, non preoccuparti, sapessi cosa mi scrive il telefono alle volte, per questo faccio fatica a scrivere dal cellulare 😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 10:20

Paula, il Piemonte è bellissimo.

Ma poi dimmi quale posto in Italia non meriti una vacanza. 😊

**Maya** Venerdì, 13 Maggio 2016 10:02

E al lavoro bene...

**Maya** Venerdì, 13 Maggio 2016 10:01

Oggi bene per ora....

**Maya** Venerdì, 13 Maggio 2016 10:00

Buon giorno

**arianna** Venerdì, 13 Maggio 2016 09:53

Buongiorno Lara si io scrivo senza mai rileggere quindi scusate se capitano errori xke nn ho il PC ma solo da telefono poi in genere anche nella vita sono molto istintiva mi piace dire quello che sento in quel momento ...senza molte paranoie..xo in questo caso min sta meglio !!!adesso vado ho appena spedito Andrea all asilo e mi metto a fare il capretto x pranzo...buona giornata a tutti!!!

**paula1** Venerdì, 13 Maggio 2016 09:33

Buon giorno a tutti...qui ventaccio e nuvole in movimento...oggi dovrei lasciare Sella ad un nuovo meccanico...di fianco a dove lavoro..devo fare solo il cambio olio e forse riesce a darmelo in serata...spero che mi faccia il piacere di portarmelo in ospedale..sono solo due passi... 😊 così non tribolo...ultimamente sono di una pigrizia esagerata...

anche mia sorella va in ferie a giugno e a me sembra davvero il periodo migliore... 😊 ma come dicevo ieri, nel pubblico hai meno giorni, ma almeno ogni anno puoi cambiare periodo.... noi avevamo pensato di farci un giro in Piemonte..alcuni pazienti me ne hanno parlato bene soprattutto perchè nelle Langhe e nel Roero ad agosto non è così caldo afoso...vedremo...c'è ancora tempo...

ora l'importante per me è avere i 3 giorni a giugno per andare a Pavia♥

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 09:21

Poi avrò anche le sue amichette visto che ora viene a scuola a Ferrara e si è fatta un po' di amicizie qui. Farò un bel po' di crostate. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 09:20

Piera, anch'io avrò Emma questa estate 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 09:18

Piera, sar  per la prossima volta. Mi fa piacere tu vada in vacanza. Penso tu ne abbia bisogno cara

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 09:18

Cri, noi per casino intendiamo che parliamo per tutto il viaggio di andata e ritorno. Sia chiaro. Cos  anche le ferrovie avranno un bel da fare quel giorno. Meno male che il viaggio   breve ma ci sar  lo stesso un fuggi fuggi generale 😊😊😊😊

**Piera** Venerdì, 13 Maggio 2016 09:11

Lara mi sarebbe piaciuto venire a padova con tutte voi, ma ho prenotato da tempo la mia vacanza di giugno, parto il 10 e torno il 19, credo che sara' l'unica di quest'anno perche' come dice Paula agosto con i prezzi   inaffrontabile 😊 e poi mi sa che Irene avra' bisogno di noi, visto che a Bologna non c'  nessun campo estivo per Vittoria

**cri69** Venerdì, 13 Maggio 2016 08:45

Gruppo vacanze Ferrara vai con il casino...attenzione arriviamo 😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 08:38

Il giorno 11 giugno avr  Cri con me a Padova. Poi si   aggiunta Birba poi anche Lile. Vediamo se ci saranno altre adesioni.

Andiamo in un bel gruppetto e sono felicissima che le ragazze abbiano la possibilit  di sentire cosa dicono i medici e di quanto anche loro stiano facendo per questa nostra sofferenza.

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 08:36

Per  non ti preoccupare che non   successo nulla. Sapessi quante volte io scrivo poi cancello prima di registrare il messaggio. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 08:34

Arianna, ho corretto leggermente la tua parola e potrebbe starci che volevi scrivere minuti. Per  l'ho lasciata per tutta la notte 😊😊😊

**Simona** Venerdì, 13 Maggio 2016 08:15

Buongiorno adorato forum 😊

**cri69** Venerdì, 13 Maggio 2016 07:57

Buongiorno a tutti,ancora freddino....io vorrei un p  di caldo 😊😊  
ARIANNA sai quante ne abbiamo fatte ??? di tutto e di pi ,ognuna di noi potrebbe scrivere un libro. lo sono stata da una signora , anche lei con le mani calde che mi faceva certi rutti in faccia 😊😊😊 , ci sono andata 3 volte poi basta. Si prova ,si spera ma poi capisci che se vuoi star un pochino meglio l'unica strada   lavorare su te stessa ...un lavoro impegnativo e continuo ma con un p  di costanza qualche risultato si ha.

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 07:50

Mi metto al lavoro.

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 07:46

oggi ho un po' di tempo e faccio un po' di resoconto di quello che ho in congelatore. Tutti i mesi faccio questo controllo cos  sono certa che tutto va bene

**mamma\_lara** Venerdì, 13 Maggio 2016 07:43

Buongiorno a tutti.

Crilo, anche a me succede di avere i capelli che mi fanno male, sento proprio che mi provoca dolore anche il solo spostamento di uno di essi.

Vai mo a spiegare

Poi sono d'accordo con te, spessissimo le vostre parole sono le mie.

**crilo** Venerdì, 13 Maggio 2016 00:10

Buonanotte a tutte.

Oggi la testa ha picchiato duro x tutto il giorno e la compressa a base di ibuprofene che ho ingerito

non l'ha neanche scalpita un minimo. Avevo un appuntamento dalla parrucchiera fissato dalla settimana scorsa, ma ho dovuto desistere. Nessuno può toccarmi la testa quando è in questo stato!



Simona, ho riletto il tuo messaggio di stamattina per Arianna e mi ci sono pienamente ritrovata!

Spesso le vostre parole sono le mie, i miei pensieri sono i vostri, la sofferenza comune ci rende talmente vicine e solidali da riuscire a fare invidia a chi la cefalea non la conosce. 😊

Serena notte a tutte. 😊 😊

**arianna** Venerdì, 13 Maggio 2016 00:06

Sì Lara le voglio certo sentire...è vero col senno di poi uno riesce poi a farci due risate ...io la cosa più strana che mi sono fatta fare da un signore del nostro rione che dicevano che mentre era in mare che pescava l ha preso un fulmine e si è salvato x miracolo e con la mano destra lui dice di curare alcune malattie ...e una mattina siccome la mia vicina è amica di sua moglie me l ha portato a casa ...lui mi ha appoggiato la mano e diceva che il dolore se lo stava assorbendo la sua mano...mi diceva " senti che sta andando via ?senti il calore?"...gli volevo dire NO sento solo min.....!!! ( permettimi la parolaccia Mamma Lara )ma ci vuole!io x farlo andare via xje anzi la sua mano era anche di peso sulla mia testa gli ho detto ...si si...mi sta passando !!!quindi capisco quello che uno fa nella disperazione!!cmq adesso vado a ninna ...vi auguro una buonanotte..

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 23:09

Arianna, sapessi quante ne ho fatte io pur di stare bene ti metteresti a ridere. Alle volte la disperazione fa fare cose che non faremmo mai in condizioni normali. Un giorno ti racconterò quando sono andata da una signora che "segnava" il MDT. Guarda che ci farai un bel po' di risate 😄😄😄

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 23:04

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

**arianna** Giovedì, 12 Maggio 2016 23:04

Ma poi figurati Feffe è inutile pure dirtelo già mi avevi anticipato che già ti capita di tagliare discorso!! Adesso vi faccio ridere la cosa che mi dicono anche tanti di farmi togliere il malocchio e così mi passano ...nel nostro dialetto mi dicono fatti nzumicare : 😄😄 !!!l'altra volta una mia amica diceva dammi una tua maglietta e gliela porto a questa che toglie il malocchio lo fanno con l acqua e l olio...io sono Credente e naturalmente non ci penso nemmeno oltre ch è stupidità netta!!!ma x dirvi quante se ne devono sentire!!!!....No comment 😞

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 23:04

Gabriele è stato bravissimo. Si è occupato delle bimbe proprio in modo esemplare. meno male che sono arrivata a casa in tempo per stampare tutto quello che avevano prodotto.

Hanno mangiato quasi una crostata. L'avevo preparata ieri 😄😄😄😄

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 23:02

Feffe, spero che nella tua azienda capiscano quanto siano capaci di lavorare le emicraniche. Se io avessi un'azienda solo emicraniche assumerei.

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 23:00

Arianna, fai come ti senti, se ti senti di parlarne del tuo MDT parlane, se non te la senti non parlarne.

Vedi di fare quello che ti fa stare meno male.

Io ora parlo del mio MDT in modo diverso da come ne parlavo anni fa. Ma sono cambiata un po' alla volta e da allora ne ho fatta un bel po' di strada

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:54

Cris, sono stata a Padova per un incontro con un Professore. Organizzeranno un convegno l'11 giugno e andrò a fare una relazione

**arianna** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:49

Lara si le ragazze sono stupende sembra che mi conoscano da sempre x come mi parlano sanno davvero smuovermi la coscienza e la forza che pensavo nn appartenesse più a me!Feffe io sono 17 anni anni che lavoro al mc che soffro di mal di testa da quando lavoro ma le bustine bastavano poi da circa 7 ,8 anni si è cronicizzata ma nonostante prima stupidamente raccontavo ogni minimo particolare dei farmaci delle notti dei viaggi dopo ancora tutti questi anni nn hanno capito nulla !!ma proprio nulla siccome come tutti noi ho una vita travagliata chi nn ha mai avuto qualche problema ...pensano che soffro di depressione ...e ormai seguo i consigli del gruppo nn dico più niente !!!Tu hai fatto bene a dire che soffri di emicranie ma nn ti aspettare che capiscano il tuo dolore!!!

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:48

Nico, tu con le scarpe con il tacco mi mancava proprio. 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:46

Lile, noi siamo esattamente l'opposto dell'essere esibizioniste, esattamente l'opposto.

Facciamo sempre fatica a parlare del nostro star male e quando lo facciamo siamo sempre trattate come se fossimo delle malate immaginarie.

Quante umiliazioni che ho subito e sono ancora in attesa di una giustizia che fa fatica ad arrivare. Ma io mi impegno per questo.

Piano cara con questo elefante, ogni volta che sento nominare questo animale chissà perchè mi sento presa di mezzo 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:38

Annuccia, la mia forza siete voi, andrei in capo al mondo per sostenere la nostra causa. So sai come ho vissuto per tanti anni e come posso stare qui a non fare nulla. Io non lavoro e sono quella che ha il tempo per lottare. ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:33

Piera, mi lasci senza parole con il tuo colesterolo, è un bel problema. Spero proprio trovino come aiutarti

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:32

Simona. grazie per i tuoi messaggi. Oggi avete scritto cose da copiare e l'ho già fatto ♥♥♥

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:27

Piera, Crilo, oggi a Padova è stato un colloquio molto proficuo.

Il giorno 11 Giugno sarò ad un incontro con i Medici di Medicina Generale di Padova. Preparerò una relazione e cercherò di esporre quale sia la nostra condizione e le nostre necessità. Non che loro non lo sappiano, ma ripetere si dice che giovi e così io non mi stancherò mai di ripetere e nel farlo porterò il nostro punto di vista

**cri69** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:24

LARA 😊😊 non ho mai pensato a te come un elefante, stai diventando una libellula ...vedrai dopo gli interventi....

ROSSANA al limite , buon onomastico

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:21

Rossana, per lo spazzolino sono certa che troverai il modo di fargli fare una fine civile. 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:18

Rossana, i dolori dell'anima sono veramente difficili da portare.

Quando ne hai elaborati alcuni ne saltano fuori altrettanti. Mi dico sempre che è così che si diventa grandi 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:09

Crilo, il tuo messaggio è bellissimo. Me lo sono segnata e se mai dovessi fare ancora io il calendario 2017 sarà uno dei mesi

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:06

Arianna, come avrai notato ti hanno accudito per bene le ragazze.

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 22:01

Paula, ho ricevuto la tua mail. domani ti rispondo e grazie grazie grazie

Per le ferie non saprei cosa dire.  
Spero tu riesca a trovare dove andare a poco prezzo.

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 21:56

Mi preme dire che quando la nostra Cri dice di spostare l'elefante quello non sono io. Sempre meglio precisare. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 21:54

Rieccomi, ho avuto un po' da fare e documenti da spedire a destra e manca.  
Ho letto i vostri messaggi e vi dirò quale è il primo pensiero che mi è venuto.  
Quando mi assento e devo lasciare un po' il forum, mi sento sempre a disagio, come se foste esposti a chissà quali pericoli, invece siete proprio in gamba e i messaggi che ho letto oggi sarebbero da incorniciare.  
Ognuno di loro mi rende orgogliosa del lavoro che abbiamo fatto e oggi sono proprio stata felice di portare con me le stampe dei vostri scritti.  
Vi ringrazio per come siete per tutto quello che mi insegnate e per la forza che mi date.

**feffe81** Giovedì, 12 Maggio 2016 21:28

PAULA l'azienda dove sono ora fa le chiusure aziendali in cui obbliga a prendere ferie, quindi anche io mi becco agosto 😊

ARIANNA da quando frequento il forum ho cambiato sia il modo di affrontare il mdt, sia di parlarne con gli altri. Anche io, come SIMONA, l'ho accettato come una parte di me, non gli faccio la lotta, mi arrendo e dico fai di me ciò che vuoi. Quando dura tanto è pesantissimo, però non ho più la sofferenza causata dal volerlo mandare via per forza. Inoltre non me ne lamento più. Al massimo racconto qualcosa, ma solo a persone selezionate e che sono state "educate" da me 😊 infine appena mi vengono dati consigli o mi si dice prova questo, prova quello, è lo stress etc chiudo la conversazione

**feffe81** Giovedì, 12 Maggio 2016 21:24

ciao a tutti, oggi mi è arrivato un attacco mentre ero al lavoro, mi sono impasticcata e sono stata un po' distesa in infermeria...poi sono tornata a casa a farmi la seconda dose...ora per fortuna sembra passato. E così oggi ho detto al mio referente che soffro di emicrania. E' la prima volta che la nomino da quando lavoro lì (poco più di 5 mesi).

**paula1** Giovedì, 12 Maggio 2016 20:26

Buona sera...è vero, care amiche, le mie ferie sono buone...l'unica pecca è che agosto è un mese carissimo per gli spostamenti...quest'anno ancora non abbiamo deciso dove andare...certo che se lavorassi nel pubblico non avrei così tanti giorni...c'è da dire che però non faccio altre ferie durante l'anno, mentre altri colleghi ogni tanto si prendono una settimana.....  
la mia testa oggi va meglio...volevo riposare un po' invece il mio vicino Big Jim in pensione, ma ancora aitante, rasa il prato tutti, dico tutti, i giorni 🤔🤔

**Cris83** Giovedì, 12 Maggio 2016 19:51

Paula mi dispiace che il lavoro ti faccia ancora dannare.. Ma le ferie non sono niente male! 😊

Buona serata e un abbraccio ♥️☐

**Cris83** Giovedì, 12 Maggio 2016 19:48

Mamma Lara dov'è che sei andata? Me lo sono persa..

Oggi ho passato una bella giornata al mare con mia mamma e Anna, quella signora della Polonia.  
Domani torna già a casa.. Quindi oggi ho deciso di non andare a lavoro per stare un po' con lei. La testa fortunatamente ha retto abbastanza.. Ora comincia un po' a rompere, spero che non aumenti.

Simo e Crilo molto belle e vere le vostre parole.

Ross un abbraccio speciale

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 18:06

Ritornata a casa.

Ora però ho 5 barabegoline in casa che fanno i compiti. Devo scappare.

Il viaggio è andato benissimo e il colloquio pure. Poi vi racconto.

Ora vado a fare uno spuntino perchè ho la pancia che tocca il pavimento.

**Simona** Giovedì, 12 Maggio 2016 16:38

Arianna... 😊😊😊 grazie.... tanti complimenti per me.. mi fa piacere soprattutto che il mio messaggio ti abbia fatto bene... e ancora più felice che oggi tu stia bene... 😊😊 un abbraccio a te...

Ross... 😞😞😞 Ti penso....

Paula credo che in pochissimi posti si possa avere tutte queste settimane di ferie una dopo l'altra.... certo il tuo lavoro ti fa dannare ma a ferie non è niente male... 😊😊

**arianna** Giovedì, 12 Maggio 2016 16:26

Simona sei come il Grillo parlante..tanta saggezza..se questi mdt mi porteranno a essere saggi e fiduciosi come voi e come te in questo caso allora non saranno venuti x nulla !oggi qui a Reggio Calabria piove e tante nuvole ma x me giornata di sole non ho il mio solito mdt e le tue parole mi danno tanta forza !!! Effettivamente dire stai bene o stai male a chi te lo chiede tanto x educazione e poi della tua risposta nn se ne frega nulla ,tanto vale dire "sto bene" e poi ho capito che alle persone nn interessano i tuoi lamenti preferiscono parlare di trucco e Parrucco ....cmq Simona ti abbraccio forte forte e ti ringrazio di nuovo x il sostegno..

**rossana** Giovedì, 12 Maggio 2016 15:50

PAULA per il tuo periodo di ferie direi che puoi ritenerti soddisfatta....

lo neanche con la licenza matrimoniale ho fatto un periodo così lungo.

Però, sia chiaro, son ben contenta per te.

**rossana** Giovedì, 12 Maggio 2016 15:49

Qui c'è vento forte.....e sento il dolore alla schiena aumentare.



**paula1** Giovedì, 12 Maggio 2016 15:20

Buon pomeriggio a tutti...qui nuvole velocissime...comunque sono riuscita ad arrivare a casa e adesso può piovere quanto vuole 😊😊😊

ho fatto la mammo e prima sono andata a comprarmi un nuovo casco per la moto...il mio è davvero indecente....ora mi vedranno dalla Luna...è arancio fosforescente...ma c'era solo quello e io di girare per negozi non ne ho mai voglia...

poi come solito mi hanno chiamato dal lavoro e chiesto se posso fare una lunga domenica...io sono masochista e quindi ho accettato 😊 , ma non voglio storie per i 3 giorni di ferie che ho chiesto a giugno...

poi mi hanno confermato le ferie estive: dal 29 luglio al 4 settembre...direi che non posso lamentarmi 😊😊

ora vado a riposare...mi piacerebbe dormire un po'... 😊

**nico26** Giovedì, 12 Maggio 2016 13:58

Dal lavoro buon pomeriggio a tutti/e

Lara provo dopo a spedire la mia foto di domenica se il mdt mi da tregua un attimo.

I nostri dolori fisici e psicologici solo noi li possiamo capire.

Vi voglio bene

**lile** Giovedì, 12 Maggio 2016 13:06

CRILLO, SIMONA mi sono piaciute molto le vostre parole... certe volte sembra che vogliamo fare le esibizioniste con il nostro mdt, in realtà quante volte ho ingoiato pillole di nascosto senza farmi vedere per non sentirmi dire che potrei cercare di sopportarlo un po' di più.. e se avessi un centesimo per tutte le volte che mi hanno detto di non piangere perchè non serve a niente e mi fa solo aumentare il mdt... quante e quante volte... è difficile ma cercare la comprensione nelle persone, anche vicine, a volte è inutile... non credo ci mettano malizia, semplicemente è difficile capire come si possa provare dolore, sempre, costantemente...e quando non si prova, vivere nella paura che arrivi... il forum (e il gruppo) invece è luogo di grande comprensione... e io sono molto felice di averlo trovato....

LARA se vuoi la mia opinione comunque a me la grappolo terrorizza molto più dell'emicrania... mi tengo il mio dolore emicranico per giorni piuttosto che quello che immagino sia il dolore da grappolo....

CRI oggi cercherò di mettere in pratica il tuo motto... spostiamo st'elefante!! 😊😊

**Annuccia** Giovedì, 12 Maggio 2016 12:18

Lo avrai fatto anche tu

**Annuccia** Giovedì, 12 Maggio 2016 12:18

PIERA, te lo chiedevo perché applico sempre la formula per calcolare il colesterolo LDL (quello effettivamente che conta ) e ci vuole anche il dato dei trigliceridi.

**Piera** Giovedì, 12 Maggio 2016 11:30

anche se ho letto che trigliceridi bassi e colesterolo alto e' peggio!!!

**Piera** Giovedì, 12 Maggio 2016 11:26

No annuccia i trigliceridi sono bassi!!! almeno quelli 😊

**Annuccia** Giovedì, 12 Maggio 2016 11:18

Buongiorno a tutti!

LARA, buon viaggio, sei una forza della natura!!!

PIERA, non ci voleva proprio il colesterolo così alle stelle, anche io speravo come ROSSANA che almeno fosse buono il rapporto con l'altro colesterolo. I trigliceridi sono alti?

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 11:18

Scusate ma sono qui che stampo da stamattina. Devo portare VOI con me così stampo di tutto. Devo lasciare qualcosa che non siano solo le mie parole, devo lasciare come siete voi e di cosa vi serva per riuscire a vivere con questo male che nessuno vede e che in pochi lottano per toglierlo dalla invisibilità nel quale siete-siamo (mi ci metto anch'io) costretti a vivere.

Così ho stampato stampato stampato fino ad esaurire la cartuccia. Corsa (si fa per dire) a fare rifornimento e ora continuo a stampare a stampare fino a che non vado via. 😊😊😊😊😊

**Simona** Giovedì, 12 Maggio 2016 10:27

Arianna eccomi qui, scusa ma poi ieri è stata una giornata talmente piena che alla fine non ne avevo più per nessuno....

Inizio con il dirti che mi è piaciuto molto il messaggio che ti ha scritto Crilo ieri sera

"La nostra condizione è fatta di lunghi e forzati silenzi, di sintomatici ingoiati di nascosto, di lacrime fugaci asciugate con le dita....." ... Negli anni ho capito che la comprensione , quella vera a 360 gradi per la nostra patologia la troviamo solo qui sul forum.... qui sappiamo tutti cosa si prova, la fatica, e capiamo bene lo sconforto.... le persone che ci circondano non le dobbiamo "cercare" per farci capire,non sono in grado.... quello che fa più male è che questa comprensione no ci arriva come vorremmo neanche dai nostri famigliari, ma è così. ... loro limiti? O siamo forse noi che non comunichiamo abbastanza? Non lo so.... ma non cerco più risposte a questo solo accetto il fatto che è così e punto.... quindi quando voglio sfogarmi scrivo qui e arriva sempre la parola di conforto, quel abbraccio che seppur virtuale mi fa star meglio e se proprio voglio farmi prendere dallo sconforto perché diciamo che certe crisi emicraniche con vomito che durano giorni mi fanno cadere in un vortice di tristezza debolezza e pensieri negativi, allora piango, da sola e in silenzio perché altrimenti la reazione in casa è la classica frase "non piangere che non serve e ti fa aumentare il mal di testa".....

Capisco bene il tuo desiderio di avere un braccio rotto piuttosto che l'emicrania, il braccio guarisce. .

La testa no..... il gesso del braccio è una prova dello star male, il mal di testa non si prova con nulla, non ti mettono il gesso nella testa, non ti vengono puntini rossi in faccia, febbre alta... è un male subdolo e nascosto.... ma purtroppo è quello con cui noi dobbiamo fare i conti.....

Ultima cosa che ti vorrei dire è che hai detto che tu "combatti" il tuo dolore ma è più forte lui..... ho combattuto tanti e tanti anni il mio mal di testa, e non ho mai raggiunto risultati ... anzi..... combattendo ho perso forze e ho reso LUI più forte di me..... dopo un bel po di lavoro su me stessa ho iniziato un nuovo percorso di accettazione del dolore, lasciarmi andare a lui nelle giornate più nere, pensare proprio "fai di me ciò che vuoi.. intanto poi te ne vai, lo so che te ne vai..." mi ha aiutato a sopportare meglio. ...

La svolta per me è stata approdare al forum, vedrai che qui troverai il modo per affrontare tutto meglio, abbia la m pazienza e la costanza di stare qui e là tua vita migliorerà di certo..... e un'altra cosa importante che mi va di dirti è di "lasciare andare" dove puoi le cose che ti fanno male, lascia perdere la speranza di trovare comprensione in amici o colleghi o parenti, delle volte alla domanda "come stai?" Fai prima e ti fai meno male a rispondere "bene grazie" anche se la verità è tutt'altra.... 😊

Scusa la lungaggine. .. 😊

**Simona** Giovedì, 12 Maggio 2016 10:03

Buongiorno adorato forum 😊

Qui pare ci sia una tregua del tempo ma non credo durerà a lungo. .. ieri è venuto giù di tutto e di più. .. mentre tornavo dall aeroporto (sono partiti i miei genitori e li ho accompagnati ) mi son dovuta fermare all uscita dell autostrada perché la visibilità era ridotta dalla pioggia e non mi sentivo di andare a rischiare.... il bello è che nei mesi scorsi ci hanno allarmato più volte per pioggia che in realtà non era proprio il caso è ieri nessuna allerta meteo e c era il diluvio. .. mah....

Lara Buon viaggio.... Gabriele se la calerà alla grande... mi spiace per Emma che non sta bene..

Piera che roba incredibile questo colesterolo 😞😞 cosa dirti per consolarti non so proprio.... mi viene da pensare che se realmente è una cosa ormonale quando avrai raggiunto la menopausa forse rientrerà il tuo colesterolo in parametri più confortanti... almeno, spero..... anche se so che non sarà

una cosa breve e semplice..... ma che due p..... 😞😞😞

**crilo** Giovedì, 12 Maggio 2016 09:55

Buongiorno dalla Sardegna.

