

IL PICCIONE VIAGGIATORE

NUMERO 23

GENNAIO- FEBBRAIO 2025



(COPERTINA DAL LABORATORIO DI MUSICA)

L'ANGOLO DELLE POESIE

Oscillazioni di lacrime soavi pervadono il mio viso durante la notte
e come spine taglienti mi lacerano il volto
Sorridere non è più necessario,
il buio, il tetro mi scalfiscono l'anima come uno scultore in pena

La voglia di vivere viene sempre più a scemare
Tagli, disperazione, fanno parte di me come un cocktail perfetto di vita
Regna il dolore nel mio cuore frantumato, troppi traumi in così poco tempo
e sono ancora viva

Se solo fossi più coraggiosa o più vigliacca toglierei il disturbo in un battito
di ciglia

Mi mancano i sapori della vita che non mi posso più degustare per via della
mia malattia

L'odio profondo accresce sempre più in me
Chiedo troppo di voler volare via???

- - - -

Freddi pensieri vagano senza sosta nel buio della notte
mentre accompagna le mie giornate in un'apatia di emozioni indefinite
vai e vieni senza sosta tra le mille inquietudini umane,

persistente è la tua presenza non gradita

Paura, confusione e tremori sono linfa vitale di cui ti nutri.

Ti disseti di dolci e pungenti lacrime colorate di un tramonto definitivo
e come un diavolo cogli le debolezze in tuo favore,
rubando l'unico briciolo di equilibrio rimasto.

Sorgenti di sofferenza nascono al tuo arrivo,
privando di forze e di fiato ciò che resta
dell'insignificante individuo accasciato su un lato,
molteplici sono le vie con cui dimostri il tuo amore grezzo
e l'odio per esse cresce man mano che le ferite si fanno più forti.

Eppure, questa agonia è così familiare che senza di essa difficile sarebbe
vivere,

pazzia è dunque questa, desiderare di star male per sentirsi vivi.
sono contrastanti gli svariati colori delle persone,

convivere con essi unendoli in un unico dipinto è estremamente devastante.

si fanno sentire stanchezza e tristezza nel volto del pittore
e in tutto questo, rimane solamente una macchiolina nera in un infinito
bianco di tela.

(SAMANTHA)

I DUE LUPI

Ho fatto del mio meglio per essere
accettata, ma sempre sola
mi sono sentita mi devi credere
il tempo vola
sempre abbinare
il bene al positivo
e il male al negativo
ma due lupi
dentro abbiamo e non sappiamo
che vince quello che nutriamo
come uno specchio e i suoi frammenti rotti
come un puzzle da creare
e le nostre ferite da curare
nel nostro cuore
che ci si sente morire
non si è mai soli
se accompagnati dalla pazienza
la pazienza di trovare la persona giusta
che a te tiene
senza mentire
la solitudine poi svanisce
l'abitudine di farsi del male finisce

GIOVANNA

"L'AMICIZIA"

È preziosa l'amicizia
E a volersi bene si inizia
Ci si capisce
Se di ascoltare non si finisce
I consigli ci si danno
E le preoccupazioni se ne vanno

Un abbraccio sincero
E un piccolo pensiero
Materiale o realistico
Senza giudicare con occhio critico.

GIOVANNA

NEL BUIO

Nel buio ci annego
e sento
un brivido dentro
che non mi lascia tempo
non vorrei sentire
vorrei solo lenire
qualcosa da cui non posso sfuggire.

DILETTA

UN SOGNO DIETRO UN PALLONE

La palla è al centro, il gioco inizia,
Ogni passo che faccio, la mia mente si avvisa.
Il cuore batte forte, il respiro è pesante,
In campo sono un leone, ogni mossa è importante.
Fino al fischio finale, non mi fermo mai,
Ogni dribbling è un passo verso il mio play.
Il sogno è chiaro, la meta è vicina,
Il calcio è la mia vita, la mia strada, la mia cima.
Calcio, passione che corre nelle vene,
Ogni partita è un sogno che non frena.
Dai campetti alla luce dei riflettori,
Siamo guerrieri, campioni, senza timori.
Sotto il cielo azzurro, la palla è mia,
Ogni colpo che do è la mia poesia.
Non c'è paura, solo adrenalina,
Con ogni gol faccio la mia routine divina.
Le squadre si sfidano, ma io gioco per vincere,
Ogni passaggio è una mossa per scrivere.
Non mi arrendo mai, la lotta è il mio stile,
Ogni dribbling, ogni tiro, è un colpo che brilla.
Calcio, passione che corre nelle vene,
Ogni partita è un sogno che non frena.