La mia isola soleggiata è ricoperta di grossi nuvoloni che minacciano ancora pioggia 😞

Rossana, mi spiace che x te sia un brutto periodo, forza e avanti tutta come sempre.

Che bellino il proverbio indiano!

Paula, non preoccuparti per il cibo, significa che ne hai bisogno e poi.... la tua polenta doveva essere davvero ottima. 😊

Mami, buona giornata lavorativa, vedrai che Gabriele non ti deluderà.

Oggi comincio a lavorare tardi e sono decisamente rilassata. Per ora la tensiva disturba appena..... ma è sempre così quando ho trascorso una buona nottata. 😊

Ieri con la mia amica Anastasia abbiamo riso tanto: dovevo girare una mail delle vacanze inps x i ragazzi ed invece le ho inviato un'offerta x l'acquisto di lampadari 😊😊😊  
Mi ha detto che potevo dirglielo in tranquillità che quelli di casa sua non rientravano nei miei gusti! 😊😊

Concordo con voi sul discorso che l'ironia rende la vita migliore. 😊😊

**paula1** Giovedì, 12 Maggio 2016 09:28

Buon giorno a tutti...qui adesso c'è il sole, ma ha piovuto stanotte...tra poco esco e per le 13.30 devo essere al Bellaria a fare la mammografia...è uno di quegli esami che proprio non mi piacciono... 😞 , ma è utile... 😊

ieri alla fine della giornata di lavoro massacrante ho dovuto prendere 2 Nimesulide per riuscire a tornare a casa e come solito l'emicrania ha prodotto quello che mi fa da sempre una rabbia esagerata: mangiare a dismisura.....pensate che mi sono fatta un piatto di polenta alle 4 del pomeriggio....roba da matti ! 😞😞😞😞😞😞😞 , per non parlare del pane ieri sera... 😞

**Piera** Giovedì, 12 Maggio 2016 09:08

Buon viaggio Lara, mi dispiace che si sia aggiunto qualche pensierino 😊 Rossana il rapporto tra i due "colesteroli" non e' buono!!!! 😞 una cresce e l'altro scende, non vanno proprio nessuno dei due 😞

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 08:53

Vi voglio un mondo di bene, ne avrei tante da dire ma il tempo non c'è.  
A questa sera. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 12 Maggio 2016 08:49

Buongiorno a tutti. Ora non ho avuto il tempo di leggervi e aspetto Emma che non sta bene. Oggi sbologno un bel po' di cose a Gabriele che se la deve vedere con 5 bimbe in casa e Emma che non sta bene. Ma mi ha garantito che fa lui così non disdico l'impegno di Padova. Anche perchè la macchina è già in moto e non sarebbe proprio da fare di rimandare.  
Speriamo vada tutto bene.

**rossana** Giovedì, 12 Maggio 2016 08:45

Grazie CRI, grazie SIMONA e grazie a tutte.

A proposito di ironia volevo dire a LARA che, andando dal dentista ogni settimana per questa benedetta gengiva, ogni volta mi vedo consegnare spazzolini nuovi per usi diversi e che devo riportare la settimana successiva perché possano verificare se li sto usando in modo appropriato. Fino ad ora ogni volta che li riporto sono da cestinare, quindi non va bene perché premo troppo e

faccio danni. 😞

ieri sono tornata con uno spazzolino color lilla con testina pressochè quadrata molto carino come design, ma il bello è lo spazzolino "monociuffo": è rotondo, color verde pisello e lo devo utilizzare per pulire il canino superiore pressoché senza gengiva.

Mi sei venuta in mente tu e mi sono detta: chissà quale uso saprebbe inventarsi LARA per questo spazzolino..... 😊

Però anche solo guardando la tastiera del pc anche a me delle idee ne stanno venendo...  
Provo ad uscire, buona giornata a tutte e buon viaggio a LARA.

**cri69** Giovedì, 12 Maggio 2016 08:12

ROSS ciao00000 pensavo a te ieri..ti avrei chiamato...mi manchi..

Mi spiace un sacco ma immaginavo non stessi bene,speriamo passi in fretta questo brutto periodo .Un abbraccio stritolante ...ma non troppo

**rossana** Giovedì, 12 Maggio 2016 08:11

PIERA mi dispiace per il tuo colesterolo.....veramente.

Come dice la mia dottoressa ad un certo punto dobbiamo farcene una ragione, è un ormone e noi mica abbiamo la capacità di bloccarlo.

E la menopausa non aiuta di certo...

Spero che il rapporto con quello buono non sia male, sarebbe già un aiutino.

**rossana** Giovedì, 12 Maggio 2016 08:08

Buongiorno a tutte,

CRI bellissimo il tuo motto di stamattina 😊

Sono sempre silente, i dolori dell'anima mi paralizzano sempre la parola.

Passeranno anche stavolta

Per il resto dolore sempre anche con cortisone, ed ora ho un problema con una gengiva che si sta ritraendo troppo ed ho male nonostante sedute di cure e tutto il resto.

In questo momento sento tutta intera la mia disabilità che mi costringe a fermarmi, a non fare.  
E' difficile da sostenere ma si deve

**cri69** Giovedì, 12 Maggio 2016 07:57

Buongiorno a tutti, sempre bruttino e sempre freddino 😞.

ARIANNA i momenti di sconforto li abbiamo tutti ma abbiamo anche la grande capacità di rialzarci più forti di prima. Secondo me hai già trovato un escamotage ...l'ironia , a me aiuta tanto. Ridere di se' alleggerisce tanto.Se a chi ti ha risposto così tu avessi detto..si il mio cervello ora è senza pieghe , a differenza di quello degli altri,dove il buon senso si intruffola,tu ti saresti alleggerita,avresti fatto una risata ed avresti mandato un messaggio forte.

C'è un proverbio indiano che a me piace un sacco che dice ;\_ vedi tutto grigio ? Sposta l'elefante.  
Coraggio fanciulla ,oggi è un giorno nuovo...

**arianna** Giovedì, 12 Maggio 2016 01:23

Simona aspetto con ansia di sapere cosa mi volevi dire...cmq anche io in gravidanza nell ultima ho preso 16 kg il mio Andrea benedica è nato più di 4 kg e dopo un mese sono tornata ai miei 49 kg anzi avrei voluto che me ne rimanessero un po....

**arianna** Giovedì, 12 Maggio 2016 01:10

Crilo parole sante!!!ma quanti bocconi amari da ingoiare..oltre il danno la beffa !!esatto ti guardano come se sei esagerata...poi sarà che non riesco ad accettare la mia condizione che dopo 7 anni o più è peggiorata mi rendo conto che parlo solo di mdt ...cerco parole di incoraggiamento come x esempio ho iniziato il botox appena dico qualcosa che non va bene la risposta è :non è che il botulino ti è andato alla testa!!!magari dovrei ridere della battuta ma invece ci rimango male..

**crilo** Mercoledì, 11 Maggio 2016 23:36

ARIANNA, non tentare di far capire quanto si soffre ad avere la cefalea a chi non c'è l'ha..... non possono capire e rischi di essere scambiata per una pazza o un'esibizionista! Già il fatto che usino il termine mal di testa è sintomatico di una condizione di grave entità che viene scambiata x un dolore passeggero e sopportabile. 😞

Sono sempre stata cefalalgica, ma ormai soffro di una forma mista cronica dal 2007 e ti capisco molto più di quanto tu non creda. 😞

La nostra condizione è fatta di lunghi e forzati silenzi, di sintomatici ingoiati di nascosto, di lacrime fugaci asciugate con le dita e..... di sorrisi di circostanza che ci permettono di essere considerate persone comuni.

Serena notte a tutti. 😴

**arianna** Mercoledì, 11 Maggio 2016 23:15

Grazie Cri sto cercando di fare come mi state consigliando un passettino alla volta anche se ho tanta voglia e fretta di stare bene ...sono esausta e a volte nn ci credo quello che mi sta succedendo!!oggi i miei colleghi dicevano poverina la signora che si è rotta il braccio scivolando(una mia collega) e io ho risposto me li volevo rompere io tutte e 2 e tutte 2 le gambe e nn avere questi mdt mi hanno guardato scioccati e mi hanno detto nn scherzare un mal di testa è sempre un mal di testa poi nn ho insistito xke mi sono ricordata di quello che mi ha detto Lara è inutile parlare con le persone ignoranti xche ti danneggiano! Magari sembro egoista a nn considerare la signora con il braccio rotto ma nn mi possono dire che il mio è solo un mal di testa !!!!!

**paula1** Mercoledì, 11 Maggio 2016 20:39

Buona sera a tutti...qui tempo autunnale 😊 solo che domani che sono di riposo devo andare a fare la mammografia e spero di non prendere l'acqua...hanno messo temporali... 😞

il nervoso di ieri alla fine aveva un motivo...appena arrivata al lavoro la collega mi ha ripreso per il lavoro fatto la mattina prima...io le ho dato delle spiegazioni, ma non era convinta....io mi faccio in quattro per quel reparto e non credo di meritare che mi si dicano certe cose...il vero problema è un

altro, ma è tabù parlarne... 😞😞😞

sono molto demoralizzata... 😞

MAMMA LARA ieri ho parlato coi nostri medici...domani mattina che sono più lucida ti rispondo alla mail... 😊

ora vado a riposare sono in coma....e ho pure mangiato troppo 😞 Buona notte a tutti

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 20:37

Ora scappo. Scrivere con il cellulare è come sbucciare le arance indossando i guanti da pugile.

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 20:34

Piera, Irene merita tutto il bene possibile

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 20:33

Crilo, le gambe faranno come vogliamo, mica posso sempre dare retta a loro. Ho delle cose da fare.

Lo smalto insieme alla tua bimba un momento che lei ricorderà ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 20:30

Cri domani è un incontro per coscermi, così se vado bene posso partecipare all'evento dell'11 giugno.

Quindi scordati che possiamo andare l'11 giugno 😊😊😊😊

**cri69** Mercoledì, 11 Maggio 2016 19:48

LARA ma non era l'11 giugno ?????

**crilo** Mercoledì, 11 Maggio 2016 19:30

Buonasera a tutte.

Mami, certo che le tue gambe non reggono, le usi tantissimo, 6 sempre in giro! 😊

Io ed Emma stasera ci siamo regalate lo smalto semi permanente a domicilio.

È stato molto divertente ed un momento di bellezza tutto nostro. Lei ha messo il rosa chiaro ed io ho osato con un bel rosso ciliegia.

Ma quanto siamo vanitoso da 1 a 10? 😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 19:26

Mi sa che vado a fare la cena poi doccia e a letto. Sono un po' stanca 😊

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

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 19:03

Non vi ho detto che domani sono a Padova.

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 18:48

Cris, ho fatto una ricerca in varie cartelle che ho in vari dischi del mio computer e l'ho trovato.

Tieni presente che sparsi in vari dischi ho 1038 GB di documenti e immagini. Poi altri documenti li ho su dischi esterni.

Ma mi è bastato lanciare una ricerca con il titolo che mi hai messo e l'ho trovato abbastanza in fretta. E' andata, ma avevo i sudori per la paura di non trovarli. 😊😊😊😊

**Cris83** Mercoledì, 11 Maggio 2016 18:11

ahahha. vabbè LARA meglio due che uno!!

comunque figurati era per curiosità più che per altro.. non ricordavo nemmeno cosa avevo scritto. l'ho ripescato in un foglio word!

**Piera** Mercoledì, 11 Maggio 2016 18:00

Grazie Lara, ora me la sono ricordata!!!! 😊 ci abbinavo un'altro nome che penso fosse il suo nome vero, e non Mariparis

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 17:39

Cris, addirittura ne ho due dei tuoi messaggi. 😄😄😄

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 17:36

Mi ha fregato l'apostrofo 😄

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 17:36

TROVATO.

Era salvato solo con le prime lettere Cos per questo non lo trovo. scusami

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 17:34

Cris, ho controllato tutti i miei file e non l'ho trovato. Ora me lo sono salvato. Scusami tanto carissima

Questi nomi già pubblicati

Anna Mattia

Paola Boarati

Gabriella Bordignon

Monica Isidori

Tiziana Canepa

Daniela Savigni

Miranda Michelazzo

**Cris83** Mercoledì, 11 Maggio 2016 17:02

MAMMA LARA ti servirà una segretaria! 😄

questa cosa ti avevo mandato, non mi ricordo nè quando nè in che occasione:

"Cos'è l'emicrania per me?"

L'emicrania per me è un abitante antipatico di me stessa. E' uno guastafeste e rende la mia vita esasperante.

Mi fa sentire spesso inutile, insoddisfatta e stanca di tutto. Mi rende una persona diversa da quella che sono, costringendomi a indossare una maschera fatta di nervosismo, scontentezza e malessere.

Per anni ho cercato di allontanarlo da me, ma ho capito che il miglior modo è imparare a convivere. Perché fa parte di me e accettarlo significa apprezzare di più me stessa."

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 16:39

Non vi dico quanto ho scritto oggi. Ho le spalle che mi fanno male 😄😄😄😄

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 16:39

Arianna, ce la farai vedrai. Senza fretta cara

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 16:37

Vitalba, la penso come Piera.

Sai un giorno dissi ad una emicranica che avevo la cefalea a grappolo e mi ha detto che sono fortunata visto che a me la cefalea a grappolo dura solo un'ora.

Cosa potevo dire se non girare i tacchi e smettere di ascoltare ciò che diceva.

Mi fanno pena queste persone perchè portano del male a se stesse ma anche a chi gli sta vicino.

Il pensiero che si sta peggio di tutti fa stare ancora peggio e non da la forza di cercare il buono in chi ce la fa.

Ma è solo un suo limite, capirà spero.

Noi siamo più avanti di un bel po'.

Lascia perdere.

Tempo fa Piera mi ha fatto un dono prezioso che mi aiuta tantissimo, uno scritto che dice: "mai

discutere con un idiota, perchè prima ti strascina al suo livello poi ti batte con l'esperienza" parole sante che tengo sempre in mente e questo mi fa risparmiare tantissime energie 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 16:29

Piera, Mariparis è la ragazza che abita a Roma ed era venuta a cena con Annuccia, Monica e i rispettivi mariti la sera di novembre in occasione del convegno di Grottaferrata. Lei è Siciliana

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 16:26

Maya, nessuna mail ricevuta

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 16:24

Maya, ho ricevuto solo quello delle foto e non ricordo se avessi potuto metterle nel forum. L'altro messaggio non l'ho visto. Mi spiace carissima. Vado a vedere nelle spam poi ti dico

**Piera** Mercoledì, 11 Maggio 2016 16:19

Vitalba , terribile quando un'emicrania sottavaluta il mdt di altre emicraniche!!!! anch'io faccio fatica a digerire questa cosa, detta poi da una sorella, credo che dispiaccia ancora di piu'.....ma che ci vuoi fare??? siamo circondati da persone che sono convinte di stare peggio di tutti, io ho un'amica che qualunque disturbo o malattia io abbia, lei ce l'ha piu' grande e se per caso non ce l'ha lei, trova qualcuno nella sua famiglia che sta peggio di me!!!! 😊 Solo nel record del colesterolo non e' riuscita a battermi, averlo piu' di 323 non e' facile!!!! 😊😊 a me sta cosa fa ridere da matti, potessi non averli certi problemi???

**Cris83** Mercoledì, 11 Maggio 2016 16:16

WOW un'altra quasi neo mamma!!!! Congratulazioni MARIPARIS!!!

Si si CRILO infatti non mi faccio preoccupare troppo dai kg in più.. e che dopo essere riuscita a perdere 18 kg vorrei almeno non riprenderli tutti! Che poi SIMO su una su di me che è già sovrappeso posso capire anche la paternale, ma tu che sei magra di tuo cosa vuoi che sia.

MAYA spero che la tua giornata sia migliorata!

ARIANNA la paura che arrivi il mal di testa è terribile.. quante notti mi sono addormentata pensando, arriverà? O meglio quando arriverà! Se andavo in giro anche peggio.. mi c'è voluto molto per cercare di non pensarci. Sono riuscita anche molte volte ad avere la forza di uscire senza farmaci per cercare di vincere un po' questa paura. Mi ricordo ancora l'anno scorso che sono andata a dormire fuori in tenda in montagna ad alta quota vicino a un lago.. solo quando arrivai là dopo 3 ore di camminata mi resi conto che non avevo con me la solita farmacia ambulante.. mi prese il panico.. fortunatamente andò bene, a parte un po' di mal di testa la notte ma senza vomito. E come dice MAMMA LARA bisogna fare un passettino alla volta..

PIERA mi dispiace per la tua giornata no!!! Stracontenta per il contratto di irene!!

**vitalba** Mercoledì, 11 Maggio 2016 15:59

nessuna delle mie amiche soffre di emicrania ,pertanto non posso condividere la mia esperienza con loro,anzi mi considerano una rompiscatole paranoica(non lo dicono ,ma lo pensano);e mia sorella ,che pur soffre di emicrania,pensa che il suo sia peggiore del mio.Mio marito dice che sono stressata e che me lo faccio venire.

Cerco anch'io di assumere pochi farmaci (perché purtroppo dovrei già assumerli per i dolori alla schiena ,alle ginocchia.....ma sto senza e sopporto).A volte il mt mi dura anche 5 giorni di seguito e allora ..... 😞

**Piera** Mercoledì, 11 Maggio 2016 15:26

sara' il tempo piovoso, ma oggi e' proprio una giornata no, la testa fa quello che vuole , ho vampate a go go, e l'esame del colesterolo a piu' di 300, roba da non credere con quello che mangio, meno male che doveva essere la dieta cheto quella pericolosa per il colesterolo, in quei invece il colesterolo si era abbassato.....comunque ho anche una bella notizia per fortuna !!! ad irene hanno rinnovato il contratto fino al 31 dicembre 2016. Auguri a Mariparis, anche se non riesco ad abbinarla a nessun ricordo, preoccupante questa cosa!!! 😊 sara' il grasso che ostruisce le mie arterie 😊

**Maya** Mercoledì, 11 Maggio 2016 15:18

Mami ti ho mandato il mess....via mail .ricevuto ???

**arianna** Mercoledì, 11 Maggio 2016 14:50

Grazie Lara i tuoi consigli sono x me più preziosi in questo momento di qualsiasi altra cosa....infatti come mi avevi consigliato faccio quello che posso tanto effettivamente tutto scorre lo stesso magari diversamente da come vorrei...ma almeno elimino un po di fatica e di stress e dire no alla fine nn è così difficile il mdt rimane ma almeno nn aumenta tanto fa dover andare a finire x forza con i Triptani! X quanto riguarda la forza in questo momento nn la cerco proprio so che nn ho abbastanza risorse soprattutto fisiche ...ma come dici tu un passettino alla volta e già da quando ti ho conosciuta sento di averne fatti ...almeno so che posso stare meglio cosa che prima escludevo a priori !!Grazie ancora...

**nico26** Mercoledì, 11 Maggio 2016 14:20

Buon pomeriggio a tutte/i arrivata al lavoro con mille ipocrisie che sento .

Inizia una riunione importante e stavolta non ho preparato nulla volutamente dato che non e' il mio settore.Voglio vedere 😊

E basta poi!!! 😞

**Monica** Mercoledì, 11 Maggio 2016 13:50

Buon pomeriggio a tutti. Tanti auguri a MARIPARIS, una bellissima notizia 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 12:25

Troppo bello. Sono strafelice. Meravigliosa notizia

**Annuccia** Mercoledì, 11 Maggio 2016 12:16

Quanti nuovi bimbi..... Che bello! Un bacio grande a mariparis

**cri69** Mercoledì, 11 Maggio 2016 12:00

UDITE UDITE NOTIZIONA

La ns MARIPARIS aspetta un bambino 😊😊😊 .Sono troppo contenta per loro e per noi...quest'anno fate faville 😊😊 .

Che meravigliaaaa 😊😊😊😊

**Annuccia** Mercoledì, 11 Maggio 2016 11:42

Buongiorno a tutti!!!!

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 11:41

Scusate è arrivato Gabriele con la spesa

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 11:23

Arianna, sai che anch'io per tanto tempo mi sono sentita dire che non potevo vivere sempre aspettando il MDT.Chi me lo diceva aveva ragione, solo che me lo diceva con il fine sbagliato. Loro lo dicevano senza fine e quasi per offendermi e darmi della debole, io invece ora me lo dico per darmi forza e con una forma di sfida.

Ho fatto cosa che se avessi avuto la paura mi fosse venuto il MDT mi sarei paralizzata subito, mentre invece mi sono buttata e ho fatto di tutto. Non è stato facile, perchè per prima cosa ho dovuto interrompere l'abuso del farmaco contro il dolore. Poi una volta sistemata quella faccenda ho lavorato sulla paura. Mi dicevo: "tanto non muori e alla fine è sempre solo dolore". me lo dicevo io però, se me lo avesse detto qualcun altro penso che gli avrei cavato gli occhi e anche altro.

La paura è la peggior cosa nel mio caso.

Però avevo anche un'altra età e si fa presto a parlare quando non si hanno bimbi piccoli o una famiglia da accudire.

Quindi penso che ognuno di noi debba fare i conti con la propria forza con onestà, ma con grande onestà. Ecco, poi si parte per provare a migliorare il proprio stato.

L'obiettivo è quello, passettino passettino per migliorare il nostro stare. Ma si sa che ognuno di noi fa sempre come riesce e come può.

Ma se chi ci sta vicino dicesse le stesse cose con un po' di empatia senza cattiveria o con l'unico scopo di ferire, forse le parole farebbero meno male.

**mamma\_lara** Mercoledì, 11 Maggio 2016 11:11

Buongiorno a tutti.

Ho lavorato fino ad ora e non ho fatto niente che si veda.

Ecco perchè mi da soddisfazione impastare. quello almeno si vede 😊

In ogni caso per mettermi un po' a posto ieri ho impastato 3 kg e mezzo di tigelle e ho fatto 10 uova tagliatelle da fare asciutte con il ragù. Oggi ne farei altrettante ma non posso proprio. 😞😞

**Maria9195** Mercoledì, 11 Maggio 2016 10:40

quando sono giorni che sto combattendo il nostro comune mostro e non ne esco arriva anche l'ansia di non farcela e quindi mi paralizzato.

Brutta bestia è il mal di testa ma ancora più brutta è l'ansia. 😞😞😞😞

mi tocca uscire al più presto da questo circolo vizioso

**Maria9195** Mercoledì, 11 Maggio 2016 10:37

stamattina l'ansia mi sta fregando assai 😞😞😞😞

**arianna** Mercoledì, 11 Maggio 2016 09:38

Buongiorno stamattina dovevo portare Andrea all'asilo e pulire casa, abbiamo fatto il soggiorno nuovo e c'è un cantiere ma ieri sera è arrivato puntuale e mi spavento prendere i triptano xke ultimamente ne ho abusato! Quindi mi sono rimessa a letto...e non posso fare le 3000 cose che avevo programmato x oggi!!buona giornata a tutti

**crilo** Mercoledì, 11 Maggio 2016 09:07

Buongiorno ragazze, mi spiace x chi non sta bene! 😞

Sono in sala professori xchè in classe abbiamo le dottoressa del consultorio che lavorano per la consapevolezza alla gestione della sessualità e, giustamente, non gradiscono la mia presenza che potrebbe influenzare la libera espressione degli alunni. 😞

Abbiamo in questa seconda diverse situazioni problematiche: un'altra che a 16 anni ha già una bimba di un anno e di recente è rimasta di nuovo in attesa e ha deciso di interrompere la gravidanza 😞

Il mio adorato tale mi fa compagnia, oggi mi sento un po' asociale ed ho poca voglia di interagire coi colleghi, almeno per ora. 😞

Buona giornata lavorativa a tutte! 😊

**Simona** Mercoledì, 11 Maggio 2016 08:47

Buongiorno adorato forum..anche qui pioggia battente..oggi ho un po' di cose da fare ..per fortuna stanotte è andata leggermente meglio delle precedenti...

Crilo a dire la verità io non mi preoccupo affatto dei kg in più... con mattia avevo superato i 24.. 😞  
😞 a sto giro manca 1 mese e mezzo e sono a più 15... ed ero anche sottopeso quando sono entrata in gravidanza.... so bene che perderò tutto e anche di più del dovuto.. il problema è il ginecologo che ogni volta mi fa la paternale.... ma manca solo 1 visita. .. quindi mi scivola proprio quello che ha da dire... d'altra parte se prendo così tanti kg vorrà dire che il mio fisico è si comporta così in gravidanza... amen.. l'importante che Luca dentro me stia bene e lui sta alla grande 😊😊😊

Scappo.... a dopo amiche mie.....

Arianna se riesco rispondo dopo al tuo messaggio notturno perché ho una cosina da scrivere x te....



Ross si sente la tua mancanza... spero tutto ok.. nei limiti del possibile ovviamente... 😞 Tu abbraccio

Maya forza e coraggio... ma che te lo dico a fare.. di certo non ti mancano queste 2 qualità 😊  
..anzi.. 😊 spero vada migliorando la tua giornata.. 😊

**cri69** Mercoledì, 11 Maggio 2016 07:39

Buongiorno a tutti, qui pioggia.

Tanto dolore in giro ...mi spiace 😞

**Maya** Mercoledì, 11 Maggio 2016 06:56

😞 ...dolore

**arianna** Mercoledì, 11 Maggio 2016 01:33

Io sono sempre quella della notte fonda....ma il mio lavoro è così e solo ora posso scrivere ...posso leggere i vostri messaggi..ma il mal di testa toglie anche il sonno nonostante la stanchezza!!

**arianna** Mercoledì, 11 Maggio 2016 01:27

**x Lara**

Questo è proprio quello che mi e' capitato stasera :uscita di gruppo tra colleghi. ..nn posso partecipare sicuramente avrò il mal di testa. ..stai sempre lì ad aspettarlo e lui puntuale arriva ...prima ti avverte come se si prendesse spasso a farti prendere prima dal panico poi dalla paura xke sai già quello che ti aspetta e infatti nn ti risparmia nemmeno questa volta ...picchia peggio di una bestia feroce. ..ti svuota. ..ti annulla ...ti toglie il sorriso ..il tempo da dedicare alle persone care ...si impadronisce del tuo corpo della tua mente della tua anima ..un giorno due o forse anche molti di più di seguito. ..io combatto.... ma sono una piccola donna e so che l'avrà vinta sempre lui....

**arianna** Mercoledì, 11 Maggio 2016 01:26

**x Lara**

Questo è proprio quello che mi e' capitato stasera :uscita di gruppo tra colleghi. ..nn posso partecipare sicuramente avrò il mal di testa. ..stai sempre lì ad aspettarlo e lui puntuale arriva ...prima ti avverte come se si prendesse spasso a farti prendere prima dal panico poi dalla paura xke sai già quello che ti aspetta e infatti nn ti risparmia nemmeno questa volta ...picchia peggio di una bestia feroce. ..ti svuota. ..ti annulla ...ti toglie il sorriso ..il tempo da dedicare alle persone care ...si impadronisce del tuo corpo della tua mente della tua anima ..un giorno due o forse anche molti di più di seguito. ..io combatto.... ma sono una piccola donna e so che l'avrà vinta sempre lui....

**crilo** Mercoledì, 11 Maggio 2016 00:33

Simona, Cris, non preoccupatevi dei kg in più, godetevi la gravidanza, a smaltire penserete in seguito, avrete anche voi il famoso calo fisiologico. 😊

Pensate che x Elisa avevo preso 15 kg e x Emma 17, dopo due mesi dal parto rientrato nei miei jeans senza problemi.

Serena notte a tutte. 😊 😊 😊

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 22:03

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

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 22:02

[Cefalee Today](#)

Annuccia, ho fatto presto a trovare il numero, è stato lo stesso numero del Convegno 2014

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 21:59

Cris, io non ho il tuo nome nei messaggi per la rivista.  
Ma fai con comodo. Ora ne ho un po' di scorta.  
Grazie carissima

**Annuccia** Martedì, 10 Maggio 2016 20:20

Lara non preoccuparti volevo solo la conferma di averlo scritto.

**Cris83** Martedì, 10 Maggio 2016 19:15

Mi ricordo anch'io di aver letto qualcosa di Annuccia.

Pareva anche a me di averti scritto qualcosa Lara ma forse era x un'altra cosa.

**Cris83** Martedì, 10 Maggio 2016 19:13

SIMO x i kg in più non me lo voglio far pesare troppo.. E poi fino a ora non avevo fatto né dieta né nulla visto che non avevo preso peso. E con sempre la nausea e il vomito x via dell'emicrania nei pochi momenti in cui stavo bene onestamente mangiavo solo quello che mi andava. Ho preso 6 kg in 2, settimane.. Non me ne sono nemmeno accorta. Sennò avrei fatto più attenzione! D'ora in avanti mangerò meglio.

La curva glicemica non l'ho ancora fatta. Sono alla 21sima e mi sembra di averla tra un paio di settimane.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 19:11

Annuccia, quando ho tempo ti trovo il numero. Ora ho Emma

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 19:11

Cris, si cara fai con comodo, me ne sono arrivati. Grazie.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 19:10

Annuccia, il tuo già è stato pubblicato, credo fosse uno dei primi se non il primo.

**Cris83** Martedì, 10 Maggio 2016 19:09

MAMMA LARA se sono ancora in tempo ti scrivo qualcosa più tardi!

**Cris83** Martedì, 10 Maggio 2016 19:09

Ho tentato di alzarmi per fare qualcosina ma proprio non riesco. Mi ributto sul letto!

**Annuccia** Martedì, 10 Maggio 2016 18:22

Ciao SIMONA, si se la caveranno sicuramente , Enrico è veramente bravo. Spero solo che la notte lo faccia dormire. 😊

**Simona** Martedì, 10 Maggio 2016 17:21

Annuccia ciao... 😊😊 credo di aver letto il tuo scritto sulla rivista già da un po di tempo... 😊 ma dai... immagino il fermento per la partenza di Alessandra.... Enrico se la caverà alla grande e i due uomini di casa se la spasseranno alla grande insieme... 😊

**Simona** Martedì, 10 Maggio 2016 17:19

Lara ti ho inviato una mail con l account google di mattia... ma sono io... 😊 certo che 100 parole x parlare della vita con il mdt sono davvero pochine.... 😊😊😊 cmq fatto.... 😊😊

Cris ma ufffff..... spero proprio che presto tu possa avere un po di tregua con sta testa balorda... per i kg presi altei ufffffffff.... la dieta in gravidanza è faticosa.. almeno x me.... pensa che nell ultimo mese ho preso solo 2 kg ed ero contenta e al ginecologo invece non va bene neanche così.... 😊😊 io però ho solo più 1 visita il 9 giugno e poi basta prove bilancia.. e ormai mi sono rassegnata che prenderò quanti kg prenderò.... non che devo esagerare con dolci e schifezze varie ma non mi posso neanche fare un cruccio per kg che poi intanto perderò in seguito.... Hai fatto gli esami della curva glicemica?

Crilo che dolce la tua bimba... per fortuna non hai riso davanti a lei... 14 anni sono l età dei primi batticuori .. li ricordo bene i miei.... sei fortunata che la tua bimba ti parli di queste cose.. io ero molto riservata e non ho mai condiviso le mie prime cotte con la mia mamma ma parlavo solo dopo che frequentavo un ragazzo per un bel po di mesi.... credo che un rapporto aperto tra figli e genitori

in cui i figli si confidino sia molto bello e importante da coltivare. ... ci vuole saggezza e sensibilità da parte del genitore, cosa che non ti manca di certo... 😊

Maya bella la festa a sorpresa... ma che brava è stata Loredana a pensare a tutto per te... veramente una grande prova di amore secondo me... e anche il menù su misura.. la torta su misura... è stata una grande e te da parte tua te la sei meritata tutta sta festa... 😊 😊

**Annuccia** Martedì, 10 Maggio 2016 17:03

LARA, io già feci questo "raccontino" in 100 parole. Te lo mandai ricordi?

**cri69** Martedì, 10 Maggio 2016 16:10

MAYA a me si è aperta avendo anche un account con google

**Maya** Martedì, 10 Maggio 2016 15:55

Mami non riesco ad aprire la busta. 😞

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 15:49



la mia mail, basta cliccare sulla bustina sopra al mio messaggio

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 15:48

**Mi servirebbe con urgenza un messaggio che parli della vostra vita con il mal di testa. Il messaggio non deve avere 100 parole e non di più. Verrà pubblicato sulla rivista Cefalee Today**

**Maya** Martedì, 10 Maggio 2016 15:47

Mami sai quanto affetto ho per te, per quello che mi hai donato, direi amore e comprensione, e con te il forum con tutti gli scritti, alcune sanno del mio cammino e delle Trasformazioni mie personale, per arrivare ad un periodo molto pesante, con la perdita del lavoro tre anni fa, giorni ancora pesanti, ma continuo tutti i giorni a pensare che qualcosa deve arrivare, lo avete scritto spesso, e me lo sento dire proprio dai ragazzi presenti alla mia festa, mi hanno sostenuta, e anche trovato qualche lavoretto... 😊, camminare quando sei nella tempesta, è dura, ma voi, ma i miei cari vicino domenica mi sono stati accanto, GRAZIE A TUTTI-E... vi sono GRATA di tanto affetto.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 15:47

Maya, dopo le guardo. Ora sono proprio incasinata ♥

**Maya** Martedì, 10 Maggio 2016 15:35

Mami ti ho spedito alcune foto..... 😊

**Maya** Martedì, 10 Maggio 2016 15:21

ho pensato alla parola gratitudine proprio dopo aver letto il tuo elengo, come se la stessi cercando la parola, perchè domenica non sono riuscita a parlare con i ragazzi presenti, a parlare un'emozione da restare senza parole, ho provato un'affetto immenso... sono GRATA A TUTTI LORO, per la presenza e a Lory per avermi messo accanto tutti loro per un giorno speciale, mi ha fatto veramente bene.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 15:13

Maya, lavoro faticoso il tuo e farlo con un triptano in corpo diventerebbe veramente insostenibile. Però sei da ammirare. ♥

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 15:12

Nico, aspetto la foto, mica ci vorrai togliere la vista dei tuoi piedi che indossano le scarpe con il tacco. 😊

**Maya** Martedì, 10 Maggio 2016 15:11

si Mami ... da sabato chiodino a sx... è stato pesante in particolare ieri svegliata con dolore pulsante e al lavoro... vomito e ciclo... quel chiodino di sabato però la domenica è sempre stato sopportabile, e gliene sono grata... mi son goduta la festa,,, ma dicevo lunedì veramente dura, ho tamponato la giornata due volte... con tachi... un trip mi avrebbe steso.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 15:10

Maya, meno male va che il ragazzo ti sta dando una mano

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 15:09

Annuccia, guarda che io mica mi meraviglio più di nulla se ci sono di mezzo le cefalalgiche. Pur di farci del male copiamo anche i difetti degli altri perchè non ci bastano le nostre cattive abitudini.



Dai mo che io sto migliorando, mica mi vorrai riportare a quando pulivo i pavimenti con lo spazzolino.

però mi ricordo di una che spolverava il soffitto se non ricordo male. Behhh sappi che quella io non l'ho copiata e i miei vetri hanno delle macchie di pioggia che fanno faville. Ma aspettano il loro turno



Come vedi sto migliorando

**Maya** Martedì, 10 Maggio 2016 15:06

per la terza settimana faccio il mattini, per me è meglio, sono stata agevolata dal ragazzo di produzione....

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 15:05

Maya, mi sembra sia stato un fine turno tribolato

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 15:05

Cris, uffa, hai ragione, non appena ti sembra di stare meglio lui ritorna così non ci dimentichiamo di



lui.

Per il peso dai che li perdi facilmente visto che li hai messi su da poco.

**Maya** Martedì, 10 Maggio 2016 15:04

ciao...turno finito..

**Cris83** Martedì, 10 Maggio 2016 14:38

Appena mi sembra di respirare un po' ricado nello strapiombo.. sono a lavoro ma sto stringendo i denti perchè sta di nuovo aumentando pesantemente! sta partendo la nausea e tutto il resto.. che

rabbia.

**nico26** Martedì, 10 Maggio 2016 13:51

Buon martedì' dal lavoro a tutte/i

Arianna la tua parola quanto e' vera e quanto ci sto lavorando sopra.

Io penso che noi del forum abbiamo veramente una marcia in più sulla sensibilità emotiva e questo talvolta e' un bene ma altre volte si ritorce contro di Noi.

Maria ti ringrazio di cuore ma ogni volta che sento un dolore dell'anima e' come rivedermi allo specchio per cui se le mie parole posson esserti d'aiuto ben vengano .

**Annuccia** Martedì, 10 Maggio 2016 11:38

Buongiorno a tutti!

MAYA, che bella festa, inutile dirti quanto la meriti, sai i miei pensieri su di te ... non li voglio ribadire per non essere noiosa.

PIERA, pazienza per Irene, anche se capisco che mancava un soffio e lei , forse, quando avrà i bambini grandi rimpiangerà di non aver portato a termine gli studi.

LARA, anche io ho un po' come te la fissazione di non stare in pancia per molto, ma non ce l'avevo prima questa cosa, mi sa che me la hai attaccata tu.....

Oggi il mio Enrico resta solo con Lupo fino a sabato, Alessandra parte per New York per lavoro, non ne ha potuto fare a meno , lei è responsabile dell'ufficio esteri..... è la prima volta che si distacca dal pupetto e oggi erano tutti in fibrillazione.

**Cris83** Martedì, 10 Maggio 2016 11:13

Ieri ho fatto un controllino dalla ginecologa.. tutto bene. mi ha messo a dieta perchè ho già preso 6 kg, non me ne sono nemmeno accorta.. tutto in due settimane.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 11:12

Crilo, che tenerezza la tua Emma, inizia con le "pene" d'amore, cara che è. ♥  
Immagino che avrai riso e hai fatto proprio bene a farlo in separata sede 😊

**Cris83** Martedì, 10 Maggio 2016 11:11

Buongiorno.. emicrania pesa tutta la notte, non ho chiuso occhio. ma ora sto meglio quindi va benissimo così!

MAYA che bella la festa!!! Bella la parola gratitudine!

ARIANNA speravo anch'io di avere un po' di tregua.. ma per ora sono al quinto mese e ho visto solo un lieve miglioramento. Comunque non è tanto adesso che mi preoccupa ma è il dopo! Staremo a vedere! Hai fatto bene per la festa.. quando non si sta bene lavorare con i bambini secondo me è impossibile. Molto bello quello che hai scritto!

SIMONA mi dispiace che non riesci a dormire! Con tutti questi bruciori di stomaco .. avrò tanti capelli! 😊 Che bello il tuo mattia con la dichiarazione d'amore.. dev'essere un bambino spettacolare!

Simo ti capisco, e penso che qui siamo tutti nella stessa barca, come diceva LARA. Per quanto mi riguarda il senso di colpa è quello che mi distrugge di più.. pur non essendoci persone che mi fanno pesare il fatto di perdere intere giornate a casa senza far nulla e me butta giù comunque. So di fare quello che posso, e se sto a casa significa che proprio non riesco, ma comunque mi sento inutile e debole. Mi rendo conto anche però di aver fatto qualche miglioramento, come per esempio nella pulizia della casa e nella cena. Se non riesco a fare tutto cerco di fare l'essenziale e cerco di farmelo bastare.

Anch'io la penso un po' come Piera, anche secondo me non bisognerebbe mollare a un passo dalla fine, magari con tutti i tempi che servono, se uno ci mette un anno o due o anche tre va bene lo stesso. Mi sembrerebbe un rimpianto che magari poteva essere evitato. E' solo un' opinione personale e poi io non ne posso nemmeno sapere nulla, dopo un mese di università ho mollato.

LILE io sono sicura che tu sai di aver fatto quello che potevi, ma soprattutto lascia perdere il giudizio degli altri e cerca di essere un po' più comprensiva con te stessa. Io non penso che sia una tragedia se ti laurei a settembre o a dicembre. E l'hai detto da sola.. devi volerti più bene!

un abbraccio 😊

**paula1** Martedì, 10 Maggio 2016 10:08

Buon giorno a tutti...qui tempo variabile...sole e nuvole...oggi sono nervosa... 😞

**crilo** Martedì, 10 Maggio 2016 09:46

Che ridere, volevo rendervi partecipi di una confidenza fattami di recente da mia figlia Emma che ha solo 14 anni!

Mi ha chiesto se quando avrà il fidanzato potrà invitarlo a casa x non incontrarlo sempre fuori ed essere costretta ad uscire per forza! La cosa mi ha fatto sorridere ed ho pensato di dirle che mi sembra prematuro fare discorsi di questo tipo, considerato il fatto che ancora questo ipotetico fidanzato non esiste! 😊

Allora ha confessato che ci sarebbe un ragazzino che le piace e le sembra di essersi innamorata, ma lui ancora non lo sa. 😊

Ho dovuto trattenermi x non scoppiare a ridere, poiché ho capito che lei stava parlando seriamente.

Abbiamo concluso la conversazione dicendo che avremo affrontato il problema quando si sarebbe presentato.

Ragazze che risate mi sono fatta in separata sede 😄😄😄

**crilo** Martedì, 10 Maggio 2016 09:34  
Buongiorno a tutte.

Vi leggo sempre molto volentieri e, come dicono le mie amiche, sono una brava ascoltatore. La vita mi ha insegnato che non devo mai giudicare il prossimo, nè tanto meno dire "lo questo non lo farò mai", perchè potrebbe arrivare il momento che potrei fare quello è peggio di quello. 😬😬

A volte quando la cefalea mi sta facendo scoppiare mi chiedo perché sia capitato proprio a me, ma poi mi rendo conto che non c'è un motivo, forse doveva accadere e basta, e poi perché cercare sempre una spiegazione x tutto? A volte le cose capitano e basta! 😬😬

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 09:25

Piera, non me ne volere ma alle volte bisogna fermarsi mentre si è ancora in tempo. Non sappiamo cosa sarebbe costato a tua figlia continuare gli studi. Qualsiasi cosa l'abbia indotta a fermarsi potrebbe essere un capriccio, ma potrebbe anche essere una cosa che non dirà mai a nessuno e si terrà ben stretta dentro la sua mente. Non si sa. Ci sono cose che io non dico e non dirò mai a nessuno neppure sotto tortura. E mento piuttosto che dirle. Ma lo faccio per difesa. Alle volte la scelta che si fa e per la nostra salvezza anche se agli altri potrebbe sembrare una cosa molto stupida.  
Scusami cara

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 09:20

Lile, metti in atto delle strategie che ti possono essere di aiuto. Non darti giudizi cattivi, avrai i tuoi motivi se questa è la tua reazione. Sii clemente sempre con te stessa, se non lo sei tu come pensi che lo possano essere gli altri.

Difenditi.

pensa che alle volte serve anche difendersi da se stessi.

Io stupida proprio non mi sento. Non sono stata educata a sentirmi stupida. Mia mamma mi ripeteva sempre che ero forte e intelligente e che proprio la mia forza e la mia intelligenza mi avrebbe salvato.

Aveva ragione.

Però al mio paese chi si sedeva anche solo 5 minuti era considerata una buona a niente.

Purtroppo questo giudizio era solo per le donne 🤢🤢🤢

**Piera** Martedì, 10 Maggio 2016 09:15

feffe non me ne volere, ma non va bene senza la laurea 😄 sai quanti lavori andati a farsi friggere senza quel pezzo di carta????? poteva farcela benissimo.....mancava così poco 😞 e per dovere di cronaca il secondo bimbo e' arrivato molto tempo dopo 😊

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 09:14

Simona, è verissimo ciò che hai scritto, ma uno scherzo si deve capire che lo è, altrimenti è una maschera che si indossa per ferire. Non dubito che Gabriele scherzi e sono anche convinta che sappia come farlo, un po' come quando i miei figli scherzavano sulla mia esagerazione. scherzavano e ho capito che il loro era un modo per dimostrarmi il loro amore.

Invece c'è anche chi ti dice cattiverie che ti lasciano ferita e lo fanno apposta per ferirti, in quel caso bisogna subito difendersi, altrimenti continueranno a farlo. Questi sono proprio atti di bullismo e non dobbiamo mai permettere a nessun amico o conoscente di farlo.

Io ancora ne sopporto di questi atti, ma lo faccio solo per una giusta causa, nella cerchia delle mie amicizie invece li ho cestinati tutti quelli che mi trattavano così.

E come sono diventata brava non lo immagini.

**Maria9195** Martedì, 10 Maggio 2016 09:09

Grazie NICO .

Ieri al telefono mi hai suggerito come intervenire per non farsi abbattere dalla cefalea tensiva.

Ci sto provando 😊😎😄

**lile** Martedì, 10 Maggio 2016 09:08

Buongiorno...

SIMONA, FEFFE, grazie per le vostre parole... purtroppo tra il giudizio degli altri e quello di me stessa in questo momento mi sento schiacciata in una morsa... lo sono consapevole di avere le mie colpe...sono pigra, rimando sempre le cose...la tesi mi faceva paura e ho rimandato...e adesso mi sento dire che se mi laureo a settembre metto in difficoltà tutti perché ci sono "altre cose"...io ci sto provando più che altro perché mi conosco e se rimandassi già oggi non riuscirei a finire neanche per dicembre. Ma raramente una cosa mi è venuta così tanto forzata e difficile da fare... PIERA, capisco la frustrazione di un genitore che vuole vedere i risultati di anni di sacrifici, ma capisco anche tua figlia, non conosco le motivazioni ma probabilmente ha fatto la scelta che la faceva stare meglio. Se dovessi scegliere in base a questo probabilmente lascerei l'università, lascerei il lavoro e tornerei a casa. Ma dopo tutti questi anni...ho già tanti rimpianti, sarebbe l'ennesimo...

LARA per me la frase più cattiva che mi si possa dire è che sono stupida. Fin da bambina era l'insulto peggiore. Anche adesso temo di essere considerata tale e spesso sono io stessa che mi giudico così. Ma come dici tu, siamo sempre più spietati con noi stessi... Devo imparare a volermi un po' più bene...

MAYA che felicità la sorpresa che ti hanno fatto, deve essere stato bellissimo!!!

SIMONA che emozione le parole d'amore dei bimbi...

**Maria9195** Martedì, 10 Maggio 2016 09:08

Quanti sensi di colpa ho sempre se non lavoro e mi trastullo. Sto cercando di educare la mia mente al gusto di fare cose piacevoli e non al dovere di fare sempre tutto per tutti. E' durissimo cambiare questo modo di vivere e la mia mente cerca sempre di fregarmi. Ora mi sono imposta che dopo una certa ora pomeridiana stacco il cellulare e il telefono di casa e faccio qualcosa di piacevole che mi rilassi : giardinaggio, dolci, camminata lungo il fiume e piscina. 😊😊😊😊  
Mi sto educando a cambiare rotta.

In questi giorni è ritornata la cefalea tensiva quotidiana . Rompe assai . La dieta purtroppo non funziona e quindi con molta pazienza devo intervenire con altre terapie naturali . Non mollo ma è più faticosa la mia giornata.Comunque ieri sera dopo cena sono uscita con il capello a camminare nel mio quartiere e ho chiacchierato con le nonnine che portavo a spasso il cane. 😊😊😊

Buona giornata.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 09:07

Maya, certo che possiamo aggiungere la parola Gratitude. Già fatto. 😊

**Simona** Martedì, 10 Maggio 2016 08:48

Feffe sappi che il mio messaggio di ieri rivolto a lile erano considerazioni che ho fatto grazie a te e alle parole che mi dici quando vado in tilt... 😊 quindi è un po come se l avessimo scritto insieme... Lara.. anche a me capita di sentirmi giudicata se non faccio abbastanza... da quando ho lasciato il lavoro x dedicarmi in toto alla mia gravidanza mi ci sento tutti i giorni in difetto... gabriele ogni tanto fa battute.. lui crede di non fare danni ma io mi accorgo che dentro di me mi smuove... ma non voglio dire nulla a lui... so che scherza e anzi.. la sua disponibilità a lasciarmi crescere Luca fino ai 2 anni è chiaramente una buona intenzione e sa bene che delle volte è meno faticoso lavorare fuori che stare a casa con un neonato e la casa a cui badare e un altro bimbo che inizia la scuola.... ecco... però io non gli dico nulla perché è su di me che devo lavorare per modificare sta cosa... gabriele è giusto che scherzi e che dica le battute che vuole... sono io che ci devo ridere su e non farmi far male.... vorrei proprio arrivare al traguardo di passare anche una giornata senza fare niente e non sentirmi in colpa... altrimenti vorrà dire che non sono guarita da questa cosa e bisogna invece proprio guarire anche qui.... perché se dal mdt non si guarisce..non c'è cura... per questi meccanismi della nostra anima credo che dobbiamo proprio mettercela tutta per trovare la "medicina" giusta.... essere clementi con noi stesse ci da la possibilità di stare comunque meglio...

**Simona** Martedì, 10 Maggio 2016 08:38

Buongiorno adorato forum.. 😊

Nottata da dimenticare. .. 😞 Non c'è niente da fare.. a letto mi prende un bruciore di stomaco che mi tormenta e non mi fa dormire .. stringo i denti e vado avanti.. manca poco e poi questo fastidio svanirà..poi non dormirò per altri motivi 😞😞 ma quelli me li sono scelti.... 😊😊😊😊  
Stamani riunione all'asilo e poi spesa... ieri sera però le ultime parole di mattia prima che si addormentasse sono state praticamente una dichiarazione d'amore x me.... 😊😊 mi sono quasi sciolta.... 😊😊 che belle cose... 😊

**Maya** Martedì, 10 Maggio 2016 08:05

Tra le parole

**Maya** Martedì, 10 Maggio 2016 08:04

Mami buongiorno...ma si può aggiungere la Gratitude....

**cri69** Martedì, 10 Maggio 2016 07:33

Buongiorno a tutti. Buon martedì un po' nuvoloso. MAYA felice che tu sia felice 😊 che bella sorpresa ti hanno fatto ....ottimo  
ARIANNA splendido il tuo msg...davvero.  
Scappo in città. ..baciotti

**Maya** Martedì, 10 Maggio 2016 07:13

😊😊 ancora Strà felice....

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 07:06

E ora vado ad impastare. Ho in mente anche di impastare un po' di tigelle così le ho per la prossima settimana. Devo organizzare una cena abbastanza importante e se le impasto ora e le congelo me le trovo già fatte.

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 07:05

Lile, i messaggi di Simona e Fefe li condivido in pieno.

Io sono ossessionata dal fare, tutta la mia vita è stata basata sul fatto che dovevo lavorare tutto il giorno, dall'alba a notte fonda. Siamo state cresciute così e questa cosa me la porto dietro.

Poi fino a 30 anni ho sempre ricevuto giudizi e non solo 😞 ogni volta che provavo a riposarmi un attimo nella giornata, così ancora adesso dimmi di tutto ma non dirmi che sono una buona a nulla. Questa frase da dei danni grandissimi.

Dopo i trent'anni ho provato anche ad educarmi un po', ma faccio fatica a stare con le mani in mano per più di tre minuti. Devo sempre utilizzare il tempo per produrre.

Un po' sono guarita da questa cosa e faccio solo ciò che mi piace fare adagio senza fretta e senza mai andare in affanno.