Dai campetti alla luce dei riflettori,
Siamo guerrieri, campioni, senza timori.
Siamo una squadra, ogni gioco è unità,
Ogni vittoria è un coro che esplode in città.
La maglia che porto è il simbolo della forza,
Ogni passo sul campo è una vittoria che ci accompagna.

Dalla prima palla al fischio finale,
Il calcio è la mia vita, il mio ideale.
Ogni sogno che ho è il mio traguardo,
In campo siamo pronti, il nostro spirito è alto.

LAURA

NOI GIOVANI

Cammino da solo, il cuore è vuoto,
La mente è in fuga, ma mi sento rotto.
Le strade sono grigie, non c'è più luce,
Ogni passo che faccio mi allontana da me stesso.
Le lacrime scivolano come pioggia sulla pelle,
Ogni sorriso che vedo sembra una bugia, una favola che non mi appartiene.
Mi chiedo se c'è una via d'uscita da questo buio,
Ogni pensiero che ho mi spinge sempre più giù.
Dentro di me c'è solo tristezza,
Un vuoto che non riesco a colmare.

Ogni sogno che avevo è diventato nebbia,
Ma continuo a cercare, anche se mi fa male.
Ogni giorno è una lotta con il mio riflesso,
Il mondo va avanti, ma io mi sento perso.
Le parole non arrivano, le voci sono lontane,
Rimango in silenzio, con mille domande.
I ricordi mi tormentano, la mente è un labirinto,
Ogni angolo che giro mi fa tornare a quel punto.
Ma il dolore è parte di me, non lo posso negare,
Anche se mi spezzi, continuo a camminare.
Dentro di me c'è solo tristezza,
Un vuoto che non riesco a colmare.
Ogni sogno che avevo è diventato nebbia,
Ma continuo a cercare, anche se mi fa male.
Forse un giorno troverò la pace,
Un raggio di luce che mi faccia vedere chi sono.
Forse la tristezza è solo un cammino,
Che porta alla forza, a rinascere da ogni crimine.
Non è facile, ma devo provarci,
Anche se la strada è lunga, non posso arrendermi.
La tristezza mi pesa, ma non sarà tutto,
Perché dentro di me c'è ancora un sogno che vuole volare alto.

LAURA

IL PRESENTE

Il presente per me è il momento più importante della vita,
il presente per me è il miglior momento per godersi il momento della propria
vita,

darsi del tempo per sé stessi
quando si ha la necessità è di fondamentale importanza,
è radicale, è vitale!

Le scelte fatte nel presente determina il proprio futuro,
il proprio destino, se lo vogliamo dirlo.

Infine, il presente è un dono,
per questo si chiama presente!

JUSTIN

L'EFFETTO CANNOCCHIALE

La mattina del 19 gennaio mi sono preparata per uscire con i miei genitori. Una volta arrivati siamo andati a prendere qualcosa al bar. In seguito, siamo andati a messa, alla chiesa di San Michele in Bosco. C'era questo corridoio, ci siamo diretti verso nord. Si vedeva la torre degli asinelli, che da vicino sembrava piccola e lontana, ma allontanandosi si vedeva vicina e molto più grande. Nel corridoio c'era anche la meridiana, che è un buco nel soffitto dove filtra la luce, per terra, in cui ci sono dei numeri romani, dove segna l'ora del giorno. Inoltre, c'erano dei nomi di chiese, per vedere dove arrivano. In fine, dopo la messa, abbiamo pranzato in un ristorante. È stata una giornata fantastica, ho imparato una cosa nuova.