Solo che se anche una persona per scherzo mi dice: "ma oggi ti sei riposata eh", in me scatta il pensiero che sono una fannullona. Sto imparando ad elaborare questo pensiero e ora che ho quasi 65 anni fa meno danni. Ma se ascoltassi l'istinto mi metterei subito a lavorare.

Ne parliamo spesso qui e anche al gruppo, non è quello che ci dicono a farci male, ma è quello che pensiamo noi di noi stessi a farci male. 😞😞😞😞

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 06:56

Grazie Maya. ♥♥♥

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 06:56

Crilo, per me i messi di Maya proprio per il suo modo di scrivere, hanno dato i maggiori spunti di riflessione. Molte volte mi hanno aperto il cielo.

La prendo sempre ad esempio e le ragazze del gruppo di auto aiuto lo fanno.

Le tue tende saranno bellissime. A casa degli altri le adoro, a casa mia no, ho delle tendine striminzite che non coprono neppure tutto il vetro

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 06:51

Feffe, grazie per il messaggio di Maya.

Quanto mi piace il tuo messaggio rivolto a Lile. Anch'io avrei voluto altre cose per me, ma mi sono fatta andare bene ciò che ho fatto perchè non so come sarebbe stata la mia vita se avessi fatto altre scelte. Mi sono detta tanto tempo fa che la mia vita è la migliore che potessi vivere, avevo ragione. Se ti elencassi i perchè mi daresti ragione.

Non so perchè riusciamo ad essere tanto clementi con gli altri mentre siamo così spietati con noi stessi, chissà. A questo interrogativo mi sono data delle risposte e mi sono piaciute. Sono ripartita da lì.

Hai ragione per le amiche che abbiamo trovato nel forum a me fa stare benissimo il fatto che vi siate trovate e vi vogliate bene, anche questo è parte della rinascita

Grazie cara. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 06:45

Maya, che festa ti hanno organizzato. Immagino la tua emozione. Meriti tutto cara. Tutto tutto. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 06:43

Arianna, bellissima la parola che hai scelto.  
La farò pubblicare

**mamma\_lara** Martedì, 10 Maggio 2016 06:42

Buongiorno a tutti

Ho un bel po' da fare e se non mi metto avanti oggi proprio non c'è verso di fare tutto. E' un po' che sono qui che faccio cosine. Ora vado a fare le tagliatelle visto che mia sorella domenica mi ha portato un bel po' di uova, così avrò la pasta per tutta la settimana. Emma ha come prima scelta le tagliatelle al ragù 😊

**arianna** Martedì, 10 Maggio 2016 05:40

**rimuginare**

Tra le tante cose che ho letto di noi emicranici e 'che la nostra mente è sempre attiva ..nn riusciamo mai a staccare la spina, stiamo sempre là a pensare a rimuginare a cosa abbiamo fatto se potevamo farlo meglio. ..a rimuginare quello che dobbiamo ancora fare e se riusciremo a farlo nonostante le forze magari domani nn ci accompagneranno! Sono le 4 del mattino e sto a rimuginare la storia che mi è stata appena raccontata da una mia amica....a quello che io ho raccontato ...tante cose nn dette ...tanti mali che stanno lì dentro l'anima e nn se ne vogliono andare proprio come questi maledetti mal di testa !stai sempre a rimuginare se questo male invisibile ma così tosto in qualche maniera te lo sei causato da sola...se è il prezzo che devi pagare di scelte sbagliate. ..una vita che nn hai scelto tu. ..l'avresti voluta completamente diversa !stai sempre lì a rimuginare vecchie ferite a nn farti una ragione di nulla ...pensi di nn aver mai fatto del male a nessuno anzi il contrario e allora xke proprio a te questo dolore incessante da portare? Ma questo stare sempre a pensare nn ti porta a niente di positivo xke occupi la mente e ti fa perdere di vista le cose belle che hai accanto. ...il respiro di tuo figlio che è appoggiato sulla tua spalla dorme come un angioletto ha bisogno di una mamma. ..di una donna forte che gli indichi il cammino e io lo sono ....ho superato tante difficoltà è inutile stare a rimuginare. ..Il dolore c'è e forse ci sarà sempre ma vado avanti....con le mie forze con quelle che mi daranno le mie amiche, la mia famiglia quando a me mancheranno... Adesso basta e' ora di dormire lasciando la mente libera finalmente di riposare. ..

**crilo** Martedì, 10 Maggio 2016 00:36

Che brutta cosa, guardavo "Piazza pulita sulla 7 ed ho visto un servizio sugli animali d'allevamento per la macellazione..... dei veri e propri lager!

Spazi super ristretti, condizioni igienico sanitarie precarie, malattie contagiose.

Oltre a provare una pena infinita x quei poveri animali pensavo anche che quelle sono le carni che finiscono sulle nostre tavole, aiutooooo 🤢🤢🤢

Notte a tutte. 🙄 🙄 🙄

**arianna** Martedì, 10 Maggio 2016 00:00

Cris auguri x la tua gravidanza..e grazie ancora x l'affetto che dimostrate..io ho avuto Andrea da un anno ...in gravidanza a me è capitato di nn avere mal di testa dopo il 4 mese fino al 9 ...poi si erano così affezionati che nn sono riusciti a starmi tanto lontano !!oggi la festa di compleanno l ho saltata nn ero x niente in forma e i bambini sono una grande responsabilità ...e ho dovuto mollare il pacco alla mia collega!!Lara xo sono riuscita a dire nn ce la faccio!!!!è già un inizio....grazie x le parole che mi hai mandato appena ho 5 Min scrivo le mie considerazioni ma tutte sono azzeccate !!!e Grazie .....ancora di cuore!buonanotte ...

**feffe81** Lunedì, 09 Maggio 2016 22:29

LILE condivido in toto il messaggio di SIMONA che fa bene anche a me perché non è detto che nella vita riusciamo a fare tutto quello che vorremmo o che si aspettano che facciamo...io ad esempio ho lasciato il conservatorio e non ne ho voluto sapere di provare a finirlo...PIERA non me ne volere, ma va bene anche senza laurea, Irene poi ha fatto due bimbi...io invece niente figli e non ne farò...insomma alla fine va un po' come riusciamo e deve andare bene lo stesso per me...

Come avrete capito dal messaggio di MAYA ieri ho partecipato alla sorpresa 😄 per me è stata una grande emozione e grande gioia condividere questo momento con MAYA che è per me un'amica importantissima. E al pranzo potevo mangiare tutto!! 😊 ARIANNA vedi grazie al forum ho conosciuto alcune ragazze con le quali è nata un'amicizia davvero profonda

**feffe81** Lunedì, 09 Maggio 2016 22:02

Messaggio di MAYA:

...ma ieri mi hanno fatto la festa... 😊😊 Lory ha lavorato per tempo con domande, per la torta o il mangiare, insomma, le persone a me care mi aspettavano al ristorante, io pensavo che eravamo io Andrea e Lory...tutto bello, ero senza parole quando sono arrivata, i miei 50 anni li ho festeggiati con tanta tanta gioia, e Lory è stata attenta a tutto, dalle pietanze senza vino bianco, e la torta veramente da ridere la composizione, senza glutine per Lory, senza alcol per me e FEFFE, senza cioccolata e senza fragole...ma buonissima, pan di Spagna, mascarpone e crema all'amarena...troppo buona e anche l'unico spumante rosso che riesco a bere, nulla lasciato al caso, il pranzo era per emicranici ma tutti hanno mangiato tanto... 😊

**crilo** Lunedì, 09 Maggio 2016 21:35

Maya, che ridere, sei peggio di me quando invio i messaggi nel forum 😄

Doppi, tripli, a metà, sgrammaticati, e chi più ne ha più ne metta.

Niente strudel, uscitina x cercare una plafoniera x la stanza di Elisa e le tendine a pannello per la porta finestra della sua cameretta. Speriamo i miei acquisti le piacciono! 😊

Ho detto a mio padre di portare via il tavolo della cucina di sopra che l'avrei sostituito con quello del salone che non abbiamo mai usato. Ora senza il tavolo il salone è spaziosissimo, ma è come se mancasse qcosa, dovrò farci l'abitudine! 😞

Buona cena a tutte. 😄😄😄😄

**Maya** Lunedì, 09 Maggio 2016 21:00

pietanze

**Maya** Lunedì, 09 Maggio 2016 20:54

😊😊 Ciao a tutte-i. ...domenica scorsa ero allo Stadium di Torena per vedere con Lory e un nostro caro amico la Juventus....si festeggiava il mio è il compleanno di Lory.....ma ieri mi hanno fatto la festa...

**Maya** Lunedì, 09 Maggio 2016 20:53

 mdt.....

**vitalba** Lunedì, 09 Maggio 2016 20:30

Ti ringrazio PAULA1 mi rasserenano le tue parole ,però adesso voglio convincerla a frequentare un centro cefalea

**Maya** Lunedì, 09 Maggio 2016 19:57

  Ciao a tutte-i. ...domenica scorsa ero allo Stadium di Torena per vedere con Lory e un nostro caro amico la Juventus....si festeggiava il mio è il compleanno di Lory.....ma ieri mi hanno fatto la desta...

**Maya** Lunedì, 09 Maggio 2016 19:56

  Ciao a tutte-i. ...domenica scorsa ero allo Stadium di Torena per vedere con Lory e un nostro caro amico la Juventus....si festeggiava il mio è il compleanno di Lory.....ma ieri mi hanno fatto la desta...

**Maya** Lunedì, 09 Maggio 2016 19:28

Feffe'aiuto.....

**Maya** Lunedì, 09 Maggio 2016 19:25

Tutto il mio racconto perso.....

**Maya** Lunedì, 09 Maggio 2016 19:17

Ciao a tutte-i. ...domenica scorsa ero allo Stadium di Torena per vedere con Lory e un nostro caro amico la Juventus....si festeggiava il mio è il compleanno di Lory.....ma ieri mi hanno fatto la festa ...

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 18:52

Devo fare assolutamente una cosa urgente.

Paula, quando ho finito ti spedisco una mail

**crilo** Lunedì, 09 Maggio 2016 18:15

Ragazze, ma quanto siete di compagnia!

Lara hai ragione quando dici che noi cefalalgici abbiamo una sensibilità ed una forza particolare.

..... 

Oggi ad esempio ho la tensioattivi che picchia e schiaccia e non ne vuol sapere di lasciarmi in pace e sapete che faccio ora x non ascoltarla?

Vado di sotto e preparo uno strudel di mele e lamponi  

**paula1** Lunedì, 09 Maggio 2016 16:49

VITALBA io ti posso dire la mia esperienza con la pillola poichè, avendo fatto la scelta di non avere figli, l'ho presa per quasi 30 anni...

la mia emicrania risale a quando avevo 14 anni e non prendevo nulla...ho cominciato la pillola a 20 anni e le mie emicranie non sono cambiate...siccome mi sono sempre fatta seguire dai centri cefalea (Bologna, Firenze, Modena e poi di nuovo a Bologna) a periodi la sospendevo perchè i neurologi volevano vedere se era quella a dare le emicranie, ma io ovviamente sapevo bene che non era quella...

ora da un anno sono in menopausa e non prendo più la pillola e le mie emicranie sono sempre uguali a quando avevo 14 anni.....

questa è la mia storia...quindi miglioramenti o peggioramenti non erano mai da imputare alla pillola....

parlo sempre nel "mio" caso...

**paula1** Lunedì, 09 Maggio 2016 16:41

Buon giorno a tutti...qui tempo instabile...però nè ieri nè oggi ho preso della pioggia per fortuna.....ho lavorato, ma sono sempre più demoralizzata...vedo cose che mi fanno rabbia e nessuno dice niente (la coordinatrice in primo luogo che fino a poco tempo fa era temuta ora mi sembra che arranchi anche lei in questi modi spesso raffazzonati di lavorare...mah 😞)...  
MAMMA LARA pensa come è piccolo il mondo...sono contenta che la ragazza operata da noi comunque stia bene... 😊

**Cris83** Lunedì, 09 Maggio 2016 15:49

la mia testa regge un po' così oggi.. per ora sono a lavoro e ce la faccio. Ieri è stata una giornata un po' stancante ma sono contenta perchè la testa ha retto abbastanza bene. Sono riuscita ad andare a fare un giro a siena, con mia sorella, mia mamma, michele e anna, una nostra carissima amica che è venuta a trovarci dalla polonia.

un abbraccio e buona giornata a tutti. 😊

**Cris83** Lunedì, 09 Maggio 2016 15:47

Ahah.. CRI.. ne avete sicuramente combinate delle belle! Avrei voluto vedervi 😄😄

Di nuovo benvenute alle nuove arrivate. Io mi chiamo cristiana. Sono di san miniato, pisa e ho 33 anni. Soffro di emicrania da 15 anni e più, ho trovato un po' di beneficio con la dieta chetogenica, ma ora l'ho temporaneamente interrotta perché sono incinta. Sono al quinto mese e aspettiamo una bambina. Sono sicura che vi troverete bene, e mi fa piacere già vedervi attive nello scrivere. Il forum è sempre di grandissimo aiuto.

ARIANNA è molto impegnativo fare animazione ai bambini, io avevo cominciato a fare qualche compleanno e feste con un'amica ed arrivavamo a fine giornata stanchissime, però è una cosa molto bella! Per il momento abbiamo sospeso la cosa ma poi contiamo di riprenderla più in qua.

MAMMA LARA tranquilla non ti preoccupare. Volevo aspettare di vedere quando si opera mia sorella così da non andare via quel fine settimana lì. Perché ripensandoci salterei l'impegno a dynamo per l'ultima di maggio. Che poi ad andare troppo in là la pancia cresce e arriva il troppo caldo.

LILE non hai detto assolutamente nulla di sbagliato, ti hanno detto tutto molto meglio di me LARA e SIMO .. qui comunque ti capiamo benissimo, le parole possono fare più male di molto altro. Tu cerca di fare quello che riesci a fare e di affrontare tutto senza tristezza.

PIERA che bella la frase che ti ha dedicato tua figlia.. me lo sono copiato. Lo manderò sicuramente alla mia mamma!

NICO auguri per la comunione di tuo figlio! 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 15:30

questo è l'elenco delle parole  
si può sceglierne una anche se l'hanno già scelta

Parole 2014

- Amare
- Ansia
- Ascolto
- Attaccamento
- Capire
- Clemenza
- Commiserazione
- Comprensione
- Contenere
- Controllo
- Cura

- Equilibrio
- Giudizio
- Intenzionalità negative
- Leggerezza (Rossana)
- Limiti
- Malinconia
- Perfezione
- Precisione
- Punto di vista
- Rimuginare
- Risorse
- Senso del dovere
- Sorriso
- Tristezza

#### Parole 2015

- Adattamento
- Affidarsi
- Compassione (Feffe)
- Consapevolezza (Simona)
- Coraggio
- Inadeguatezza
- Lasciar andare
- Pace
- Paura (Cris83)
- Punto di vista
- Rabbia
- Sofferenza
- Trasformazione (Maya)
- Entusiasmo

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 13:46

Piera, mi sono copiato lo scritto della madre e spero di ricordare di mandarlo a Enza che bel fine settimana

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 13:40

Arianna, le parole che hai letto sono quelle che si sono scelte le ragazze. L'elenco di tutte le ho nel computer, dal cellulare non arrivo a vederle. Poi quando accendo il computer le metto. Intanto ti ringrazio per avermelo ricordato. ♥

**arianna** Lunedì, 09 Maggio 2016 13:15

Grazie delle foto Lara ...troppo toglie!!aspetto che mi ma mandi le parole...se ho capito bene !!xke quelle con le considerazioni delle ragazze che ci sono nel forum le ho già lette!! Poi ti mando qualche mia foto le puoi fare vedere certo io mi sento davvero in famiglia con voi ...

**Annuccia** Lunedì, 09 Maggio 2016 11:38

grazie LARA!

**Annuccia** Lunedì, 09 Maggio 2016 11:38

Buongiorno a tutti!

NICO, mi dispiace tanto non averti fatto gli auguri per il bambino , la comunione è una festa importante! perdonami , glieli faccio ora con tutto il cuore.

**cri69** Lunedì, 09 Maggio 2016 11:31

VITALBA a me è pregiudicato l'uso della pillola ,ma io ho avuto anche un edema cerebrale.Sarei , per sicurezza, un pò più ferma con mia figlia nell 'essere seguita da qualcuno...

**Piera** Lunedì, 09 Maggio 2016 10:53

ieri non sono riuscita a fare gli auguri a tutte le mamme del nostro forum, oggi vi dedico quello che la mia "bimba" ha dedicato a me: Come si coniuga il verbo "madre"?

Non è un verbo? Ne siete proprio sicuri?

Amare, fare, dare, ascoltare, confortare, gioire, piangere, abbracciare, baciare, accarezzare, sentire, curare, sostenere, proteggere, insegnare, accompagnare, ricordare, studiare, leggere, pulire, cucinare, nutrire, vegliare, urlare, sussurrare, cantare, sorridere, correre, saltare, educare, comprendere, perdonare, subire, angosciarsi, sollevare, soffrire, tacere, parlare...

Avete ragione "madre" non è un verbo solo ma tutti i verbi di una vita.

auguri anche al bimbo di Nico per la sua prima comunione, sono contenta che la festa sia riuscita bene 😊

**vitalba** Lunedì, 09 Maggio 2016 10:50

Grazie a NICO 26 , a CRI 69 e a LARA per le vostre risposte ,ma non sono preoccupata per me ,ma per mia figlia che, pur soffrendo di emicrania con aura , fa uso della pillola anticoncezionale.

Lara ,ho letto l'articolo che mi hai inviato (mail) e mi sono spaventata .

Mia figlia è testarda e non ha mai voluto frequentare un centro cefalea ( io sono seguita in un centro che ,però non è menzionato nell'elenco che tu mi hai inviato)

**nico26** Lunedì, 09 Maggio 2016 10:33

Buon lunedì' a tutti /e

Modena piovosa ma va bene.

Stamane nico e' alla Cameo la fabbrica del cioccolato e torna alle 19.00.

ieri e' stata una giornata meravigliosa e per finire ieri sera eravamo in 20 da me fuori con i bimbi che correvano su e giu' per i campi .

L'emozione di vedere tanti bimbi mi ha fatto piangere un tot ...era un'emozione bellissima.

La ti giro una foto poi e si vede il tacco un po' 😊😊 e non ridere 😊😊😊

Vitalba come dice lara ogni terapia e' soggettiva.

Per esempio io ho sofferto in gioventu' tantissimo di aurea e fino a un anno e mezzo fa avevo 2/3 episodi iper violenti in cui dovevo finire quasi al P.soccorso. per parestesie, formicolii e disturbi nel linguaggio momentaneo. Ero sotto il centro cefalee di Modena .

Poi ho deciso nel mio caso di prendere una strada diversa fatta di un percorso con psicologo e cure alternative.

Il mdt l'ho tuttora e anche forte in certi casi ma l'aurea grossissima come anni fa' l'ho meno e ora quando viene cerco di star piu' calma. di ascoltarmi di piu' anche se talvolta prendo le gocce per tranquillizzarmi .

Ogni percorso e' diverso ma se trovi medici competenti i momenti duri sono piu' morbidi.

E poi.....devo esser sincera ,da quando sono qui con voi sono cambiata tantissimo soprattutto nella fiducia che devo avere !

W W W la Nostra famiglia

**Simona** Lunedì, 09 Maggio 2016 10:26

Lile... ho letto il tuo messaggio e non mi pare possa offendere nessuno.... un mia carissima amica del forum mi ha fatto capire un cosa fondamentale ... una delle cose che a noi emicraniche fa più male è il "giudizio" .. noi stesse ci giudichiamo spesso e la nostra malattia ci fa sentire spesso inadeguate, incapaci di vivere una vita "normale", ci induce la sensazione di rimanere sempre indietro con tutto, con il lavoro, con lo studio, con la casa .... siamo noi le prime ad essere dure e giudicanti con noi stesse e a non vederci con gli occhi della comprensione e della compassione, cosa che forse impariamo proprio qui, sul forum ma ci vogliono anni ed anni per imparare a volerci bene, un bene che ci protegge dal mondo esterno. Questo per dirti che la tua professoressa o quello che è ha emesso dei giudizi sgradevoli e detti anche nel modo sbagliato che probabilmente vanno a toccare una "vena" aperta per te, è forse per questo che ti ha distrutto con le sue parole.... io credo che una persona che lavora e studia, che ha lasciato la sua città e la sua famiglia per inseguire i suoi sogni ed è pure emicranica abbia una forza enorme dentro di lei e io l'ammiro tanto...

Ora parlo di me.... dopo 9 anni di forum e grazie alle amiche che mi hanno fatto capire i miei punti deboli ma anche quelli di forza, riesco ora a riconoscere le persone giudicate, mica subito, anzi.... prima mi faccio colpire dalle parole, poi riconosco che le emozioni negative che mi trasmettono sono nocive e non fondamentali nella mia vita, quindi chiudo ...

Questo per dirti che forse quello che stai provando fa parte di un percorso di crescita tua, di consapevolezza di te stessa che ti porterà nel tempo a volerti più bene e ad imparare a difenderti dai

giudizi di terzi, dalle parole che feriscono e a trovare le tue armi per vivere comunque meglio possibile con il nostro male comune....

Detto questo sono convinta che lo scopo della laurea lo raggiungerai, prima o poi con i tuoi tempi, ma anche se non fosse così arriverai a pensare di non aver buttato via 10 anni della tua vita, perché riuscirai a vedere una crescita in te anche in questi 10 anni in cui non è che hai passato la tua vita a poltrire ma anzi, hai fatto grandi cose....

**Simona** Lunedì, 09 Maggio 2016 10:09

Lara.. grazie 😊

Piera la testa ci presenta sempre il conto ma delle volte ne vale la pena...

**Piera** Lunedì, 09 Maggio 2016 10:04

Lile come dice Lara, a volte si potrebbe usare la parola in modo diverso, diciamo diplomatico, per dire le cose alleggerite, c'è purtroppo chi non lo sa fare.....io ho una figlia che come te ha mollato tutto a un passo dalla tesi e dentro il mio cuore questa cosa è proprio un macigno, 😞 e' pur vero che nella sua vita ha fatto tantissimo, in mezzo a mille difficoltà, ma noi c'eravamo sempre nel bene e nel male e l'abbiamo aiutata in tutti i modi, economicamente è stato un grande sacrificio, di cui non abbiamo visto i "frutti", come madre mi sono morsicata la lingua più di una volta, perché non sono tanto diplomatica.....però anche per me ha buttato al vento anni di sacrifici.....

**Piera** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:50

eccomi sono reduce da una due giorni bella ma stancante, sono stata in Garfagnana dove Giorgio aveva un torneo con la sua squadra di pallavolo, per cose del genere ci vuole il fisico e io non ce l'ho 😞 stamattina la testa mi fa dannare.... 😞

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:44

Lile, dal mio messaggio non si capisce bene. Volevo dire che tu lavori alla tua tesi e io lavoro alle mie cosine.

Ecco detto così va meglio.

Io non sarei capace di scrivere nulla delle cose che devi scrivere. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:41

[La storia dal convegno "MALDITESTA - UNA VITA DIFFICILE" di Ferrara \(9-10 ottobre 2015\) Con foto](#)

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:39

[La storia del Gruppo di Auto-Aiuto di Ferrara \(con Foto\)](#)

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:33

Lile tesoro, hai scritto benissimo e non penso si ferisca qualcuno quando si parla di se. Mica hai detto che stai peggio degli altri, hai detto che stai male. Tranquilla cara che ti abbiamo capito benissimo e a questo serve il forum.

Ora prova a fare quello che sei capace di fare e vedrai che la tipa se ne farà una ragione. Poteva dire le stesse cose con parole diverse.

Se solo avesse messo un paio di paroline diverse nella frase "hai buttato 10 anni della tua vita, non hai concluso nulla e capito niente, quando dovresti invece sapere ormai cosa fare "da grande", avresti certamente preso tutto in un altro modo.

Io la sistemo un po' e vediamo se ti fa ancora così male.

"Carissima vedi cosa puoi fare per arrivare a quello per cui hai lavorato fino ad oggi, altrimenti rischi di gettare 10 anni della tua vita e magari avere pensieri che ti portano a pensare che non hai concluso nulla e capito niente. ma dentro di te sai cosa vuoi fare da grande, dai cara che con il mio aiuto arriverai a fare tutto".

Ecco, ho detto le stesse cose con parole diverse.

Ascolta il positivo e lascia stare chi ti induce pensieri tossici. Lavora con serenità e fai come riesci. Noi ci siamo sempre e se vuoi venire a lavorare un po' a casa mia io ci sono. Ti metto qui al tavolino di Emma così lavoriamo insieme. 😊😊😊😊

**lile** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:21

Ho riletto il mio messaggio e spero di non essere fraintesa... A volte esternando il proprio dolore si rischia di ferire qualcun altro e non era mia intenzione... So che ci sono cose molto più gravi di

quella che mi è successa, volevo solo dire che certe volte le persone usano parole che sono come macigni e hanno l'effetto di uno schiaffo in pieno viso. Scusatemi se ho detto qualcosa di sbagliato. Vi abbraccio.

**lile** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:17

Buongiorno carissime...

Innanzitutto vi ringrazio ancora per le parole di conforto...

FEFFE è come dici tu... ne sono uscita demolita... se mi avessi picchiato fisicamente probabilmente mi avrebbe fatto meno male... ora che è passato qualche giorno parlando con i miei amici continuano a dire che magari era lo sprone di cui avevo bisogno per mettermi a lavorare sul serio... ma sentirmi dire che ho buttato 10 anni della mia vita, che non ho concluso nulla e capito niente, quando dovrei invece sapere ormai cosa fare "da grande"... mi ha fatto profondamente male. Passo da momenti in cui vorrei finire sta roba in fretta e furia per liberarmene, a momenti in cui la butterei dalla finestra e basta, ma so che non posso rinunciare a un passo dalla fine, non me lo perdonerei mai...

Benvenute alle nuove arrivate!! 😊 io ho 27 anni e sono emicranica senza aura, non so esattamente da quando perché ho sempre sofferto di mdT da che ho memoria, ma ho avuto la diagnosi da meno di un anno. Il forum è di grande aiuto 😊

NICO auguri per il tuo piccolo, poi se ti va raccontaci la giornata!

Buon lunedì a tutte!

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:13

Annuccia, tu sei dentro per default a tutte le cose positive che mi invento. 😊😊😊😊😊

Tranquilla. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:11

Oggi va così, se c'è qualcun'altra che ha bisogno di forza me lo dica che sono ispirata 😊😊😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:10

Simona, e siamo a maggio.

Allora, ripeterò per almeno dieci volte questa frase come mantra per vedere se sortisce un po' di effetto.

"Simona, che la forza sia con te"

Nel film Guerre Stellari funzionava, chissà mo che non funzioni anche con te 😊😊😊

Inizio eh! 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:06

Crilo, è sempre così anche per me quando arrivo al lunedì. Poi prendo confidenza con la giornata e tutto si dipana piano piano.

Le tue tende saranno bellissime, me lo sento 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:03

Tiziana, quello della scelta della parola vale anche per te quello che ho detto ad Arianna. ♥

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:02

Arianna, ha perfettamente ragione il tuo papà. Il Prof. Nappi dice sempre che le persone che soffrono di emicrania sono persone di grande talento e aperte alla conoscenza.

Io invece dico che noi siamo capaci di sentire quando cade una foglia in Africa per quanto è grande la nostra sensibilità.

Lo so che la vita andrebbe vissuta stando il meglio possibile, ma con gli anni mi sono fatta questa ragione: se è questo quello con cui devo fare, me lo farò bastare.

Me lo devo fare bastare, altrimenti rischio di perdermi anche i momenti liberi dal dolore.

Per le terapie noi ne parliamo poco, quelle sappiamo per esperienza e lo ha detto bene la nostra Cri in un messaggio precedente che la dobbiamo concordare con il nostro medico o specialista. Noi non siamo medici e non immaginiamo neppure quanto siamo uguali nel sentire ma anche quanto sia diversa la nostra reazione ad una terapia.

Le foto ti metto i link dove ci sono foto di gruppo. Poi in privato ti dico chi sono, non tutte vogliono comparire, ma se si è in gruppo i "danni" sono diversi. Se vuoi che le ragazze ti conoscano, mandami

pure la tua foto che io la divulgo a chi desidera vederti e conoscere anche come sei di persona. Hai ragione cara ad essere curiosa di vederci, ma il forum è fatto per sfogo e in molti vi partecipano in forma anonima anche se poi ci frequentiamo personalmente e non immagini quanto sia rispettato il nostro privato. Il forum è un luogo di sfogo con lo scopo di alleggerire tutte le nostre pesantezze, così se non sanno chi sono viene anche meglio la cosa. Nel senso che se mi devo lamentare di una mia collega se sono iscritta con un nome che nessuno conosce posso parlare liberamente, stando sempre attenta che sia una lamentela e non una cosa grossa grossa. Posso dire che è una pessima persona, ma non scendere nei particolari. 😊

Intanto faccio a te gli auguri per la giornata, animare una festa con bimbi scatenati non è una cosa da poco. Bravissima.

Per compito avrai anche tu una parola come hanno avuto le ragazze, scegliila nell'elenco che ti metto dopo così potrai lavorarci un po' su e scrivere anche quali siano le tue riflessioni. Poi queste le metteremo dove abbiamo messe quelle delle altre ragazze che si sono sentite di scrivere la loro parola. Le trovi qui a fianco in "Parole che aiutano".

Parole che aiutano è il titolo di una bellissimo intervento che ha fatto la nostra Annuccia a Roma un po' di anni fa e gentilmente ci ha concesso di dare il titolo a quella che è una bellissima raccolta ♥

**cri10** Lunedì, 09 Maggio 2016 09:00

Buongiorno a tutti.

Oggi ho i ritmi lenti, ma il lunedì è normale x me.

Ho il vantaggio che al lavoro inizio tardi ed ho poche ore!

Ieri ho trovato delle bellissime tende in un negozio della zona. Era da tanto che le cercavo x sostituire quella della mia stanza da letto ormai troppo usurati. Non è nemmeno necessario accorciare, la lunghezza è perfetta. La larghezza un po' meno, troppo stretta, dovrò metterne 2.



Buona giornata a tutte!



**Simona** Lunedì, 09 Maggio 2016 08:44

Buongiorno adorato forum... si inizia la settimana con stanchezza indicibile ma con la speranza di carburare ugualmente. .. come un motore diesel oggi mi ci vorrà un po' più di tempo... 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 09 Maggio 2016 08:42

Buongiorno a tutti.

Sto finendo di sistemare ma piano piano stando in piedi il tempo necessario che le mie gambe possono sopportare. Le conosco e so che non mi abbandonano mai, ma preferisco rispettarle un pochino. 😊

**cri69** Lunedì, 09 Maggio 2016 08:14

VITALBA mi sono dimenticata di dirti che io ero terrorizzata dall'aura ,per me significava dolore atroce per minimo 3 gg ,per cui mi impasticcavo all'istante. da quando frequento il forum ho scoperto che può essere un fenomeno a se stante. Ho provato ,ebbene si, non sempre è foriero di dolore. Ora aspetto , con tutta la calma possibile, sò che dura dai 20 ai 30 minuti, e spessissimo come è venuta se ne va 😊

**cri69** Lunedì, 09 Maggio 2016 07:38

LARA e chi se li dimentica 😊😊

**cri69** Lunedì, 09 Maggio 2016 07:36

Buongiorno a tutti , buon inizio settimana. ho male ovunque ..ma avanti sempre 😊

VITALBA eccomi. Sono seguita da una meravigliosa neurologa da tanti anni e faccio profilassi. Sono passata, nel tempo da 20/25 attacchi a 6 max 12 attacchi mensili. Per diminuire le aure prendo una dose blanda di topamax ,su di me ha effetti deleteri. Come ti diceva Lara , ognuno ha la sua storia e

di conseguenza avrà anche la sua profilassi .Importante è farsi seguire da qualcuno e tenere sempre segnato ogni episodio con tutti gli annessi e connessi ,in modo tale da avere un quadro completo della situazione. Spero di esserti stata di aiuto. Siamo tutti a tua disposizione in caso avessi bisogno.Facci sapere. Un abbraccio

**arianna** Lunedì, 09 Maggio 2016 00:04

Auguri Daniela x il tuo bimbo a quanto ho capito ha fatto la prima comunione..peccato che non si possono inviare foto sul forum Sarebbe stato bello dare un volto ai vostri nomi ...stasera sono tornata malinconica dal lavoro..sento che già si preparano le mie colleghe x il mare ...da quanto tempo che non passo un estate da persona normale....ho iniziato il botox ma sto facendo anche la solita terapia di antidepressivi....e mi chiedo se questa sarà la terapia giusta ...anche xke x rimanere in tema di estate mi sa che il botox è l ultima spiaggia!!Mio padre mi consola sempre dicendomi che il mal di testa è x le persone più intelligenti ...e io gli dico come volevo essere stupida allora e non averli.!!!scherzi a parte vi auguro una buonanotte a tutti !!!Domani giornata piena mi toccherà fare animazione a una festa di compleanno...bambini di 10 anni..speriamo solo di sentirmi bene!!buonanotte amici cari

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 21:32

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

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 21:31

Sta arrivando Emma. A presto.

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 21:30

Rossana, Cri ha fatto risparmiare un po' di fatica agli assistenti che mi aiutavano. E' stato bellissimo averla con me.

E a proposito di assistenti, bisogna proprio dire che fanno un lavoro immenso. Non sono mai fermi un attimo e corrono avanti e indietro occupandosi di persone in difficoltà. Bravi bravi bravi.

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 21:25

Arianna, hai ragione cara, tante volte si fa una fatica bestia ad alzarsi dal letto. Alle volte è un bene avere qualcosa che ci "obblighi" a farlo e Andrea che vuole il latte non può aspettare. Dagli un bacino

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 21:15

Criolo, non ti invidio di certo.

Farai felice la tua mamma andando a pranzo da lei

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 21:11

Cri, segnatele tutte eh le cose da raccontare perchè meritano tutte. Quando ci incontriamo per il convegno racconteremo tutto tutto e allora si che si che ne sentiremo delle belle 🍷

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 21:08

Tiziana, sono certissima che il paese dove abiti sarà bellissimo. Cri ed io eravamo incantate per tanta bellezza.

Per l'affetto hai ragione, qui ne riceviamo a mani piene.

Per la forza brava brava brava. Ma sai che il nostro brava lo diciamo anche a chi tante volte non resiste. Però fai bene, se riesci a resistere ti farà solo che bene.

Poi ci racconti come è andata

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 21:02

Annuccia, mi spiace per il tuo morale.

Non so neppure cosa dirti, perchè c'è sempre un motivo che influisce e motiva questo stato.

Io ti sono vicina e se hai anche solo una piccola pausa dammi un segnale che ti chiamo ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 20:54

Vitalba, vedrai che Cri ti risponderà. Però è sempre bene non fare mai confronti neppure con le terapie. Quello che fa bene a te potrebbe non fare bene a me e viceversa.

Carissima, il Forum è sempre qui per quando ne hai bisogno.

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 20:48

Rieccomi, ho quasi finito di sistemare. Ora aspetto Emma che stanotte dorme qui con me.

Devo ancora cenare.

**vitalba** Domenica, 08 Maggio 2016 19:35

Un saluto a tutti ,mi faccio sentire dopo tanto tempo,ma ho avuto un sacco di problemi.....però ho ricevuto le mail di Lara e le ho lette con grande interesse.Vorrei sapere (se non sono indiscreta) come sta trattando la sua emicrania con aura CRI 69 ne soffriamo sia io che mia figlia e sono molto preoccupata per mia figlia.Grazie

**Annuccia** Domenica, 08 Maggio 2016 19:20

Feffe, brava, sto più tranquilla! 😊

**Annuccia** Domenica, 08 Maggio 2016 19:12

Buona domenica finita a tutti! Da queste parti umore un po' sotto i piedi ma tutto abbastanza nella norma. Mi servirebbe un po' di leggerezza ma non riesco a trovarla. Comunque andiamo avanti.

**feffe81** Domenica, 08 Maggio 2016 18:11

Oggi pranzo di festa al ristorante 😊

**Tiziana80** Domenica, 08 Maggio 2016 15:21

**Auguri mamme!!**

Buon pomeriggio a tutte e auguri per la festa della mamma!!oggi qui in Calabria c'è bel tempo!!io vivo a Le Castella conoscete st posto?si trova sul mare e c'è il castello aragonese...vi ringrazio per l accoglienza siete veramente affettuose!!oggi il mal di testa si e un po fatto sentire..ma ho deciso di essere più forte e allora niente compressa..un bacio a tutte!!

**cri69** Domenica, 08 Maggio 2016 10:34

Buongiorno a tutti,qui sole.

Auguri a tutte noi 😊 .

NICO in bocca al lupo x oggi 😊

Vedo cosa riesco a combinare .

**crilo** Domenica, 08 Maggio 2016 10:33

Buongiorno a tutte.

Ancora benvenute alle NUOVE RAGAZZE 😊

Sono alle prese con le scartoffie x la vacanza INSIEME delle ragazze. Che macello! Tra bonifici, firme, scannerizzazioni e email passa la mattinata.

Meno male che sarò a pranzo da mia madre! 😊😊😊

**arianna** Domenica, 08 Maggio 2016 10:14

Buongiorno a tutte !auguri a mamma Lara e a tutte le mamme del forum!io stamattina non riesco ad alzarmi proprio x via di questo mal di testa !!ma il piccolo Andrea giustamente rivendica il suo latte..quindi vado a fare i doveri di mamma!!grazie ancora a tutti x la bella accoglienza! Adopo...

**rossana** Domenica, 08 Maggio 2016 10:01

CRI ci hai davvero fatto un grosso piacere ad accompagnare LARA, ci siamo sentite subito più tranquille.

Però ti ho invidiata ancor prima di sapere com'era andata.....posso immaginare.

Hai fatto bene a regalarti questa evasione, anzi questa emozione.

**rossana** Domenica, 08 Maggio 2016 09:59

E in ritardissimo auguri a MAYA!



**rossana** Domenica, 08 Maggio 2016 09:58

Buongiorno a tutte,

un benvenuto alle nuove amiche che hanno avuto la fortuna di conoscere LARA di persona prima ancora di leggerla.

State con noi, vi farà bene.

Auguri a tutte le mamme e, come dice LARA, a tutte le donne.

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 09:55

Scappo altrimenti oggi devo dare la pizza da asporto ai miei ospiti

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 09:54

Feffe, ma di che siamo state bene 😊😊😊😊😊 Tanto tanto.  
Sei stata bravissima ad uscire di casa. Ogni tanto si deve ascoltare ciò che sentiamo dentro.  
Brava brava

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 09:53

Cris, mi sono ricordata ora ma non riesco a spedirti una mail. La posta la guardo domani per bene.  
Giugno per ora ho occupato il giorno 11

**feffe81** Domenica, 08 Maggio 2016 09:26

CRIS grazie del pensiero! spero che anche per te oggi vada meglio...

**feffe81** Domenica, 08 Maggio 2016 09:24

Buongiorno a tutti!

Oggi meglio, quindi rassicuro subito ANNUCCIA: la signora è venuta a pulire 😊  
LILE mi spiace tantissimo quel che ti è successo, soprattutto perché noi da situazioni del genere ne usciamo demolite 😞 in questi casi cerco di ricordarmi che ognuno di noi ha la propria storia di sofferenza di cui gli altri non sanno nulla...  
ISA ti mando un abbraccio affettuoso

SIMONA alla fine sono riuscita a sbruciacchiare i piselli surgelati 😊 poi nel pomeriggio ho preso la bici e sono stata in giro in centro, avevo bisogno di stare fuori casa

MAMMALARA che figata la cabina di pilotaggio 😊 brave brave, è così che si fa, divertiamoci seriamente

Benvenute ARIANNA e TIZIANA80 😊 io sono Federica, di Modena e sono emicranica da 20 anni 😊

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 09:14

Ora devo proprio andare, ho tutto da fare  
Vi leggo nel pomeriggio sul tardi.

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 09:13

Avevo detto che il libro era finito, non è così, ho fatto le ultime correzioni questa mattina. me lo sono ricordata stanotte 😊😊

Guardate un po' che pensieri ho la notte 😊😊😊

Poi quando avrò un po' di tempo vi racconto l'ultimo sogno di Gabriele, è uno spasso. 😊😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 09:10

Simona, è proprio vero. E io farei un monumento che dica un grazie immenso a tutti gli uomini che rendono la nostra vita piena di serenità. Infatti oggi io festeggio Gabriele 😊😊😊😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 09:00

Arianna, non ti preoccupare, non avere fretta per leggerci, perchè noi siamo qui da più di 13 anni e ci staremo ancora per un bel po'.

Di a tuo marito che ci sono stati dei mariti che hanno comprato il computer alla loro moglie pur di farle scrivere nel forum e questo mezzo è stata la loro salvezza. 😊

Il moderatore che mi interrompeva, ha fatto quello che gli avevano chiesto di fare: contenere i tempi.

Poi però il Dr. Iannacchero gli ha fatto il gesto di lasciarmi continuare così anche se di corsa ho potuto finire il mio intervento.

Il Dottore mi ha detto che la prossima volta se ci sarà avrò a disposizione un'ora 😊😊

**Simona** Domenica, 08 Maggio 2016 08:54

Brava Lara... hai detto bene... 😊 la donna andrebbe festeggiata ogni giorno dell'anno.. che sia figlia.... compagna... moglie... mamma... ogni giorno andrebbe riconosciuta la forza di ogni donna ... 😊

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 08:53

Nico macché rido, io ti ammiro, i tacchi me li sogno.

Enza mi ha chiesto se Emma può dormire da me visto che domani mattina non riesce a venire a Ferrara per accompagnarla a scuola. Le ho risposto "peccato, dovevo andare il discoteca, avevo già preparato il tubino nero con spacco laterale e tacco 12".

Lei ovviamente sa che scherzo, però glielo anche scritto perchè non si sa mai pensasse che sono impazzita.

Avrei voluto aggiungere che avrei portato Emma con me 😊😊😊

Però aspetto le tue foto con ai piedi le scarpe con i tacchi.

Auguri per questa giornata e dai un bacino a Nico

**mamma\_lara** Domenica, 08 Maggio 2016 08:49

Buongiorno a tutti e auguri a tutte le mamme.

Ma auguri anche a tutte le donne che mamme non sono.

Ho appena ricevuto un messaggio nel gruppo di auto aiuto di whatsapp che dice ciò che io dico da sempre. Chi non ha figli propri è mamma di tutti i bimbi del mondo.

Così oggi per me diventa una festa per tutte le donne perchè vorrei che i miei figli se li sentissero anche un po' loro. Mi sento meglio se la penso così.

**Simona** Domenica, 08 Maggio 2016 08:39

Buongiorno adorato forum. .

Buona festa della mamma...

Tiziana benvenuta tra noi. .

Nico .. auguri al tuo piccolo grande uomo... buoni festeggiamenti

**nico26** Domenica, 08 Maggio 2016 07:47

Buona domenica a tutti /e

Benvenute Arianna e tiziana in questa fantastica famiglia.

io sono Daniela da Modena .soffro di Emi muscolo tensiva che cerco se posso di arginare con cure alternative e se proprio picchia duro con anche aurea ,vado di chimica.

Non siete piu' sole e questo per noi emi e veramente una sicurezza.

Ragazze oggi nico comunione e quindi ora corsetta e poi udite udite mi metto i tacchi (Lara ti invio poi la foto così ridi)



**crilo** Domenica, 08 Maggio 2016 01:33

Buonanotte a tutte dalla vostra Crilo.



**arianna** Domenica, 08 Maggio 2016 01:07

Sono appena arrivata a casa ..l unica cosa antipatica del mc Donald 's sono i turni serali che non mi aiutano di certo in questo periodo che di crisi di emicrania ne ho avute parecchie!! E non vedevo l ora di uscire x leggere il forum....penso che a breve mio marito mi sequestrerà il cellulare. !!Grazie Cri delle tue parole mi hai fatto ridere leggendo il tuo racconto delle avventure in aeroporto con Lara !! Ah proposito Lara io i consigli del forum li ho già letti ....anche le regole e tutto ciò che c era da leggere !!! nn potevo andare a letto senza darvi la buonanotte...da stasera sarete sempre nelle mie preghiere!ah Lara volevo intervenire quando quel Signore ti interrompeva ..un paio di nervi ti avrei ascoltata x ore ed ore....buonanotte a tutti ♥♥♥

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 23:30

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

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 22:12  
[Consigli dal forum](#)

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 22:11

Tiziana, Arianna, ne avevo tante di cose da dire e metà intervento l'ho dovuto saltare per le sollecitazioni che arrivavano. Mi è dispiaciuto tantissimo. 😞

**cri69** Sabato, 07 Maggio 2016 22:09

TIZIANA ;ARIANNA , benvenute ,felice di ritrovarvi 😊 .E' stato un piacere essere ospiti della Vs terra . rimanete con noi vedrete che troverete anche voi giovamento .  
io soffro di emicrania con e senza aura da 35 anni,ne ho 47.accompagnata all'emi ci sono una serie di altre difficoltà ma avanti sempre.

La mia visione ed il mio modo di essere è cambiato 4 anni fa quando ho scoperto il forum ed in seguito il gruppo di auto aiuto.

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 22:08

Essi si cara Cristina, però hai omesso che allo steward a mia insaputa tu avevi detto che io avrei desiderato vedere la cabina. Cosa non vera ovviamente 😊😊😊

A me è arrivata nuova sta cosa, ma mica potevo dire che non ne sapevo niente e che la mia amica si era inventata tutto. Così ho fatto finta di essere felicissima e ho detto alla mia carissima amica.

"quando siamo a casa me la paghi" 😊😊😊😊

però anche se non l'ho mai detto a nessuno, vedere la cabina di un aereo è sempre stato un mio desiderio e per merito della nostra Cri (che ha il dono di leggere nel mio pensiero) ora l'ho realizzato. Il comandante è stato gentilissimo e mi ha spiegato tutto. Peccato che quelli dell'assistenza siano arrivati di lì a poco così hanno interrotto la visita.

**Cris83** Sabato, 07 Maggio 2016 22:02

FEFFE spero che la giornata sia proseguita meglio!

**cri69** Sabato, 07 Maggio 2016 22:01

Ma adesso viene il bellooooo

Ragazze è stato un vero spasso,ovviamente non posso raccontarvi proprio tutto tutto ...quando ci sarà modo vi faremo le scenette . 😊😊

Sappiate che Lara ormai è conosciuta in tutti gli aeroporti del nord e sud Italia . A Bologna ci stavamo raccontando le ns cosine ,ovviamente arricchite in particolari.Accanto avevamo una signora ,calabrese,che ovviamente non poteva non sentire,quando l'assistenza è venuta a recuperarci Lara ha realizzato che era italiana...ops signora ma lei ha capito tutto quello che dicevamo ?? ebbene sì

...Prima figura di m... 😊😊 Arriviamo a Roma ha importunato tutti gli steward,ha dato informazioni a dx e a manca e si è imparentata con un ragazzo dell'assistenza che poi abbiamo ritrovato al ritorno. Con la complicità di uno steward,all'arrivo a Lamezia, la Sign Merighi è andata in cabina di pilotaggio dove il capitano le ha mostrato la cabina di pilotaggio 😊 .

Ne abbiamo combinate di altre ma davvero ...rimandiamo..ma ci siamo divertite un sacco ,anzi due ...grazie Lara ...avevo bisogno di leggerezza 😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 22:01

Tiziana, che tesori siete tu e Arianna. Siete entrate nel forum proprio con lo spirito giusto.

Questa è una "famiglia" accogliente e voi vi siete tuffate sapendo che qui ci saremo state noi pronte ad accogliervi.

Grazie cara, vedrai che piano piano troverete tanto conforto e consigli utili per riuscire a gestire meglio il vostro dolore.

Vi metto il link dei nostri consigli, ma se guardate qui a fianco potete trovarli. Ma vi agevolo mettendolo io.

**Cris83** Sabato, 07 Maggio 2016 22:01

Benvenute ad ARIANNA e TIZIANA! qui vi troverete benissimo e come a casa ♥

**Cris83** Sabato, 07 Maggio 2016 21:59

MAMMA LARA e CRI sono felice che siate state insieme al convegno e che sia stato interessante! 😊  
Aspettiamo racconti più dettagliati.

ISA grazie per l'abbraccio.. Ricambio con affetto ♥

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 21:55

Criolo, dicono che da noi ci sia cattivo tempo la prossima settimana, le mie gambe oggi non so se mi hanno fatto arrabbiare per il tempo o perchè mi dicevano FERMATI che siamo stanche. Ma io non avevo tempo di fermarmi così ho fatto quello che dovevo.

Mi fa piacere sia tornato tuo marito.

Io sono stata lontano da Gabriele pochissimo e ieri sera non vedevo l'ora di vederlo.

**Tiziana80** Sabato, 07 Maggio 2016 21:52

**Buonasera a tutte!!**

Mi chiamo Tiziana sono un infermiera e lavoro a cz.ma vivo nella provincia di Crotone. Ho 36 anni e sono madre di 2 bambini Antonio 7 anni e Sofia 6.Ho conosciuto Mamma Lara al convegno tenutosi a cz e dalle sue parole ho capito che finalmente non sono piu sola nella mia battaglia che dura da 20 anni. Solo Noi anime cefalgiche possiamo capire cosa significa quel male che ci fa sprofondare nella solitudine. .Mamma Lara voglio ringraziarti perchè mi e'bastato guardare i tuoi occhi per capire la tua dolcezza e forza in qst battaglia.A presto e un grosso abbraccio

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 21:49

Cri, per prima cosa tu sei tu e non nessuno e seconda cosa il Prof. Avato tratta molto meglio noi di chiunque altro. Sono sicura che tu sei d'accordo con me.

E' stato bellissimo cara averti con noi. Grazie

**Cris83** Sabato, 07 Maggio 2016 21:49

Ciao a tutti..

Vi scrivo un saluto veloce.. Sono qui dai miei a cena ma non ho mangiato e sono stesa sul divano. La testa non va.

Oggi cmq ha retto abbastanza bene e sono andata con gli scout alla certosa qua vicino a Pisa a un museo molto bello.

Vi abbraccio forte e se riesco ora vi leggo..

Notte e sogni d'oro ♥

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 21:46

Annuccia, non ho fatto in tempo a riposare, ho fatto la mia tabella di marcia e mi sono accorta che ero indietro e anche di più, così ho impastato le tigelle e ho fatto la torta salata e gli aperitivi per domani. Pensa che per mettermi avanti ho già apparecchiato la tavola.

Gabriele era a pensare da mezzogiorno così ho fatto le mie cosine adagio adagio senza fretta. Ma ti immagini che ho anche stirato, ancora faccio fatica a crederci 😊

**cri69** Sabato, 07 Maggio 2016 21:44

Eccomiiii ciao a tutti.