GIOVANNA



INSTAGRAM

Mi annoio, non so che fare mi sento sola prendo in mano il telefono per la decima giornata oggi solo così mi fa passare un po' di tempo, apro il mio iPhone subito nella mia home page appare una ragazza così bella così perfetta felice in un posto bellissimo ma io perché mi trovo così qui buttata sul mio letto struccata senza forze tutto sembra così strano e lontano da me non capisco dove sbaglio perché non sono come loro? Cosa mi manca? Cosa sbaglio? Mille domande mi piombano in testa mi sento sola e inadeguata davanti ad un mondo dove tutto sembra stupendo senza errori e solo sorrisi perché loro sono così felici ed io quasi quasi non riesco ad alzarmi dal letto vorrei essere loro... ma aspettate un attimo forse non sono io la sbagliata ma loro che sputano una realtà inesistente forse tutti noi ci sentiamo così inadeguati semplicemente mettiamo la maschera della perfezione è proprio questa la rovina della nostra società il cercate sempre la perfezione una falsa felicità un aspetto fisico modificato migliorato attraverso delle applicazioni che costantemente ti tolgono il cibo dalla bocca costringendoti a prendere integratori dimagranti cadendo molto spesso in disturbi alimentari tutti questo perché i difetti non vengono accettati che stanno mondo in cui viviamo a volte un po' triste... e finto, ma dobbiamo essere forti ed accettare ciò che siamo e razionalmente sapere quando una cosa va oltre alla realtà.

DILETTA

L'ANGOLO DI JUSTIN

IL BUONO DI JUSTIN

Ciao, io mi chiamo Justin, attualmente sto facendo volontariato, sono una persona buona e positiva, sto facendo una buona vita, sono vegetariano, quindi non mangio più la carne, la motivazione della mia scelta che mi ha portato a non mangiarla più e perché ho sentito e ho visto che soffrono molto gli animali nell'essere uccisi per cibarsi, per me ci sono tanti altri cibi che ci potrebbero piacere, magari anche di più della carne, comunque adesso sono diventato vegetariano e mi sto trovando bene, non potrò più mangiare certi cibi con la carne, ma ho delle valide alternative che mi piacciono, ad esempio la pizza ai 4 formaggi, il risotto ai funghi, la frutta fresca e la frutta secca, i legumi e i formaggi,

piano piano mi sto impegnando a mettere sui muscoli, perché mi piacerebbe avere un buon fisico e magari anche più bello da vedere! E penso che mi sentirei più sicuro con me stesso e in armonia con la natura, sono una persona molto alta, però sono abbastanza sicuro di me stessa!

mi sto impegnando costantemente e sto andando bene io, la vita è facile se una persona è veritiera con sé stessa e anche con gli altri e soprattutto fa anche del bene, da entrambe le parti, purtroppo ho avuto anch'io alti e bassi nella mia vita, ma io sono molto più forte, ovviamente! Io non le conto le cose brutte che mi sono successe fino ad ora, ho perso il conto, beh! per me significa che non erano state nulla a confronto con le cose belle che io vivo nella vita!

a me piace dire le cose come stanno, senza complicare niente, alla fine il tempo rivela tutto e magari con il tempo cambiano man mano sempre di più, fino a portare dei miglioramenti... Significativi!

Amo molto le cose buffe e particolari, come una piccola casa in una campagna oppure un posto dove abitare in un'isola oppure degli alimenti come lychee, kiwi (anche l'animale, quella specie di uccello dal becco lungo e sottile, fine), il latte di capra, il tomino, insomma tutte le cose più particolari, almeno se sono l'unico, per me.

LA CENA DI NATAL A CASA MANTOVANI CON IL GAP E IL CARDINALE E ARCIVESCOVO ZUPPI

Giovedì 19 dicembre è stato il giorno del pranzo di natale insieme al gap e al cardinale Zuppi. Abbiamo mangiato insieme a tavola e abbiamo un po' chiacchierato, io nel mentre ero a tavola con delle persone importanti e abbiamo avuto l'occasione di parlarci insieme a queste persone. Poi c'è stato il momento che era arrivato l'arcivescovo Zuppi a tavola con noi, ho potuto avere l'occasione di poterlo vedere dal vivo e dare la mano, poi in seguito avevamo visto i video a tema natalizio delle persone del gap e anche quelle di casa mantovani, poi dopo avevamo mangiato il dolce, una crema e un pezzo di torta al cioccolato molto buona.

Io in primis sono stato molto bene, è stato uno degli eventi e delle occasioni dove sono stato molto, ma molto bene, poi incontrare le persone molto brave e competenti altrettante ed anche Zuppi.

allora l'unica cosa che ci tenevo a dire, che il pranzo e il dolce era stato tutto molto buono, ma diciamo che l'unica pecca, era che le porzioni non erano tanto abbondanti, ma comunque di qualità.

Mi piacerebbe vivere di nuovo questi momenti e di non perdere delle occasioni importanti e irripetibili.

LA MIA VITA A CASA MANTOVANI

La mia vita qui a Casa Mantovani è abbastanza bella, ho passato tanti bei periodi, si mangia bene, si fanno delle belle esperienze qui in comunità, di attività.

La comunità di Casa Mantovani è uno dei pochi luoghi dove sono stato davvero bene, io ormai sto da più di 1 anno e ho passato sia dei bei periodi e sia non bei periodi.

Ormai Casa Mantovani ci sono affezionato, è praticamente casa mia, veramente.

Io attualmente sto facendo il secondo anno qui a Casa Mantovani, il che è una buona cosa!

Vorrei dire un'ultima cosa... Casa Mantovani è fantastica!

JUSTIN

IL VALORE DELL'ACQUA

L'acqua dolce presente in misura inferiore rispetto la salata necessita di determinate condizioni di salubrità per l'uomo (al quale non è possibile dissetarsi con l'acqua marina, che lo può portare a problemi cellulari e renali).

Nella fattispecie l'acqua dolce deve contenere il meno possibile sostanze plastiche e derivazioni oltre la presenza di certi batteri che possono renderla non potabile.

Il problema dei materiali plastici e derivati è tale anche per la vita marina.

Fortunatamente l'acqua dolce è ancora sufficiente presente e sentivo che per l'essere umano e sanifico berla "in fretta" (inteso come non metterla prima in frigo per il o i giorni/l dopo) per evitare la proliferazione di batteri.

ROBERTO

È da poco uscito un post che fa vedere le condizioni delle tubature dell'acqua, (che riguarda la doccia, i sanitari e il rubinetto del lavandino) che sono in pessime condizioni, piene di sedimenti metallici e pesticidi alimentari derivanti dalle falde acquifere che inquinano l'acqua; quindi, al giorno d'oggi non è consigliato bere "acqua potabile" che entra nelle nostre case; si stima che ogni anno 842000 persone muoiano a causa di diarrea legata all'acqua contaminata.

LORENZO

In alcuni paesi del mondo purtroppo vige una grandissima povertà e una disuguaglianza tra paesi dove a volte è quasi impossibile mangiare bene o curarsi sia a livello sanitario che la cura del sé è difficile trovarsi i soldi m

Mentre se pensiamo alle città più ricche troveremo esattamente il contrario anzi città fin troppo costose con un tenore di vita fin troppo.

Ma come combattere tutto questo? Ancora la risposta certa non ce l'ho ma basta un piccolo accorgimento come non buttare il cibo fare attenzione a non sprecare acqua.

DILETTA

IL TEMA DEL GIORNALINO: IL "NO"

Con i NO si possono aprire tante porte ripensando a momenti da piccola non mi è mai stato facile esprimere un mio parere a qualcuno mi sentivo in imbarazzo avevo paura di offendere o deludere qualcuno cercavo di dire sempre di sì a tutti anche quando proprio qualcosa non mi andava giù... il no mi è sempre risuonato tante volte in testa mi sentivo pesante, una parola così grande ti mettermi quasi in difficoltà Ma con il tempo sono cresciuta e sto ancora capendo che il NO alla fine non è quella brutta bestia di cui avevo una gran paura in realtà mi aiutava ad esprimere una mia idea o qualsiasi cosa di più piccolo anche se espormi è tanto difficile molte volte il no mi ha aiutato nelle situazioni a prendere anche una posizione nelle scelte che riguardavano la mia vita.

DILETTA

Conosco il no fin da quando mio padre mi raccontava il tipo di lavoro che faceva ovvero quello di passare porta a porta e domandare se avessero degli immobili da vendere/ affittare.

Anche il secondo lavoro. dei miei questa volta, li ha portati ad avere parecchi rifiuti (dei no in faccia) che a lungo andare possono disinibire ma comunque ho visto molta voglia lo stesso di affrontare le stesse situazioni e lo vedo tuttora.