Sono troppo felice,sono stati giorni meravigliosi davvero,non so da dove cominciare a raccontarvi le ns avventure dove ho minacciato di disconoscere Lara e dove sono sicura che ,all'Alitalia, i ns nomi saranno comparsi sulle liste degli indesiderati .

Cominciamo dalle cose serie.

Il congresso è stato interessantissimo,sentire parlare di noi come noi vorremmo è di grande soddisfazione.Sembra che le cose si stiano evolvendo ,occorre un pò di pazienza e tanto lavoro di coordinamento ma sicuramente la volontà non manca e questo fa ben sperare.L' intervento di Lara,

come sempre, è stato di grande effetto 😞 .Lo so sono di parte, ma a me è arrivato dritto al cuore e sono sicura che ha colpito anche altri.Mi è dispiaciuto che Lara non fosse presente quando un medico di Roma ha nominato il "ns" libro , dicendo che lo utilizza con i suoi laureandi....Una gran bella

soddisfazione 😊 .

Poi devo dirlo...io rimango sempre meravigliosamente sbalordita quando in compagnia di questi luminari, in primis Avato, io ...nessuno...sono trattata con la stessa attenzione che hanno tra di loro...

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 21:42

Paula, non ieri ma giovedì

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 21:41

Paula, ieri con Cri abbiamo visto una ragazza bellissima di Reggio Calabria che era stata operata nella tua struttura. Era bellissima aveva due occhi azzurri come il cielo e sembrava una ragazzina. Aveva tre figli ed era con il marito. E' stata operata da un dottore che visita in Calabria. L'intervento lo ha fatto alla schiena. ha detto che si è trovata benissimo

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 21:37

Maria, purtroppo la menopausa è un momento da passare se si ha la fortuna di invecchiare. 😊

Come possiamo fare.

Pensa che un medico qal Convegno di Catanzaro ha detto che le donne sentono il dolore 8 volte più di un uomo proprio per la maggiore sensibilità che abbiamo.

Cosa vogliamo farci.

Ok che nascere uomo sarebbe una bella fortuna, ma io sono nata donna e mi sento ancora più fortunata, poi il dolore lo scrivo anche nel mio racconto "MDT una vita all'inferno" e lo scrivevo 12 anni fa quando ancora non sapevo di questa cosa: "forse il dolore, è la misura di come io sento la vita". lo sento tutto in modo moltiplicato e anche il dolore lo sento così. Però ho imparato a sentire allo stesso modo anche le gioie così faccio pari. 😊😊😊😊

Poi rassegnati, i dolori si sentono ma poi ci si abitua.

Almeno così mi pare.

Come potrai notare sono la migliore nel consolare. Come consolo io non consola nessuno 😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 21:24

Feffe, ma quanto mi spiace carissima, immagino non avrai neppure la voglia di farti da mangiare dopo una nottata di dolore. Poi i farmaci per il dolore deprimono parecchio. 😞

E' stato bello davvero fare il viaggio con Cri, almeno si sono salvati (abbastanza) chi ha avuto la sfortuna di prendere lo stesso aereo. Però ho colpito mica credere che mi sia trattenuta 😊

**crilo** Sabato, 07 Maggio 2016 21:13

Benvenuta Arianna e buonasera a tutte.

Scusate se in questi giorni non ho scritto ma il mio Lui era a Torino x lavoro ed avevo casa, lavoro e ragazze da gestire. Ora è rientrato e sto decisamente meglio. 😊

Oggi sembra una giornata invernale, piove da stamattina e non accenna a smettere, meno male che ho messo via solo i maglioni e le giacche pesanti! 😊

Ho presentato la domanda per il bando estate insieme x mandare le ragazze 15 gg in Europa a luglio. Avete idea della complicazione per riuscire a gestire la cosa? Penso che la politica, sia quella di far desistere le persone piuttosto che incentivarle a concludere l'iter per l'idoneità. Che macello! 😞

Ma in Italia le cose semplici alla portata di tutti non piacciono a nessuno..... siamo un paese davvero complicato. 😞😞😞

**Annuccia** Sabato, 07 Maggio 2016 18:28

ARIANNA benvenuta nel nostro mondo variegato, siamo tutte diverse, di tutte le età, ma abbiamo un comune nemico che ci lega ....scrivo al femminile perché in questo periodo non abbiamo uomini che si affacciano al nostro spazio, ma ci sono stati anche loro nel passato.

**Annuccia** Sabato, 07 Maggio 2016 18:26

LARA, riposati, ci credo che sei stanca.

**Annuccia** Sabato, 07 Maggio 2016 18:25

Buon sabato a tutti! siamo stati a Santa e abbiamo continuato a lavorare un pochino in casa , quest'anno non mi va di chiamare nessuno a pulire, ho già il giardiniere che mi costa.....quindi faccio piano piano e ce la farò... per fortuna la casa è piccola, anzi piccolissima.

PAULA, hai ragione è inutile fare gli esami ormonali, anche la mia ginecologa me lo ha detto. Anzi con molta facilità possono dare falsi positivi.

MARIA, ti faccio buona compagnia con i dolori che spero passino . Comunque vorrei andare da un osteopata appena avrò fatto il mio "interventino basso"!!!!

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 16:53

Ho finito di stirare, ma se non vado a riposare un po' mi addormento mentre sistemo casa. 😊

**paula1** Sabato, 07 Maggio 2016 15:23

Benvenuta ARIANNA...

**paula1** Sabato, 07 Maggio 2016 15:19

MARIA9195...Sì mi riferisco a quel libro...che ho ordinato in una libreria medica a Bologna...on line compro pochissimo...anzi quasi nulla a parte la bellissima scoperta di IBS e la possibilità di pagare in contrassegno dove ho comprato, per ora, solo libri relativi alla mia grande passione per la Scapigliatura.....

per gli esami ormonali ti suggerisco quello che mi disse la ginecologa che lavora presso l'ospedale dove lavoro...è meglio farli dopo 3/4 mesi che non si vede il ciclo altrimenti non sono attendibili.....

**Simona** Sabato, 07 Maggio 2016 14:33

Buon pomeriggio adorato forum...

Arianna benvenuta tra di noi... hai detto bene.... ora non sei più sola.. vedrai che qui troverai conforto e comprensione sempre... la condivisione del dolore è fondamentale per non sentirsi diverse...

Isa grazie del tuo abbraccio che ricambio molto volentieri. ... ha ragione Lara.. certi ricordi non svaniscono mai... si rivivono ad ogni ricorrenza sentendo vive le emozioni come fosse successo ieri... Maria accidenti.. mi spiace x il tuo periodo difficile e con altri problemi e fastidi oltre al nostro male comune... 😞

Feffe 😞😞😞😞😞 Mi spiace... spero tu abbia mangiato qualcosina e anche se capisco bene la sofferenza e la rabbia di perdersi in bel sabato se non ti senti di far nulla mettiti in modalità bradipo... recupererai alla grande come hai sempre fatto.. 😊

**Maria9195** Sabato, 07 Maggio 2016 13:48

In questo periodo ho un malessere generale che dopo sfocia in crisi emicranica. 🤔🤔🤔 Alla mattina mi sveglio quasi sempre con dolori muscolari pur riposando durante la notte. Ho male al seno e alle ovaie. Presumo che stia entrando in menopausa e sono tutto scambussolata. Questa settimana ho intenzione di fare gli esami del sangue ormonali. Oggi l'emicrania picchia.

**Maria9195** Sabato, 07 Maggio 2016 13:44

Ciao Paula.

Se ti riferisci al libro : Mangia sano che ti passa. L'ho ricevuto ieri pomeriggio .

L'ho ordinato on line.

E' molto interessante.

**feffe81** Sabato, 07 Maggio 2016 12:04

Buongiorno a tutti, sto 😞 notte complicata per il mdt, e adesso tra i postumi dei farmaci e un po' di pensieri mi viene da piangere. È quasi ora di pranzo e io non ho la forza di farmi da mangiare

MAMMALARA e CRI che bello che siate andate al convegno insieme 😊

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 11:53

Vado a fare un po' di cosine. domani ho una bella tavolata di persone 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 11:52

Lile, quando succede a me di essere in situazioni simili alla tua, penso che non è la mia vita un mese o anche un anno di ritardo. E il fine è più importante di quello che devo sopportare per arrivare ad ottenerlo.

Però anche se dovessero farmi sentire una verma, li lascio fare, tanto nessuno potrà mai togliermi il risultato una volta raggiunto. A quello penso e sai che abbiamo fatto nostro un motto della pubblicità che dice: "sono le condizioni peggiori a rendere le prestazioni straordinarie".

Ecco cara, porta pazienza e lavora come meglio puoi, il resto arriverà, anche se ci volessero un po' di mesi in più. Non bisogna mai farsi scoraggiare, è meglio arrivare un po' più tardi che non arrivare mai. ♥

Forza e coraggio e preparati perchè ti faremo la festa 😊

Detto così potrebbe sembrare una minaccia 😊

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 11:45

Isa, ti sono vicina cara. E' difficile superare traumi così grandi e probabilmente rimangono dentro di noi sempre. Puoi anche cercare di cancellarli, ma la nostra memoria remota li ricorda.

Ricordo anch'io benissimo quella sera, lo abbiamo sentito anche da casa mia. Avevo i bimbi a letto e Enzo ha detto alla sorellina che aveva una bestia sotto il letto. Sono salita di corsa per portarli fuori casa.

Sono stata più fortunata di te nel 2012 quando c'è stato il terremoto a Ferrara, la mia casa ha riportato ferite ma sono state quasi tutte guarite.

Ti abbraccio cara

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 11:26

Ma quanto è bella la Calabria !!!!!

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 11:25

Il Convegno di ieri è stato di un interesse che se fosse stato per me ogni intervento sarebbe stato da mandare in onda su tutte le reti nazionali.

Questi medici e tutti gli amministratori presenti mi hanno trasmesso la forza per continuare la nostra battaglia. Non siamo più soli. Un Professore di Modena sta lavorando per un disegno di legge da presentare in parlamento per il riconoscimento della cefalea cronica come malattia sociale, sarà una battaglia dura mi ha detto, ma per quello che mi è sembrato di capire sarà dura che lui molli la presa.

Nessuno potrà mai immaginare la gioia che ho nel cuore. Cristina ed io ieri eravamo stanche ma felici che ci sembrava ti toccare il cielo con un dito

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 11:05

Arianna, ma che brava sei stata ad iscriverti. Vedrai che presto arriveranno anche le amiche a darti la benvenuta.

E' stato bellissimo conoscere te e il tuo dolcissimo Papà. Spero di non ricordare male e che fossi tu la ragazza con in compagnia del papà.

Qui stai certa che troverai conforto e sarai anche tu di aiuto a tutte/i noi.

Ora vado a lavare i panni che ne ho una montagna.

**arianna** Sabato, 07 Maggio 2016 10:11



Ciao a tutti sono Arianna ho 38 anni lavoro da sempre al mc Donald 's di Reggio Calabria ho 3 figli Sara Michelle e Andrea ...e soffro da 8 anni di emicrania cronica!come tutti voi scendo spesso all inferno ma dico sempre che dopo ogni crisi mi guadagno un pezzo di paradiso!!ieri ho conosciuto mamma Lara quando l ho sentita parlare le lacrime scendevano da sole ..ha detto tutto quello che sentivo io ..tutto quello ch è capitato anche a me ! Mi sono voluta presentare a lei non potevo non dirle quanto quelle parole mi avevano toccato l anima !!e soprattutto ho capito xke la chiamano mamma Lara ...il suo abbraccio è stato affettuoso e caloroso come solo una mamma che ama tanto sa dare...nn vi conosco ma so già che adesso nn sono più sola con il mio dolore!!

**paula1** Sabato, 07 Maggio 2016 09:43

Ho appena visto che l'11 maggio a Roma il Prof. Barbanti presenta il suo libro sull'alimentazione e le cefalee...se a qualche amica interessa...io ho ordinato il libro qui a Bologna, ma sembra che ancora non fosse stampato 🙄🙄🙄🙄🙄 misteri.... 😞

**paula1** Sabato, 07 Maggio 2016 09:39

Buon giorno a tutti...qui sole...oggi sono di riposo, ma domani troverò il mondo a lavorare perchè operano anche oggi 🙄 ...ieri l'assemblea sindacale è andata...si chiede il rinnovo del contratto scaduto ormai da 10 anni e il 24 ci sarà uno sciopero...solo che cade proprio il giorno del concorso degli infermieri...mah.. 😞

MAMMA LARA sono strafelice che il convegno a Catanzaro sia andato bene...certo una bella sfacchinata fare tutto in giornata...meno male che c'era anche CRI...(secondo me ti abbiamo invidiato.. 😄😄 )

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 09:29

Lile, dopo arrivo anche da te sai e ne ho da dire.

Ora devo mangiare e da togliermi una maglietta che la mia pelle non sopporta. E' una bellissima maglietta ma sono due ore che la indosso mi ha già lesionato la pelle 😞

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 09:27

Però ora anche lei si è resa conto di quale sia il "calvario" di chi ha la sfortuna di incontrarmi nei miei viaggi. 😄😄😄

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 09:27

Ho più posta da sbrigare che cappelletti in frigo e questo vi dà l'idea di quanta sia. Però ora vado a mangiare qualcosa perchè ne ho bisogno.

Volevo solo dirvi che da Catanzaro sono tornata felice e anche di più

Il viaggio con Cri è stato bellissimo e penso che da oggi la nostra foto sia in tutti gli aerei di Alitalia con la scritta "fate attenzione, potrebbero nuocere". Ma sappiamo che noi portiamo allegria ovunque e parole di conforto per tutti.

Però diciamo che ci sono cose che dobbiamo raccontarvi solo a voce.

Cri è "tremenda" ♥

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 09:22

Per prima cosa questa mattina ho fatto due attivazioni al forum.

Sono arrivate due bellissime ragazze

Tiziana80 e Arianna.

Benvenute carissime.

A prestissimo. Sappiate che qui siete in famiglia. ♥ ♥ ♥

**mamma\_lara** Sabato, 07 Maggio 2016 09:20

Buongiorno a tutti

Ora che sono a casa e ho il mio computer con il

quale posso scrivere senza che mi cambi le parole come fa il telefono, faccio gli auguri di buon compleanno alla nostra Maya.

Auguri di buon compleanno carissima.

Ti abbraccio fortissimo.

lara

**nico26** Sabato, 07 Maggio 2016 08:05

Buon sabato a tutti .Auguroni Maya anche se in ritardo.

sul come certe gente tratta le persone umiliandole non mi esprimo perchè io dentro di me non sono mai riuscita per qualsiasi motivo ad umiliare qualcuno.

Domani Nico ha la comunione e sono emozionata .Un piccolo velo di tristezza però e' scesa in quanto la mia amica di Milano che doveva arrivare stamane arriverà solo per la cerimonia domani e poi torna a Milano in quanto ieri improvvisamente il cognato curato per alcuni giorni per gastrite visto i dolori

di stomaco che aveva da alcuni giorni e' morto improvvisamente ieri di infarto acuto 🙄🙄 -

Avanti pure.....

**paula1** Venerdì, 06 Maggio 2016 20:18

Tantissimi Auguri di Buon Compleanno alla nostra Amica MAYA 😊

Benvenuta nel "club" 😊😊

**lile** Venerdì, 06 Maggio 2016 19:24

Grazie per il vostro sostegno... le vostre parole mi sono di grande aiuto... non sapete davvero quanto.

MONICA, mi dispiace per la situazione difficile... spero si risolva presto

ISA, mi si stringe il cuore a leggere dei tuoi ricordi dolorosi... proprio per la tesi sto leggendo molto sui terremoti, ci lavoro, ma non ne ho mai vissuto uno... penso sia un evento che lascia addosso molta paura... mi dispiace che tu abbia perso la tua casa e delle persone care... ti abbraccio

LARA, CRI sono contenta che il convegno sia andato bene, non vedo l'ora di leggere i vostri racconti 😊

**Annuccia** Venerdì, 06 Maggio 2016 19:10

Un grande abbraccio

**Annuccia** Venerdì, 06 Maggio 2016 19:09

Isa, immagino la pena nel ricordare

**Annuccia** Venerdì, 06 Maggio 2016 19:07

Monica, speravo meglio. Le acque devono ancora sbollire

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Maggio 2016 19:01

Siamo a Fiumicino in attesa dell'altro volo.

Il convegno è andato benissimo e ho conosciuto un po' di cefalalgiche fantastiche. Le accompagnavano un dolcissimoppapà e una altrettanto dolcissima amica.

Era presente anche un cefalalgico con la moglie, santa anche lei come il mio Gabriele.

Poi che dire dei medici presenti, tutti ma tutti da abbracciare. La regione Calabria, da imitare.

La cosa meravigliosa è stata una citazione al nostro libro CEFALEE E DOLORI DELL'ANIMA fatta da un professore di Roma. Ma quella la racconterò la nostra Cri perché io me la sono persa..... Ero in bagno.

Ora vi saluto e dopo ne ho un bel po' da dire

**Isa** Venerdì, 06 Maggio 2016 18:19

Oggi per me giornata di ricordi dolorosi. Quarant'anni fa ho perso la mia casa a causa del terremoto che ha distrutto la mia piccola patria. Per fortuna non hanno perso la vita i miei parenti, ma tra i mille morti di quella tragica sera anche la madre di una mia amica e la madre di una mia ex collega alle quali sono molto legata. Ricordo quel giorno e quella sera come fosse adesso.....

**Isa** Venerdì, 06 Maggio 2016 18:15

Un pensiero e un abbraccio speciale alle nostre mammine in attesa, Simona e Cris!

**Isa** Venerdì, 06 Maggio 2016 18:14

Buon compleanno Maya, giovanissima 50enne! Lara, Cri, voi portate degnamente la nostra bandiera! grazie, e fateci sapere come va al Convegno. Lile, mi spiace tanto per come ti hanno trattata.

Coraggio carissima, io tifo per te. Monica, mi dispiace anche per la tua situazione, molto delicata quando si tratta di parenti. Speriamo si risolva presto.

**Monica** Venerdì, 06 Maggio 2016 17:55

Chissà come sta andando il convegno

**Monica** Venerdì, 06 Maggio 2016 17:54

Ditta sta per sorta

**Monica** Venerdì, 06 Maggio 2016 17:53

Annuccia no, veramente non va meglio. Con Valerio parlo ma è una ditta di tregua armata. Il padre non parla più nemmeno con i miei genitori, ma lo lascio cuocere nel suo brodo, se sta a posto così cavoli suoi. A mio fratello ho suggerito di non esagerare con i rumori negli orari non consentiti, ma di vivere tranquillamente a casa sua. E se gli bussa di nuovo, gli ribussasse anche lui. Purtroppo per mia

suocera non posso fare nulla e questo mi dispiace tanto. Anche oggi l'ha lasciata sola in casa per più di 8 ore.....

**Annuccia** Venerdì, 06 Maggio 2016 15:43

Sul nostro cammino di vita si incontrano tante persone che ti vorrebbero far sentire una m..... ma noi non dobbiamo permettere a nessuno di vincere... troviamo la forza dentro.... quella c'è sempre se si vuole trovare.

**Annuccia** Venerdì, 06 Maggio 2016 15:41

LILE, coraggio anche da parte mia, metticela tutta per dargli un bello smacco..... ce la puoi fare!

**Annuccia** Venerdì, 06 Maggio 2016 15:40

MAYA, tanti auguroni, amica cara! 😊

MONICA, com'è la situazione? un po' meglio?

**Cris83** Venerdì, 06 Maggio 2016 14:54

ciao a tutti!

LARA e CRI buon convegno!!!

Tantissimi auguri alla nostra MAYA!!! 😊😊

**Monica** Venerdì, 06 Maggio 2016 12:53

LILE noi non dovremmo permettere a nessuno di farci sentire inferiori perchè non siamo inferiori a nessuno! Questo è il mio pensiero fisso 😊 Sicuramente questa "docente" è inferiore a te ma di tanto tanto! E adesso per farla sentire quella m....a che è, la stendi con la tesi, perchè sono sicura che sei capacissima di farlo 😊 Forza ragazza 😊

**Annuccia** Venerdì, 06 Maggio 2016 12:37

Buongiorno a tutti!

LARA meno male che non sei sola, CRI è una buona compagnia.

Poi ci racconterete nei dettagli

**lile** Venerdì, 06 Maggio 2016 11:42

Buondi...

non vi leggo da tanto, scusate... però ho visto che LARA e CRI sono a Catanzaro al convegno....

bellissimo... ed è il compleanno di MAYA....Auguri!!!

Stamattina ho presentato la domanda di laurea per laurearmi a luglio... ma per riuscire ad avere la firma mi sono sentita umiliata, disprezzata e denigrata.... una persona che ha un certo ruolo non dovrebbe permettersi di prevaricare così gli studenti.... praticamente ho avuto la firma per pietà, ma è molto difficile che mi faccia laureare... ha parlato di percorso formativo completamente fallito.... mi ha fatto sentire una nullità... io ho avuto le mie mancanze, non lo nego... ma perché trattarmi così? non mi conosce nemmeno.... non credo di meritarmelo... tanto mdt in questi giorni.... baci a tutte... vi voglio bene

**cri69** Venerdì, 06 Maggio 2016 10:43

LARA colpisce sempre 😞

**Monica** Venerdì, 06 Maggio 2016 10:40

CRI LARA uon convegno.

CRI brava che hai accompagnato la nostra LARA 😊

**Monica** Venerdì, 06 Maggio 2016 10:40

Buongiorno a tutti. MAYA tanti auguri di buon compleanno ♥♥♥

**cri69** Venerdì, 06 Maggio 2016 10:28

MAYA augurissimi da parte mia è di Lara 😊

**rossana** Venerdì, 06 Maggio 2016 10:15

Buongiorno a tutte,  
sono in attesa di fare il Pap Test.  
CRI che bello essere lì con LARA 😊  
E grazie... immagino le scene imbarazzanti.  
Ma col Prof sei in una botte di ferro.

**Maya** Venerdì, 06 Maggio 2016 09:46

E son 50 belli belli 😊

**Maya** Venerdì, 06 Maggio 2016 09:46

E son 50 belli belli 😊

**Maya** Venerdì, 06 Maggio 2016 09:44

😊😊 degli Auguri

**Maya** Venerdì, 06 Maggio 2016 09:43

Grazie

**Piera** Venerdì, 06 Maggio 2016 08:46

buon compleanno Maya, brava Cri hai fatto bene ad andare!!! 😊

**Simona** Venerdì, 06 Maggio 2016 08:36

Bene Cri.... buon convegno a te e a Lara...

**Simona** Venerdì, 06 Maggio 2016 08:34

Buongiorno adorato forum

Auguri Maya 😊😊

**cri69** Venerdì, 06 Maggio 2016 07:53

Buongiorno a tutti. Un attimino x dirvi che sono felice di essere a Catanzaro con Lara ed il professore Avato. .Poco fa ho minacciato di dire a tutti che io non conosco Lara. 😊 .Mi fa morire...un mito . Il professore ..un signore sempre ...Buona giornata a tutti

**feffe81** Venerdì, 06 Maggio 2016 07:21

Buongiorno a tutti! MAMMALARA buon convegno!

E....tanti carissimi auguri alla nostra MAYA 😊 !!

**nico26** Venerdì, 06 Maggio 2016 06:59

Buon Venerdì' dal lavoro sotto una bella giornata di sole.

Oggi ho un funerale di un mio compagno che ha deciso di togliersi la vita ...e non so dire altro. 😞.La colon di mio marito e' andata benissimo e ricontrollo fra 5 anni.

Stamane ho mdt ma ci sta.

Anche stanotte ho avuto fatica nel dormire con immagini che si susseguivano senza senso ma non ci ho dato peso per cui poi ho dormito .Quando qualcosa la conosci ti fa meno paura e quindi lasciamo uscire le emozioni ,lasciamo andare e passa pure questo.

Lara raccontaci poi tutto 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Maggio 2016 06:56

Vi voglio bene sempre

**mamma\_lara** Venerdì, 06 Maggio 2016 06:55

Buon giorno a tutti.

Fra un po' si va al convegno

Forza a tutte e a tutti

Vi abbraccio fortissimo

**rossana** Giovedì, 05 Maggio 2016 23:39

CRIS mi dispiace per l'ecografia saltata ma se ti può consolare succede a tutti. E meno male che hai un po di sollievo dal dolore.....incrociamo tutto.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Maggio 2016 23:38

Dirvi, sto telefono scrive quello che vuole

**rossana** Giovedì, 05 Maggio 2016 23:36

Bene LARA e grazie per averci dato notizie.

Per il viaggio ti sarai fatta compatire .....come sempre 😊

Buona giornata per domani

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Maggio 2016 23:33

Dimenticavo di dirti che il viaggio è stato uno spasso. Poi vi racconterò

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Maggio 2016 23:31

Arrivata, viaggio tutto bene.

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

**Annuccia** Giovedì, 05 Maggio 2016 17:46

LARA, buon viaggio!

**Cris83** Giovedì, 05 Maggio 2016 16:52

SIMO hai ragione certa gente certe volte farebbe bene a stare zitta. Ma ha ragione Mamma Lara i bambini tengono molto a quello che dicono le mamme..

PAULA mi dispiace per il lavoro.. spero sempre che tu possa trovare un po' di pace almeno su quel fronte.

**Cris83** Giovedì, 05 Maggio 2016 16:47

Ciao!

Oggi va meglio, fa sempre un po' male ma per ora regge. Vorrei almeno riuscire stasera a vedermi con delle amiche per un aperitivo veloce, è già la terza volta consecutiva seguita da molte altre che gli do buca. Menomale che capiscono e comprendono.