LORENZO

"IL NO"

C'è un'onda che si alza, mi sfiora il cuore,
è un battito che non riesce a farsi sentire.
Ogni passo che faccio sembra un'ombra nel vento,
ma dentro di me c'è un pensiero che non vuole più
tacere.

Ogni "sì" che ho detto mi ha messo in catene,
ma il "no" che ho trovato è la mia libertà.
Una voce che nasce, come un fuoco che brucia,
e adesso non mi fermerà.

Il "no" è un grido che rompe il silenzio,
è la forza di chi sceglie di volare.
Il "no" è il coraggio di dire basta,
è la mia verità che non posso più nascondere.
Il "no" è la luce che spezza il buio,
è la strada che mi porta a casa,
il "no" è il mio cuore che finalmente parla.

Mi hanno detto di essere forte, di non fermarmi mai,
ma a volte bisogna fermarsi per capire dove andare.

Ho trovato un angolo di pace in un passo indietro,
e in quel "no" ho trovato un posto che solo mio.
Ogni "si" che ho detto mi ha messo in catene,
ma il "no" che ho trovato è la mia libertà.
Una voce che nasce, come un fuoco che brucia,
e adesso non mi fermerà.

Il "no" è un grido che rompe il silenzio,
è la forza di chi sceglie di volare.
Il "no" è il coraggio di dire basta,
è la mia verità che non posso più nascondere.
Il "no" è la luce che spezza il buio,
è la strada che mi porta a casa,
il "no" è il mio cuore che finalmente parla.

E se il mondo vuole farmi piegare,
io dirò "no", non mi farò mai cambiare.
La mia voce è un riflesso di chi sono,
e il "no" è il mio scudo, il mio solo dono.

Il "no" è un grido che rompe il silenzio,
è la forza di chi sceglie di volare.
Il "no" è il coraggio di dire basta,
è la mia verità che non posso più nascondere.

Il "no" è la luce che spezza il buio,
è la strada che mi porta a casa,
il "no" è il mio cuore che finalmente parla.

Il "no", il "no", il mio cuore che finalmente parla...

LAURA

CONTRIBUTO LABORATORIO TEATRO



Prima di Natale abbiamo messo in scena una storia inventata da noi, frutto delle improvvisazioni teatrali del laboratorio di teatro. Siamo partiti leggendo la favola di Rudolph e le renne di Babbo Natale e aggiunto delle parti tra Babbo Natale e la regina delle Nevi. Alcuni ospiti hanno partecipato nella prima parte, contribuendo alla costruzione del copione, mentre altri si sono inseriti dopo.

Mery: "mi sono divertita ad interpretare il personaggio della regina delle nevi, che ho inventato per questa storia, perché sono la queen anche a CM. Mi è piaciuto sentirmi la protagonista e parlare più di tutti";

Samy: "è stato molto divertente il fatto di mettermi in gioco, recitando una parte anche se piccola, ha significato molto perché sono molto timida in questo ambito e la velocità e il poco tempo che avevo per imparare le cose è stata per me una sfida che credo di aver superato";

Roberto: "è stato leggero perché breve. Ha lasciato pochi pensieri";

Giovanna: "è stato imbarazzante dover ballare, ma poi ci ho preso la mano. Ho dovuto cambiare parte quasi all'ultimo e avevo molte più battute. Il ballo è stato carino e ogni volta ce ne è uno nuovo. È bello che varia. I copioni sono fatti da noi, quindi, è più bello".

CONTRIBUTO LABORATORIO MUSICA



Nel laboratorio di musica dello scorso quadrimestre abbiamo trattato il tema dei generi musicali. Ogni ospite ha scelto un genere musicale e lo ha approfondito, ricercando significato, artisti e canzoni.

Diletta: "io ho scelto il genere INDIE, che sarebbe la musica indipendente e non rappresenta nessuna casa discografica. Mi piace perché mi ritrovo nei testi e nei contenuti, sia italiani che stranieri. Il mio cantante preferito è Gazzelle".

Lorenzo: "ho scelto il genere ROCK perché è un genere che non ascolto spesso e volevo approfondirlo. Rock nasce dalla fusione di diversi generi musicali, in particolare il rhythm and blues e il country, con influenze anche del jazz e del blues. La canzone che mi è piaciuta di più è Thunderstuck degli AC/DC".

Roberto: "ho scelto il genere PUNK ROCK, è una corrente musicale e di abbigliamento degli anni 80, anche se nel 1970 era più tranquillo. L'ho scelto perché mi piacciono i cantanti e la musica, in particolare il gruppo 04 Limited Sazabys".

Giovanna: "ho scelto la musica pop per le parole e per il ritmo della musica. Le mie cantanti preferite sono Dua Lipa e Taylor Swift.".

LA GUERRA

Fumo nelle strade, cielo grigio come il fango,
Sogni di pace, ma la guerra non sta aspettando.
Soldi sulla pelle, ma la vita non ha prezzo,
Si muore per un confine, per un segno, per un gesto.
Nessuno è davvero pronto, ma tutti ci siamo dentro,
Vite distrutte, ma nessuno sente il vento.
Ci hanno insegnato a combattere, a vincere col sangue,
Ma cosa c'è dopo? Chi raccoglie le macerie, chi risponde?

La guerra non è un gioco, ma un inferno su questa terra,
Tra bombe e polvere, chi ci pensa alla guerra?
Tutti pensano a vincere, ma chi ha già perso dentro?
Guerra su guerra, non finisce mai, non c'è mai fine,
non c'è mai tempo.

Le facce cambiano, ma il sistema resta uguale,
I padroni ridono, noi affondiamo nel sale.
Bambini con le armi, sogni nei rifugi,
Tutti pronti a uccidere, ma nessuno salva nessuno,
Sopravvivenza non è vita, è solo resistenza,
Chiediamo scusa ai morti, ma non c'è mai una penitenza
Dove va il mondo se il sangue è il nostro linguaggio?

Non è questione di bandiere ma di chi ha il coraggio.

La guerra non è un gioco, ma un inferno su questa terra,

Tra bombe e polvere, chi ci pensa alla guerra?

Tutti pensano a vincere, ma chi ha già perso dentro?

Guerra su guerra, non finisce mai, non c'è mai fine, non c'è mai tempo.

Fermiamo questo treno, non c'è più strada,

Ogni bomba è grido, ogni morte è una lacerata

Siamo stanchi di correre, ma chi ascolta il nostro passo?

Vogliamo solo vivere, ma il mondo è tutto in frantumi.

Le nostre mani urlano pace, ma nessuno sente il frastuono.

La guerra non è un gioco, ma un inferno su questa terra,

Tra bombe e polvere, chi ci pensa alla guerra?

Tutti pensano a vincere, ma chi ha già perso dentro?

Guerra su guerra, non finisce mai, non c'è mai fine, non c'è mai tempo.

LAURA

SPETTACOLO DRUSILLA FOER: "VENERE NEMICA"



Venerdì 10 gennaio sono andata a vedere Drusilla Foer a teatro con Maila.

Drusilla è un'artista teatrale che ha fatto anche apparizioni televisive,

Drusilla è un personaggio pensato per essere comico ma che fa anche riflettere.

Ammiro Drusilla per la sua intelligenza, perché è acculturata e perché ha a cuore le tematiche sociali.

Nello spettacolo Drusilla interpreta la dea Venere che stanca di vivere in fondo al mare si trasferisce sulla terra ferma per vivere con gli esseri umani.

Racconta il suo rapporto con gli altri dèi e di come lei percepisce gli esseri umani.

Tutti i personaggi con cui interagisce non sono interpretati da attori ma bisognava immaginarli a parte la sua cameriera.

Essendo una dea si percepiva superiore alla sua cameriera e agli esseri umani che criticava per varie ragioni, tra cui il fatto che gli umani hanno smesso di credere agli dèi e secondo Venere una cosa che non sopporta un dio è non essere creduto.

Ero molto emozionata di vederla esibirsi ed è stata la prima volta che la vedevo dal vivo.

Alla fine dello spettacolo, tramite l'aiuto di un vigile del fuoco sono riuscita ad avere il suo autografo. Spero di rivederla presto dal vivo e poterci parlare.