Oggi ne ho combinata un'altra delle mie, stamattina sono andata all'appuntamento per fare l'eco ed era ieri. Ho sbagliato a segnarlo sul calendario. Ho trovato una persona stragentilissima al cup che ha cercato di farmi avere un buco in qualche modo ma inutilmente.. ha mosso mari e monti ma non c'è stato verso. Né lì né da altre parti c'è posto. Per fortuna l'avevo fatta meno di un mesetto fa da privato e aveva già preso misurazioni e guardato tutto quindi sto tranquilla.. vedrò a questo punto di rifarla sempre da lui magari tra un paio di settimane. Michele era con me ed è stato comprensibile e non se l'è presa per niente.. io mi sarei mandata a quel paese da sola.



**mamma\_lara** Giovedì, 05 Maggio 2016 13:23

Faccio un pisolino poi parto.

Mi raccomando state bene se potete. ♥

**Annuccia** Giovedì, 05 Maggio 2016 11:43

Buongiorno a tutti!

**paula1** Giovedì, 05 Maggio 2016 09:59

CRIS83 complimenti per il tuo nuovo ruolo di Educatore cinofilo...la perseveranza premia !

**paula1** Giovedì, 05 Maggio 2016 09:58

Buon giorno a tutti...qui sole che va e viene...eh lo so MAMMA LARA che è il periodo della stanchezza, ma così potente era un bel pezzo che non la provavo...

oggi pomeriggio sarà sempre pesante e nonostante l'altro giorno qualcosa è andato storto non si fermano neanche a pensare che correre così sia deleterio, soprattutto operare di tutto di più !

io spero sempre che nessuno ci lasci le penne, mah.. 😞

ora scendo in città devo pagare l'assicurazione della macchina...cambiamo di nuovo per risparmiare...

Buona giornata a tutti...

**Piera** Giovedì, 05 Maggio 2016 09:20

Simona nei bambini specie dell'età di Mattia, deducono contenuti, regole e significati dall'esperienza diretta .....credo perciò che le parole facciano più male a te che a lui, d'altra parte sono gli adulti che hanno già vissuto quelle esperienze non lui!!!

**Simona** Giovedì, 05 Maggio 2016 08:27

Buongiorno adorato forum..

Grazie Lara mi sei stata di conforto con le tue parole. .. 😊😊 e buon viaggio. .. 😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Maggio 2016 06:27

Ora sistemo una cosina che non mi ha fatto dormire questa notte

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Maggio 2016 06:27

Paula, mi spiace per la tua stanchezza, ma per quello che sento in giro siamo un po' tutte messe così.

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Maggio 2016 06:25

Simona, oggi parto per un Convegno che si terrà domani a Catanzaro, vado perché l'argomento mi interessa parecchio e vorrei dire la mia che altro non è che portare avanti la nostra causa.

Non ti preoccupare, domani sera sarò a casa. 😊

Domenica ho a pranzo un bel po' di gente e ho un bel po' di cosine da preparare. 😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 05 Maggio 2016 06:22

Simona, i bimbi capiscono e per fortuna quello che dice la mamma (i figli da piccoli ascoltano le mamme) vale molto di più di quello che dice un'altra persona.

Non immagini quanto terrorismo sia stato fatto anche a Emma, ma i suoi genitori e anche noi altri della famiglia, le abbiamo sempre detto che con la scuola sarebbe iniziato un mondo fantastico fatto del "SAPERE". Continuavo dicendole che il sapere del mondo è scritto sui libri e nessuno mai riuscirà a distruggerli tutti anche se avesse la volontà di farlo perché da qualche parte ci sarà sempre un libro che riuscirà a salvarsi. E' sui libri che dobbiamo cercare il nostro passato ed è sempre lì che dobbiamo cercare quello che sarà il nostro futuro.

La scuola è un momento pieno di magia che vuol dire anche impegno perché mica si posso fare le magie se non ci si mette di buona volontà.

Poi abbiamo sempre detto ad Emma che alle volte i risultati non dipendono dal nostro impegno, ma è con noi stessi che dobbiamo sempre fare i conti.

Detto questo Emma viene premiata per i voti un po' scarsi piuttosto che per i voti bellissimi e lei sa che il voto più bello che lei possa portare a casa sarà sempre lo 0 perché quello si può migliorare.

Non immagini che punizioni do io per i cattivi voti, due gelati, mentre per quelli belli ne do solo uno. Una sua amichetta è rimasta piacevolmente sorpresa per le punizioni che si impartiscono ad Emma e quando è andata a casa ne ha fatto una pubblicità che ora sono diventata la nonna delle punizioni, nel senso che tutti vorrebbero essere puniti da me.

Ho spiegato alla mamma di questa bambina che la mia è una punizione da nonna, quelle da mamma erano un po' diverse. 😊

Ma tornando a Mattia, credimi cara che ancora quello che dici tu vale mille volte di quello che dicono gli altri.

Con chi invece fa terrorismo, di pure loro che l'ignoranza è l'unica cosa insondabile, tutto il resto si può misurare. Se proprio non ti va di dire loro che sono degli emeriti ignoranti, puoi sempre dire che andare a scuola è la più bella opportunità che si possa avere nella vita e Mattia lo sa. Se proprio non capiscono, di loro che per apprendere al meglio ciò che la scuola può darti, bisogna essere persone di grande talento e aperte alla conoscenza come siamo tutti noi emicranici e anche figli di emicranici. Questo mica l'ho detto io che le persone emicraniche sono così, lo ha detto il GRANDE Prof. Nappi e sapessi quanto mi serve questa frase.

Poi se te la vedi brutta inizia a dire a Mattia che non tutti riescono a vedere il bello nelle cose ed è per questo che parlano così.

Questi che ho detto cara, sono solo i miei pensieri e prendi solo quello che pensi possa esserti utile.



**mamma\_lara** Giovedì, 05 Maggio 2016 06:02

Buongiorno a tutti

**paula1** Mercoledì, 04 Maggio 2016 20:34

SIMONA io a certa gente non so cosa gli farei 😞😞😞🤢🤢 sai quante ne sento anche in ospedale...tutti professori... 😞😞

**paula1** Mercoledì, 04 Maggio 2016 20:32

Buona sera a tutti...qui stanchezza indicibile.. 😞😞 oggi pomeriggio mi sono dovuta stendere sul letto perchè praticamente non riesco più a fare niente.....non ce la faccio più... 😞 al lavoro è sempre più pesante e nessuno dice niente, se dici qualcosa hanno già la frase pronta: ti lamenti sempre!...insopportabili...la casa è in situazione al limite della decenza...faccio il minimo e il grosso non so nemmeno come è messo...spero di non cedere all'improvviso...la testa va benino, ma di notte ho dei dolori strani...cerco di non farmi troppi pensieri altrimenti ne ne esco viva.. 😞😄

**Simona** Mercoledì, 04 Maggio 2016 19:46

Lara mi son persa qualcosa 😞😞 Dove devi andare domani?

**Simona** Mercoledì, 04 Maggio 2016 19:24

Com è difficile convivere con la massa di gente che ci circonda..... 😞😞 ultimamente faccio fatica soprattutto quando sono con Mattia.. lui è socievole e parla anche con i muri .. alla fine quindi si fa discorsi con tutti e quando arriva la faticosa domanda dell'età tutti e dico tutti rispondono che quindi a settembre inizia la scuola e ha finito di divertirsi... eh.. i compiti... e questo e quello.... altro che giocare... altro che tutte le cose belle che ha fatto finora... inizia la scuola quindi praticamente finisce tutto e inizia una fase di lavoro intenso... dove bisogna sgobbare e basta.... ma

dico..... 😞😞😞😞😞😞🤢🤢 io poi gli spiego che non è così.. e cerco di spiegare bene come vanno le cose a scuola ma davvero non capisco sto terrorismo gratuito verso i bambini.... l'inizio della scuola elementare è un cambiamento da affrontare con serenità e non mettendo ansie inutili addosso ad un bimbo di 5 anni... io mi chiedo se tutta questa ansia non ce l'abbia la gente con cui si ci confronta in giro perché credo siano proprio loro paure che scaricano sugli altri ma perché su mio figlio???? Non so come comportarmi. . Ormai è la frase del giorno questa della scuola. .. che fatica.... 😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Maggio 2016 19:11

Devo partire domani e sono ancora in alto mare. 😞😞😞😞

**crilo** Mercoledì, 04 Maggio 2016 15:33

Ragazze oggi sono entrata alla prima ora ed ho bisogno di un piccolo pisolino pomeridiano che mi alleggerisce la pressione alla testa.

Ora fa davvero male! 😞😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Maggio 2016 15:28

Scappo al gruppo

**Simona** Mercoledì, 04 Maggio 2016 14:52

Cris 😞😞😞😞😞 spero arrivi un po di tregua..... così è proprio difficile.... 😞😞 mi spiace tanto

**Cris83** Mercoledì, 04 Maggio 2016 13:54

Ciao a tutti!

Simona sono proprio contenta per come ti senti.

Io sono stata male stanotte e stamattina presto. Poi un po' mi è passato e ho fatto una passeggiata.. Forse troppo sole o non so.. Ma non era nemmeno troppo caldo ma ora sono a casa e mi fa di nuovo male. Con vomito pure.. Non posso nemmeno essere libera di fare una passeggiata che poi sto di

nuovo male 🤢🤢

**Simona** Mercoledì, 04 Maggio 2016 13:41

Buongiorno a tutti. ..

Nottate difficili ma giornate buone. .. non me lo spiego ma ne sono ben felice... lunedì ho fatto yoga con il marito della maestra che anche lui è ovviamente nell ambiente e ho lavorato benissimo... mi ha fatto di un bene che non me lo aspettavo... poi a fine lezione è arrivata lei allora le ho ricordato che a maggio ho 2 se non 3 lezioni da recuperare e subito mi ha detto che dovevo pagare il mese per

recuperare 🤔🤔... cosa che avevo fatto prima della lezione con suo marito... io comincio a non sopportarla più questa succhia soldi..... finirò con maggio la mia esperienza yoga in questo luogo e addios amigas.... 😊

Anzi.. quasi quasi mi informo e vado solo quando c e il marito... mi ha lasciato talmente tante energie che ieri ho lavorato in casa come non mai e oggi ho ancora i benefici. . Tanto è vero che a nuoto oggi l istruttrice mi ha chiesto come sto se sono stanca e sono riuscita a dirle che sto bene e NON sono stanca x niente.... ma roba da matti... x me rispondere così con sincerità e provare veramente benessere è talmente raro che mi sembra un miracolo... 😊😊😊😊😊

Cris grandissima soddisfazione. .. 😊😊 spero tu stia bene....

Feffe brava aspetta la signora x i pavimenti..io ho già intenzione di chiedere alla mia vicina di tenersi libera i venerdì di luglio x venire a pulirmi casa x tutto il mese e forse anche x metà agosto.... io sarò impegnata in altro e vorrei avere pulito senza il minimo sforzo... quindi..... 😊

Lara bruttissimo trovarsi nel mezzo di un temporalone in macchina senza possibilità di sosta.... a me è capitato tante volte. ... è stato bravo Gabriele ma lasciamo dire che anche tu sei stata brava a non farti prendere dal panico..

Crilo spero la testa si alleggerisca presto.....

**Annuccia** Mercoledì, 04 Maggio 2016 11:34

FEFFE, ma quando viene la signora????????????? 😊😊😊

**Annuccia** Mercoledì, 04 Maggio 2016 11:33

Buongiorno a tutti!

Complimenti CRIS per il tuo nuovo ruolo!!!!

**crilo** Mercoledì, 04 Maggio 2016 11:06

Buongiorno a tutte.

Momento di pausa a scuola, i ragazzi sono impegnati con la psicologa nel progetto ISCOLA, contro la dispersione scolastica.

La testa è ballerina ma non mi sta facendo impazzire, per fortuna.

A volte mi stupisco di me stessa x come riesco nonostante tutto a continuare con l'insegnamento!

Ci vuole molta forza di volontà.

Un abbraccio 😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Maggio 2016 10:46

Feffe, è anche inutile dirlo, tu sei avanti avanti avanti. Pensa che lasciare i pavimenti alla signora che ti aiuta nelle pulizie non è fatica da poco.

Troppo troppo brava.

Da imitare.

Non ricordo chi un po' di messaggi fa scriveva che io ero quella che puliva le fughe con lo spazzolino.

Mamma mia che sbagli ho fatto 😊😊😊

Di che le pulisca ora le fughe, neppure se fossero viola lo farei. Anche perchè non riesco neppure a mettermi le calze vorrei vedermi in ginocchio a pulire i pavimenti con lo spazzolino da denti. 😊😊



**mamma\_lara** Mercoledì, 04 Maggio 2016 10:36

Buongiorno a tutti.

Sto finendo il libro e presto penso sarà online.

Ogni giorno ho un male che si aggiunge. Ieri un braccio praticamente fermo e oggi la schiena. Che rottame 😞😞😞

Ieri sera ho portato a casa Emma e sono rimasta intrappolata in un temporale da storia. Sulla strada che porta a Poggio Renatico non c'è verso di potersi fermare senza causare pericolo per me e per gli altri, così ho proseguito la marcia, però ero contenta che avevo già "depositato" Emma. Gabriele era in pensiero ma è stato bravo a non chiamarmi, mi ha detto che non mi ha chiamato per non causarmi una ulteriore difficoltà e sapeva che me la sarei cavata. Che bravo è stato a controllare l'ansia.

**rossana** Mercoledì, 04 Maggio 2016 10:32

Buongiorno a tutte,  
sono in attesa dal dentista.  
Gengiva infiammata che si ritira sempre di più.

Ho avuto un intervento tanti anni fa e ogni tanto mi si riacutizza scoprendo i colletti 🤢  
Sono ancora sotto cortisone, e ancora va così così.  
Spero che qui sia una cosa veloce, non potrei permettermi di peggiorare la situazione tenendo a lungo una postura scomoda.  
A dopo, buona giornata

**nico26** Mercoledì, 04 Maggio 2016 10:25

Buongiorno adorato forum. Oggi sono a casa visto che alle 13.00 mio fùmarito fara' la colon ho deciso di rimanere a casa e mi godo la giornata stupenda di oggi.  
Cri sono super felice dell'esame superato.  
Pensa che io sto facendo un percorso di relazione comportamentale con un educatore cinofilo (Gianluca Setti) con Biscotto da un mese e devo dire che ogni giorno scopro mondi nuovi su come relazionarmi con il mio bisonte di 59 kg.!!! 😊  
Vi mando un abbraccio a tutti e vi auguro di passare se non tutta ma almeno in parte la giornata senza il pugnale nella nuca

**cri69** Mercoledì, 04 Maggio 2016 07:49

Buongiorno a tutti , splendidissima giornata oggi 😎

**rossana** Martedì, 03 Maggio 2016 22:11

CRILO quando parli della tua Sardegna provo una tale nostalgia..... 😞  
E' troppo bella, troppo.  
Ed ho dei bei ricordi legati a quei posti, belle vacanze con le amiche.  
E tante tante risate, meraviglia.

**rossana** Martedì, 03 Maggio 2016 22:09

Brava CRIS 😊  
Gliete hai cantate di santa ragione!

**feffe81** Martedì, 03 Maggio 2016 21:12

ciao a tutti, sto cercando di recuperare i messaggi...  
ANNUCCIA dama di compagnia 😊

MONICA e a me avrebbe fatto piacere averti qui! mi spiace molto per i nervosismi con Valerio 😞  
leggevo quello che dici delle amiche...ecco io ho selezionato le amiche, adesso ho delle vere amiche su cui so di poter contare, che sono la mia famiglia, alcune sono amiche del forum 😊 e altre di yoga, più due della giovinezza. Ecco io le coltivo perché per me le relazioni sono la cosa più importante nella mia vita. Ci vogliono energie, ma per me ne vale la pena. E ho impostato con loro un modo sincero di vederci per cui non è un problema se l'appuntamento salta per un mio mdt oppure se si ridimensiona l'attività sempre per me. Sono fortunata però perché loro sono comprensive 😊  
Comunque penso sia questione di abitudine quella di fare più o meno vita sociale, io l'avevo ridotta al minimo e l'ho riattivata alla grande da quando sono rimasta single.

MAMMALARA preparati: i pavimenti restano così fino a che non viene la signora a pulire!!

CRIS complimenti per l'esame!! grande, che brava sei

**mamma\_lara** Martedì, 03 Maggio 2016 16:06

Cris, complimenti per l'esame superato. Sei stata proprio brava.

Ti mando una mail

**Cris83** Martedì, 03 Maggio 2016 15:59

Ah dimenticavo di dirvi che sono ufficialmente Educatore Cinofilo!!!

Non ho fatto l'esame vero e proprio ma ho seguito per qualche lezione il mio istruttore e mi ha fatto seguire qualche cliente, qualche domanda qua e là e mi ha detto che non ha bisogno di vedere altro. Ora vorrei continuare ad andarci almeno una volta a settimana fino a che la pancia e il caldo me lo permette!

**Cris83** Martedì, 03 Maggio 2016 15:56

SIMO sono felice della tua scelta.. e fai benissimo secondo me! E grande Gabriele! 😊

**Cris83** Martedì, 03 Maggio 2016 15:55

ROSS ci manchi un po' con i tuoi commenti.. ma l'importante è che l'umore vada bene! 😊

**Cris83** Martedì, 03 Maggio 2016 15:55

CRILO ho presente villasimus ma non ci sono mai stata, siamo stati nella parte della gallura.. e l'abbiamo visitata un po' tutta. La sardegna è meravigliosa tutta credo!

**Cris83** Martedì, 03 Maggio 2016 15:54

MAMMA LARA mi spiace per questi giorni un po' no.. se hai bisogno lo sai che sono qui! un abbraccio speciale!

per la divulgazione del libro conta su di me!

**Cris83** Martedì, 03 Maggio 2016 15:53

ciao a tutti. oggi va meglio.  
sono a lavoro.

prima avevo scritto un messaggio dal cel ma ho perso la connessione.

MONICA mi dispiace per la brutta situazione, ma sono sicura che sia come dice Rossana, sono cose pesanti da superare ma si superano.

Per le cene con gli amici io mi ero impuntata a un certo punto che volevo chiamare quello e quell'altro a cena ma poi ho mollato, era un periodo in cui stavo male, molto peggio di così con l'emicrania e avevo sempre paura di non farcela. quindi ora mi faccio meno problemi, se voglio organizzare qualcosa con delle amiche usciamo fuori o prendiamo una pizza a casa!

**nico26** Martedì, 03 Maggio 2016 13:11

Buon pomeriggio dal lavoro .

Ragazze sul fatto degli abusi io come Lara meglio non dico nulla in quanto sarei da cancellare dopo la prima lettera. non ho pietà , perdono .rimorsi per queste m....viventi!

Ragazze domani parte il cognato e via fino a Settembre anche se devo dire stavolta visto che non c'era la donna era piu' nostrano e gioviale.

Ma udite udite.....venerdì arriva la mia amica cuoca con il marito fino a domenica per la comunione di Nico e quindi.....freezer pieno!!!!!!

**mamma\_lara** Martedì, 03 Maggio 2016 12:11

Vado a fare la pappa

**mamma\_lara** Martedì, 03 Maggio 2016 12:10

Annuccia, quando avrò le gambe sistemate farò lunghe camminate. Penso siano poche le persone che hanno camminato quanto me. E in bicicletta non vi dico. Per ogni 70 km. che facevo insieme ad

Evelino mi comprava un gelato. 😊😊

Pedalavo che non finivo mai pur di mangiare gelati. 😊

Però allo scadere del settantesimo km. ci fermavamo alla prima gelateria. Un giorno ci ha beccato suo figlio seduti su un muretto che mangiavamo il gelato. E' passata alla storia..

Poi siccome dormivo pochissimo e i turni notturni aiutavano di tempo ne avevo per camminare.

Penso che mi darò da fare non appena starò in piedi. Consumerò pe protesi in brevissimo tempo. 😊



Anch'io faccio mille voglie di vedere Ettore, ti capisco. 😞😞

Per l'ammalarsi succede quando iniziano a stare con altri bimbi.

**Piera** Martedì, 03 Maggio 2016 12:03

Annuccia hai proprio ragione non c'è "equilibrio"!!! 😊 Paula sono convinta che quando c'è un abuso sui bambini, ovunque esso accada, è l'omertà a permettere che quella violenza si protragga nel tempo.....e sono anche sicura che non è questione di zone o contesti sociali!!!! anzi a volte sono proprio gli insospettabili ad avere la maggiore "protezione" 😞

**Annuccia** Martedì, 03 Maggio 2016 11:51

Lupo va all'asiletto ma spesso, da quando ci va, sta male e deve stare a casa.

**Annuccia** Martedì, 03 Maggio 2016 11:51

Tornando al discorso nipotino, l'altra nonna è oberatissima ha dovuto rinunciare anche alla sua ginnastica, poi ha la mamma che abita a Mantova e anche lì riesce ad andare poco. Insomma chi troppo e chi nulla. Altro che equilibrio.....

**Annuccia** Martedì, 03 Maggio 2016 11:45

Buongiorno a tutti!

PIERA, sei bravissima nella preparazione dei manicaretti e capisco anche che è un bell'impegno al quale a volte faresti a meno. Però tenersi in allenamento fa bene 😊😊

In questo periodo sento molto la nostalgia dei figli che non ci sono più. Il nipotino che cresce e che vedo così poco..... mah..... bando alle tristezze.

ROSANNA, faccio mie le tue parole: il mio rachide anche lo sento molto dolorante e fragile, ma non mollo con la ginnastica, mi sembra che senza sto molto peggio e si aggiunge anche l'umore nero.

**rossana** Martedì, 03 Maggio 2016 09:58

LARA anche i miei problemi con la linea telefonica non sono ancora fniti 🙄

**rossana** Martedì, 03 Maggio 2016 09:55

Si cara LARA questi cambiamenti di stagione mi disturbano e tanto.

A me se piove va benissimo e se c'è il sole pure ma quando soffro mi fa un po più girare le scatole.....

E sento il rachide così fragile ma così fragile che comincio a sentire davvero bisogno del mare.

Spero di avere buon tempo i primi di giugno per partire quanto prima.

Quest'anno tra l'altro la signora che segue i miei andrà a casa dal 26 giugno per un mese e davvero non so come sostituirla neanche prendendone due....vedremo.

Di certo per quella data devo essere a Reggio

**mamma\_lara** Martedì, 03 Maggio 2016 09:50

Paula, hai detto delle cose che non commento altrimenti dovrei cancellare tutto.

Non commento non commento e non commento 🙄🙄🙄🙄🙄

Non so se sei nata storta, ma sappi che di nate storte come te ne trovi a manate piene. 😊😊😊

Presente 😊😊😊

**rossana** Martedì, 03 Maggio 2016 09:49

MONICA mi dispiace tanto leggere dei tuoi problemi con la famiglia di Valerio e inevitabilmente con lui.

Le dinamiche delle famiglie sono sempre diverse e tutte difficili.

Come aveva detto bene PIERA credo che tuo suocero risenta e pesantemente della malattia della moglie.

Questo però non può giustificare tutto e dal punto di vista dell'intolleranza come vicini credo spetti a tuo fratello e compagna chiarirsi.

Bisognerebbe sempre abitare "alla giusta distanza", non sai quanto ti capisco.

Io in tutti questi anni di malattia dei genitori di Alberto ho però sempre cercato di dire a lui come mi muoverei io in quella situazione e se mi invadono mi difendo comunque.

Però da parte mia difficilmente intervengo perché non voglio che lui lo faccia, anche con le migliori intenzioni, con la gestione dei miei vecchietti.

Lui ad ogni minimo problema o crisi si agita e mi dice: andiamo là, andiamo là ecc.

Io se la situazione è presenziata e soprattutto quando è notte non vado. E in questi casi gli ricordo: tu hai fatto come ritenevi giusto, lascia fare a me come meglio sento.

Ma è difficile, si impara con gli anni (io vado verso il ventennio con la malattia della mamma figurati un po) e comunque simili problemi mettono la coppia a dura prova, e in momenti diversi con problemi diversi.

Ma si superano, credimi.

Se ci sono i sentimenti si superano, e' semplicemente una fatica immane che conosce solo chi la vive.

**mamma\_lara** Martedì, 03 Maggio 2016 09:47

Rossana, ti pensavo questa mattina, ho la linea lenta e ogni tanto cade 😞

Mi spiace per i tuoi dolori, ma in questo periodo si sono acutizzati anche i miei, penso sia dovuto anche in parte alla stagione che non si raddrizza 😞

**paula1** Martedì, 03 Maggio 2016 09:46

Buon giorno a tutti...qui sole e speriamo si asciughi un po'...c'è una umidità incredibile...

oggi inizia la settimana lavorativa...la mia di 4 giorni e sabato sarò a casa...devo chiedere altri 3

giorni di ferie e 'sta cosa mi mette una gran ansia...sono proprio nata storta... 😞 😞

la testa oggi va meglio, ma tra poco esco perché altrimenti faccio la muffa...

CRILLO a me più che i film impressiona la cronaca di tutti i giorni...è vero che le persone cercano di farsi gli affari loro, ma porca miseria 😞 nel condominio di quella povera bambina (Fortuna..un nome

che le è proprio servito 😞 ) devono avere un quoziente davvero azzerato...dei balordi

indubbiamente, ma queste cose non sono certo un vanto nel 21esimo secolo....

io solo per qualche urlo del mio vicino ho allertato le assistenti sociali che non possono fare niente, però almeno ci ho provato...mah.. 😞

**mamma\_lara** Martedì, 03 Maggio 2016 09:45

Feffe, sono certa che il tuo concerto del primo maggio sarà stato bellissimo e interessante.

I pavimenti li pulirai quando ne avrai voglia. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 03 Maggio 2016 09:43

Crilo, hai ragione, mai farsi gli affari propri se ci sono di mezzo certi fatti che lasciano il dubbio.

Sempre meglio andare a fondo.

Io non guardo perché ho visto e "sentito". 😞 😞 😞

**rossana** Martedì, 03 Maggio 2016 09:41

FEFFE che meraviglia la tua serata!!

CRILLO non posso vedere cose come quella di ieri sera, proprio non ce la faccio.

Non per questo però ignoro o nascondo il problema.

Io comunque non riesco a guardare nemmeno NCIS senza stare male quindi figuriamoci....

**rossana** Martedì, 03 Maggio 2016 09:38

Buongiorno a tutte,

ci sono eh..

Sono dolorante da venerdì, ho rinunciato anche alla piscina e ancora non va nonostante il cortisone.

Tre crisoni in aprile, speriamo di voltare pagina. Sono silente ma l'umore va bene, però sto un po defilata in questo periodo e parlo anche meno.

Mi giova il ritiro.....Mah chissà perché  
Non ci potete credere eh??? 😊

**crilo** Martedì, 03 Maggio 2016 09:23  
Buongiorno ragazze!

CRI, x fortuna tutto bene, credo di aver volutamente rimosso la storia immediatamente!

Mai, hai ragione, il farsi troppo gli affari propri a volte è deleterio.

Neanch'io amo guardare storie di questo genere, specialmente se ci sono sevizie e violenze, ma a volte servono per non dimenticare che è meglio tenere gli occhi aperti e non fidarsi troppo delle persone.

Buon proseguo bellezze! 😊😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 03 Maggio 2016 08:42  
Cri, anche qui sole, speriamo duri

**mamma\_lara** Martedì, 03 Maggio 2016 08:40  
Buongiorno a tutti.

Crilo, questo succede perchè chi vede tace, se qualcuno avesse parlato prima sicuramente avrebbero fermato questo mostro agli inizi e risparmiato tante sofferenze a persone indifese.  
Ma c'è il facciamoci i fatti nostri o il cosa vuoi che sia, se ci stanno vuol dire che gli va bene.  
Questo mostri fanno proprio affidamento sul facciamoci i fatti nostri.  
E si sa che tutto mondo è paese.  
Poi quando si scopre ormai è troppo tardi, la vita di tante persone è stata rovinata per sempre e se riescono a salvarsi sono fortunate, ma c'è chi perde anche la vita.  
Io non le guardo neppure quelle storie, perchè sto male, troppo male.

**cri69** Martedì, 03 Maggio 2016 07:43

Buongiorno a tutti, c'è il soleeee 😎. Speriamo duri.  
CRILO risveglio tutto ok? niente incubi ?

**crilo** Martedì, 03 Maggio 2016 00:10  
Serena notte a tutte quante.

Aiuto, spero di non fare incubi stanotte; ho guardato un film tratto da una storia realmente  
accaduta, intitolato "Il mostro di Cleveland", davvero roba da chiodi! 🤩🤩🤩🤩

**paula1** Lunedì, 02 Maggio 2016 20:34

Buona sera...qui il tempo non si mette al bello...ogni tanto arrivano degli scrosci pazzeschi...ormai è  
24 ore che piove.....giornata persa...io non mi annoio mai, però anche così... 😞 inoltre abbiamo il  
riscaldamento acceso 😞

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 20:34  
Buona notte e sogni bellissimi per tutti. State bene se potete

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 20:33  
Provo ad andare a fare una doccia bollente, vediamo se me la cavo

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 20:33  
Maria, grazie carissima.

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 20:32

Monica, mi spiace per come va con Valerio, immensamente guarda.  
Certo che il carattere del papà non facilita la sistemazione delle cose. Ma se fossi io in tua cognata e

tuo fratello gli direi che bussi pure, poi io mi metterei a camminare con gli zoccoli, vedi chi la vince.  


**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 20:29

Ahh Piera, 10 e lode     

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 20:29

Piera, va mo la che hai il tuo bel da fare anche tu.

Poi tutto sul raffinato mica come me che faccio tutti menu da casa "contadina"  

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 20:26

Annuccia, anch'io avevo sempre ragazzi a cena che arrivavano da destra e manca.

Ho ancora amici dei miei figli che mi ricordano con tanto affetto proprio per le serate passate a casa nostra.

Ora sono diventata una scioppina  

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 20:23

Crilo, meno male che i miei ormai sono grandi, non vi invidio voi ragazze con figli giovani o piccoli.

Fare la nonna è una gioia grandissima, perchè non si ha la grande responsabilità di educare. Mi basta seguire le "linee guida"     

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 20:21

Cri, io invece sono qui che ho un freddo che non mi scaldo con niente.

Ho messo la coperta elettrica sul letto così almeno un pochino mi scaldo. Vado a letto presto, anche perchè sono in piedi da questa mattina presto.

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 20:20

Monica, io penso bene è la memoria remota che mi frega. Però so che c'è una fine e piano piano starò meglio. Intanto ho lavorato al libro ed è una cosa che mi fa star bene. Ho aggiunto le foto e siamo sulla dirittura di arrivo. 

**cri69** Lunedì, 02 Maggio 2016 18:46

Sono talmente abituata ad avere mdt che ora che ho mds ho pensato :\_ che mdt che ho...  non ci siamo no, no 

**crilo** Lunedì, 02 Maggio 2016 16:59

## correzioni

1 SGRIDATA

2 PENSO CHE USCIRÒ

3       

**crilo** Lunedì, 02 Maggio 2016 16:57

Buon pomeriggio.

Ho un mdt feroce da almeno 5gg, ma x fortuna sta arrivando il ciclo, almeno tra 3,4 gg andrà a diminuire!

Emma ha preso 1 bella sgrida da parte mia e del padre xchè è parecchio poltrona, le piace il dolce far niente e non mi fa affatto piacere che stia gran parte del giorno sdraiata sul divano ad ascoltare musica o a chattare con gli amici!   

Perugia se che uscirò a fare 1 passeggiata, se sto in casa mi concentro sul dolore e mi deprime.

Buona serata amiche del forum. 

**Piera** Lunedì, 02 Maggio 2016 15:48

Forse Annuccia ti sei "disabituata" proprio perché i ragazzi sono andati via.....io che li ho a pranzo fissi tutti i sabati e le domeniche,ogni tanto li vorrei via anch'io!!!!!! 😊 ieri ho fatto un menu' per Vittoria, un 'altro per Daniel, e un'altro per noi.....e' la stanchezza mentale che mi frega 😊 mi piace che ogni sabato e domenica ci siano piatti diversi: sabato ad esempio ho fatto linguine alle vongole che erano le nostrane del nostro mare (un Kg) poi uno strudel di pasta sfoglia ripieno di zucchini ricotta , provola affumicata e fiori di zucca, come dolce avevo preparato una coulis di fragole che andava abbinata allo yougurth bianco in piu' noci e miele , perché c'è qualcuno a cui non piacciono le fragole 😡 domenica invece parmigiana di melanzane e scaloppine ai funghi, tortellini in brodo per la Vittoria e pappone con brodo di carne e tacchino per Dany, ciambella guarnita con panna e l'avanzo della salsa di fragole.....e poi pare che vengono a pranzo per fare un piacere ai nonni!!!! 😊 come cambiano le prospettive ehhhh 😊 io a volte mi sento tanto Cenerentola 😊 ma non ditelo alle ragazze MAI !!!!

**Annuccia** Lunedì, 02 Maggio 2016 15:34

MONICA, a chi lo dici..... pensa che quando avevo i bambini piccoli, mal di testa quasi tutti i giorni e tanto da fare, come potrai capire.... anche io facevo parecchie cene senza pormi troppi problemi. Devo anche dire che le mie cene erano molto laboriose, apparecchiavo benissimo la tavola, insomma ricevevo facendo le cose con molta cura.

Ora non mi va di fare più molto e anzi mi mette pensiero anche preparare per la domenica .... ora che ci penso forse da quando sono andati via i ragazzi.

**Monica** Lunedì, 02 Maggio 2016 14:22

Sta pure arrivando il mdt, forse è per questo che sto un pò giù di morale 😞 ANNUCCIA io non capisco come mai fino a circa 10 anni fa, avevo spesso amici a cena, uscivo di più e riuscivo a fare tutto. Eppure gli impegni sono gli stessi di adesso. Però adesso se penso che ho ospiti a cena mi prende male, devo pulire tutta casa, fare la spesa, cucinare.... Poi inizio a pensare che in casa stiamo stretti. Ma la casa è sempre la stessa e perchè prima non mi facevo tutte queste paronie? Ma davvero sono così invecchiata??? 😞

**Annuccia** Lunedì, 02 Maggio 2016 14:00

MONICA, sono certa che le cose si ripristineranno con Valerio.... le arrabbiate si devono metabolizzare e nel vostro caso ci vorrà un pò più tempo visto che siete tutti così vicini. Comunque hai fatto molto bene ad essere uscita ieri ed esserti distratta.

**Annuccia** Lunedì, 02 Maggio 2016 13:59

MARIA, per quanto riguarda le amicizie , a me sono rimaste quelle poco impegnative, non ho energie anche per coltivare i rapporti e soprattutto mantenerli..... quindi amici della palestra, ogni tanto ci vediamo anche al di fuori.... qualche volta qualche compleanno, qualche evento ..... ma nulla di più.

Anche io a volte mi sento sola, ma poi penso a quanto potrei stare peggio nell'aver qualche impegno inderogabile .... e allora penso vada bene così.

**Maria9195** Lunedì, 02 Maggio 2016 13:35

Lara un fortissimo abbraccio 😊😊😊

**Monica** Lunedì, 02 Maggio 2016 12:57

In questi ultimi anni ho perso praticamente tutte le amicizie, un pò per colpa del tempo che non c'è mai, un pò per il mdt, visto che devo disdire all'ultimo tanti appuntamenti, un pò per il lavoro che occupa troppa parte della giornata. Un pò anche per colpa mia che magari potevo stare più dietro alle amiche, ma presa da altre cose più importanti, ho tralasciato. Fatto stà che mi sento veramente sola per la prima volta, io che non ho mai avuto problemi a stare in solitudine (il mio nome vuol dire "Solitaria" 😊 in questi giorni mi sento proprio isolata

**Monica** Lunedì, 02 Maggio 2016 12:53

La mia situazione è sempre tragica, non so nemmeno se si risolverà.

Io però sono tranquilla perchè so di non aver fatto o detto nulla di sbagliato. La potrò esprimere un'opinione, no??? Comunque al momento siamo separati in casa.....

ieri sono andata a trovare un'amica che ha fatto un piccolo intervento e poi è venuta anche una coppia di nostri amici. In compagnia si sta sempre bene e mi ha fatto benissimo stare con loro

**Monica** Lunedì, 02 Maggio 2016 12:50

FEFFE se abitavo più vicino venivo anche io ad ascoltare il concerto.

SIMONA che bella giornata hai trascorso 😊

**Monica** Lunedì, 02 Maggio 2016 12:48

Buongiorno a tutti. Mamma mia LARA, io avevo capito che avevi problemi con il motore della planetaria 😞😞😞 Fai bene a tenerti impegnata in questi giorni e soprattutto a ricordare chi hai affianco adesso 😊

**nico26** Lunedì, 02 Maggio 2016 12:02

E dal lavoro Buongiorno a tutti .Son qui dalle 8 e termino all 20.00 🙄 .non vi dico la riunione di cassa quanto era assurda e ipocrita.Meglio sorvolare.....

**Annuccia** Lunedì, 02 Maggio 2016 12:01

Lara ok, sai che ci sono

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 11:40

Simona, sarà la pappa di Mattia quando verrà a casa mia.

Tagliatelle al ragù con la carne che sceglie e macina Gabriele. 😊😊

Le tagliatelle fatte con le uova delle galline di Loredana. Serve meno farina per impastarle.

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 11:37

Annuccia, dal 29 aprile al 4 maggio sono giorni un po' pesanti. Ogni giorno mi ricorda una cosa.

Ma non ti preoccupare, a Gabriele quando avevo attacchi ripetuti di grappolo quando uscivo dal bagno con gli occhi stralunati per un attacco di emicrania, ma anche ora quando faccio fatica a raddrizzarmi perchè una gamba proprio non ne vuole sapere di mettersi in riga, lo guardo gli sorrido e gli dico che la mia è tutta scena.

Ecco cara, non ti preoccupare, sappi che sto sorridendo 😊 e ti dico che è tutta scena la mia 😊

Poi questa mattina si è alzato e mi ha detto cosa ha sognato, un libro ci dovrei fare. Questo però non vuole che lo dica.

(non dirglielo, te lo dirò quando vieni a casa. Sssst, mi raccomando che rimanga tra noi 😊)

Però questo è proprio bello

**Annuccia** Lunedì, 02 Maggio 2016 11:33

volevano essere due faccine sorridenti, si è spostato il cursore

**Annuccia** Lunedì, 02 Maggio 2016 11:32

FEFFE, che bello leggerti felice 😊😞

**Annuccia** Lunedì, 02 Maggio 2016 11:32

Buongiorno a tutti!

LARA, forse sono fuori, ma non ho capito molto i tuoi messaggi, a parte il libro e la sua divulgazione, sarà mia premura fare quello che posso, come sempre , anche se poco sono riuscita a fare in tutti questi anni . 😊

**Simona** Lunedì, 02 Maggio 2016 10:21

Va bene Lara... faresti stra felice anche Mattia con le tagliatelle al ragù. .. ieri se ne fatto due

porzioni e il ragù non era neanche dei migliori... fosse lì da te altro che doppia porzione... 😊😊

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 09:50

Intanto impasto, questo non fa mai male e Emma ringrazia, lei come primo preferito ha le tagliatelle al ragù 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 09:48

Simona, già mi aiutate come ti potrebbe sembrare impossibile.  
Le parole le so tutte e non ho tristezza dentro di me. Solo che il corpo ricorda e si muove al rallentatore.

E' strano da spiegare. Ma so che dopo il 4 maggio tutto tornerà a posto 😊

Non so se vi ho mai pesare come quest'anno questa cosa, ma so che passerà per certo il 4 sera. Lo so che va così. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 09:44

Mancano ancora un paio di giorni poi passerà tutto. Ci sono degli anni che vivo questo periodo con meno fatica, poi altri invece va così.  
Ma passerà

**Simona** Lunedì, 02 Maggio 2016 09:39

Lara... forse è assurdo ciò che ti sto x scrivere... comunque mi va di dirtelo e te lo dico... se tu avessi minimamente bisogno di un aiuto x far partire il motore e io potessi in qualche modo aiutarti ..ecco.... io ci sono..... delle volte da fuori si trovano parole che possono essere di conforto... un bacione a te....

Conta pure su di me x divulgazioni varie.... 😊😊

**paula1** Lunedì, 02 Maggio 2016 09:35

Buon giorno a tutti...qui diluvia da stanotte...giornata davvero pessima...e anche se sono di riposo non si può far molto da qui...mi pesa davvero tanto abitare in un posto molto bello indubbiamente, ma così fuori da qualche comodità...

stamattina poi la testa non andava proprio e ho dovuto prendere 2 buste di OKi per carburare....ho già stirato e ora metto un po' in ordine...

ieri mattina siamo andati in piazza..non c'era molta gente, ma almeno non pioveva...poi nel pomeriggio mi sono fatta 3 ore di sonno più o meno...

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 09:28

Faccio fatica a far girare di nuovo il motore, oggi ho preparato un bel po' di cose da impastare, spero mi aiuti un pochino.

Sto preparando il nostro libro in versione on-line, spero vi piaccia, ho messo le foto in questo. Verrà offerto in cambio di una piccola quota che andranno a sostenere le attività del sito e della Fondazione.

Speriamo abbia successo.

Conto su di voi per dare al libro la massima divulgazione. Della notizia intendo 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 02 Maggio 2016 09:23

Buongiorno a tutti.

Ho qui le bimbe, oggi entrano a scuola più tardi così le loro mamme me le hanno portate qui. Siccome piove le porto a scuola in auto anche se è a due passi.

**crilo** Lunedì, 02 Maggio 2016 09:17

Buongiorno a tutte.

Ha piovuto tutta la notte, ma ero reduce da una giornata meravigliosa trascorsa in campagna in

compagnia di amici e la pioggia mi ha conciliatore il sonno. 😊😊

Eravamo quaranta, sembrava una tavolata da matrimonio, quante risate!

😊😊😊😊😊

Tanto cibo buonissimo, alla fine è rimasta talmente tanta roba che ognuno ha dovuto portare via il pacchetto per casa! 😊😊

Si riprende al lavoro, con calma eh! 😊

**Simona** Lunedì, 02 Maggio 2016 08:34

Buongiorno adorato forum.. 😊

Non vi sto a dire che notte ho passato intanto ormai è la norma... cmq sempre avanti...

leri ho passato una bella giornata.. siamo andati con i parenti di Gabriele a mangiare in un agriturismo sulle alture di Genova con vista sul mare... una vista meravigliosa ... siamo arrivati che pioveva e andati via con il sole... (4 ore di pranzo) 😊😊 però io l ho presa proprio bene la giornata... c erano animali vari e mattia era super felice... con la cuginetta di 8 anni si è fatto delle grasse risate.. lei è un maschiaccio.. usciti di li siamo andati a fare un giro alla marina dell aeroporto che c era il mercato apposta x il primo maggio. .. ho 2 amiche che hanno il banco e siamo andati a salutare. .. per cena frutta x tutti e poi nanna.... una domenica alternativa via... ogni tanto ci vuole.. 😊

**cri69** Lunedì, 02 Maggio 2016 07:29

Buongiorno a tutti , Buon inizio settimana , qui piove.

**feffe81** Domenica, 01 Maggio 2016 23:58

Qui è andato tutto benissimo, sono felice come non mai!! Ma che bello, bello il concerto e avere belle persone proprio qui!! Ah ma ho già idee sui prossimi eventi 😊 le mie amiche sono speciali, sono davvero fortunata. Mi hanno aiutata e praticamente a parte i pavimenti ho la casa già a posto 😊 vado a letto ma sono talmente piena di gioia che non dormirò

**Maya** Domenica, 01 Maggio 2016 22:22

😊😊 si....divertite e il tempo a retto bene per noi niente pioggia ,in pullman un sacco di cori ,e non troppo stancate alle 20 arrivati ,ora cotta,ma Piera già molto juventina.. 😊 ,però oggi per il vicino Carpi un po' mi è dispiaciuto,però se il Bologna o Modena vanno bene sono contenta..

**Cris83** Domenica, 01 Maggio 2016 19:34

Ciao a tutti.

Saluto veloce .. Oggi giornata NO con i fiocchi! Mi sono alzata poco fa dopo un attaccone.. Fortunatamente ora va meglio, ma mi è rimasto quel fastidietto e voglia di non combinare nulla 😞

Un abbraccio ♥

**mamma\_lara** Domenica, 01 Maggio 2016 18:36

Ci sono 😊

**Annuccia** Domenica, 01 Maggio 2016 18:08

FEFFE, tienimi presente se cambi dimora, potrei venire a farti da dama di compagnia.

**Annuccia** Domenica, 01 Maggio 2016 18:07

MAYA, anche io spero che tu ti sia divertita ..... 😊

**Annuccia** Domenica, 01 Maggio 2016 18:06

Buona domenica a tutti!

oggi giornata balorda..... la domenica la dedico ai miei, stamani alle 7 facevo il ciambellone con l'uvetta e ho lessato gli asparagi che a papà piacciono tanto. Balorda perché se non li trovo in forma vado via da lì che sono un "pizzico"!!!! ora sono a casa e mi ci vuole un po' per riprendermi. Che volete fare, questa è una mia grossa debolezza, forse.

Papà ha parecchi acciacchi, il problema di oggi è un grosso "foruncolo" in un punto fastidioso nelle parti basse.... gran male .... ma non ho saputo proprio come aiutarlo. Domani vediamo di chiamare un medico, anche se martedì va al controllo del pacemaker in ospedale e forse qualcuno potrà dargli consiglio.

Scusate il mio messaggio.... ma almeno l'ho "buttato giù"!!!

**Piera** Domenica, 01 Maggio 2016 17:16

Maya tifi Juventus??? non ci posso credere 😊 un'emiliana ??? 😊 a meno che tu non abbia babbi mamme o nonni torinesi 😊 comunque spero che ti sia divertita oggi 😊 Monica mi dispiace per la lite con tuo suocero, spero che ti sia passato l'ingastrimento!!! certo che per quanto riguarda i rapporti condominiali sarebbe meglio che se la vedessero i due condomini fra loro 😊 io se mi bussano in orari in cui sono consentite le normali attività quali :aspirapolveri, lavatrice, spazzole ed ecc.ecc. col

cavolo che smetto , continuo come se nulla fosse, una volta a un'isterica gli ho stampato il regolamento della polizia municipale riguardo la quiete pubblica e glielo messo in buchetta, vala' che alle dieci del mattino l'aspirapolvere io la passo!!!! 😊

**nico26** Domenica, 01 Maggio 2016 15:06

Buona domenica a tutti/e con la casa piena di parenti dai 70 in su di anni 😊  
lara il tuo msg delle 8.15 quanto lo sento dentro ed il non digerire certe situazioni ora mi fa far ste cose.  
Resoconto del mese.....1 oki +1 plasil+2 buscopan.  
Simo ti voglio bene.

**cri69** Domenica, 01 Maggio 2016 10:53

Buongiorno, buona domenica.  
Alzata da poco ma questa volta ho recuperato....ci voleva 😊  
MAYA che bel programmino..speriamo il tempo tenga.  
FEFFE giornata oggi...ma che bello n 😊

**feffe81** Domenica, 01 Maggio 2016 10:21

PAULA bello il tuo racconto del matrimonio 😊 si vi dirò. La mia paura più grande è che si faccia troppo tardi 😊 Mi sa che faccio un discorsetto al pianista

**feffe81** Domenica, 01 Maggio 2016 10:18

Buongiorno a tutti! Qui testa delicatissima 😊 sto sistemando un po' la casa in modo che sia più vuota possibile.  
MAMMALARA ho un debole per come sono vestite, truccate e agghindate le donne indiane 😊 mi spiace che il tuo animo non sia sereno 😊  
MAYA buon viaggio!

**paula1** Domenica, 01 Maggio 2016 10:14

FEFFE anche io credo che la tua serata sarà indimenticabile...poi ci racconterai...  
ANNUCCIA...sì sì ero io quella dei dolori...tanto ero preoccupata feci quella visita reumatologica...e la rabbia è dovuto proprio al fatto che questi dolori insorgono a riposo...anche io spesso mi devo alzare... 😊 questa settimana si sono accentuati....a giugno ho il controllo...e vedrò di approfondire questa diagnosi (a mio avviso frettolosa) di fibromialgia.....

**paula1** Domenica, 01 Maggio 2016 09:56

Buon giorno a tutti...qui sole poco convinto....ieri è andata bene...gli sposi erano bellissimi, ma anche tutti gli altri...il tempo ha tenuto botta fino alle 18.30 poi è iniziato a piovere...la messa è durata poco più di un'ora (quindi veloce) e c'era un pretino giovane molto simpatico...è un motociclista e meccanico...e durante la messa ha chiesto clemenza al padre della sposa se lo vede sfrecciare....(è un vigile... 😊)... 😊 😊 anche la cena è andata bene anche se il posto non era dei più confortevoli...ma, come si dice, a caval donato.... 😊  
stasera partono per una settimana in Sardegna...sono davvero felici...il bouquet l'ha preso una amica della sposa...la fidanzata di mio fratello si è defilata (come me del resto... 😊 ) e ne sono felice per quest'anno non ci saranno altre nozze 😊 😊 😊

**mamma\_lara** Domenica, 01 Maggio 2016 09:42

Sto scrivendo la lettera che descriva il libro con le nostre storie. Ne ho fatto una versione on-line. Sono tre giorni che la scrivo e la cestino. tutto mi sembra così banale e inadeguato. Portate pazienza e se non vi piace siate clementi. Non ho l'animo sereno e faccio fatica a scrivere.

**mamma\_lara** Domenica, 01 Maggio 2016 09:19

Maya, anche un altro anno sei andata a vedere la Juve. Direi che è un bel viaggetto ma ne vale la pena. Sarà una bellissima festa.

**mamma\_lara** Domenica, 01 Maggio 2016 09:18

Buongiorno a tutti e buon primo maggio a tutti.

Feffe, sei una grande.

Troppo bello il concerto a casa tua. Un ricordo che non verrà mai sbiadito dal tempo, di questo ne sono certa. Passerà ai posteri 😊😊😊

Ti vedrei bene in India a fare la danza del ventre. 😄😄😄😄

**Simona** Domenica, 01 Maggio 2016 08:59

Buongiorno adorato forum 😊

**Maya** Domenica, 01 Maggio 2016 07:19

Oggi con Lory r un amico caro il concerto sarà allo stadio siamo per strada per Torino per il grande Stadium per Juve contro Carpi....ma la Juventus ba già i punti per essere campioni d'Italia 😄😄  
...quindi oggi festa allo stadio...

**Maya** Domenica, 01 Maggio 2016 07:09

Sto meglio vol lavoro. . Vecchi colleghi ma però mi danno una certa tranquillità.. 😊 ...

**Maya** Domenica, 01 Maggio 2016 07:05

Al lavoro procede abbastanza bene.... Pomeriggio fatica ma ho sempre terminato.....ma ho prima di coricarmi devo prendere qualcosina per calmare la tensiva.. 😞

**Maya** Domenica, 01 Maggio 2016 06:55

Ciao buona domenica.. 😊