CAROLINA

TREKKIG COMUNITARIO: PORRETTA TERME "LE VIE SOPRA I BAGNI"



Cari lettori,

In questa giornata era in programma di andare a visitare Porretta Terme. La mattina ci siamo svegliati presto e fatto colazione. Inseguito abbiamo aspettato che ci fossimo tutti. Dopo di che abbiamo riposto le valigie in macchina, preparate la sera prima. Siamo partiti, il viaggio è durato circa un'ora e dieci. Durante il viaggio dell'andata avevo un po' di mal d'auto, quindi sono andata avanti. Mi sono addormentata sentendomi meglio. Una volta scesi c'era la nostra guida lì ad aspettarci. Ci ha raccontato che il primo insediamento di case, c'è stato nel 1200. Poi abbiamo visitato la stazione. Porretta, infatti, è conosciuta per la stazione, il fiume e le terme.

Durante la pausa, lungo il percorso, l'guida ci spiegava che lui non usciva di casa con in testa di fare il trekking. Ma di visitare posti nuovi. Per me questa è una cosa bella. Poi ho imparato anche che la buccia di banana si può anche buttare in natura. Perché è organico ed è concime per la terra. Ma il problema è che se un animale la mangia può stare male. Abbiamo mangiato i nostri panini del pranzo al sacco, preparati dalla comunità. Siamo tornati alle macchine. E dopo una sosta al bar siamo ripartiti verso casa. Io in macchina al ritorno non sono stata male, perché mi sono addormentata quasi subito. La giornata secondo me è andata bene, nonostante il freddo. Ma infine mi sono divertita, ero anche in buona compagnia. Una esperienza secondo me da rifare. Perché ti lascia felicità e serenità.

GIOVANNA



ATTIVITÀ DEL MANEGGIO



Da quando sono arrivata ho partecipato a due uscite a maneggio di Pianoro
"El paso"

Di solito quando arriviamo ci accoglie Giuliano, un appassionato di cavalli che ci spiega un po' di regole fondamentali per stare vicino al cavallo non stargli dietro, senza farsi vedere rispettare i suoi spazi, insomma, un po' di

cosine poi iniziamo a turno a spazzolarlo e strigliarlo puliamo gli zoccoli e ci facciamo dare una mano per sellarlo.

A turno iniziamo a montarlo a corda con Giuliano facciamo un piccolo giro intorno al maneggio cercando di rilassarci

Una volta scesi, a volte, ci prendiamo cura dei pony spazzolandoli e strigliandoli in attesa che tutti abbiano fatto il giro a cavallo.

DILETTA

RINGRAZIARE DESIDERO

dal "Social Skills Training" del 03/02/2025

Ringraziare desidero,

La mia famiglia, che mi insegna cos'è l'amore,

i miei amici, che mi insegnano cos'è l'amicizia,

i miei compagni e il prof del corso, che mi insegnano la
collaborazione e la puntualità.

Io ringraziare desidero

I cuochi, che cucinano per tutti delle cose molto buone

Io ringraziare desidero

Gli operatori, che mi insegnano il rispetto.

Ringraziare desidero

Me stesso, per la perseveranza e la costanza che dedico
ogni giorno a quello che faccio.

Io ringraziare desidero

La mia famiglia, per essermi stata vicina in questo periodo difficile.

Io ringraziare desidero

I miei amici, che mi regalano momenti felici con loro.

Io ringraziare desidero

Chi mi ha difeso

Mia madre, per avermi messo al mondo,

Io ringraziare desidero

Dio... per il creato.

Io ringraziare desidero

Me stessa, che ce la sta mettendo tutta per stare meglio;

Io ringraziare desidero

Casa Mantovani e tutti coloro che ci lavorano,
per la cura che ci mettono in tutto ciò che fanno.

Io ringraziare desidero

La mia mamma, per avermi dato il dono della vita;
mio fratello, per non avermi mai lasciata sola.

Io ringraziare desidero

Le persone che ho conosciuto negli anni, perché, nel bene e nel male
hanno contribuito a creare la persona che sono oggi.

Io ringraziare desidero

di esistere, di ricevere la gratitudine e, a volte, la grazia del Signore

Io ringraziare desidero

di esistere, ovvero di potermi muovere

liberamente nel mondo che ci è stato donato,
di poter correre e cadere,

imparare a sbagliare...

Io ringraziare desidero

Di ricevere la gratitudine avendo prima capito

il significato intrinseco

di cosa ci sta dietro, in funzione della vita.

Io ringraziare desidero

La grazia del Signore, mi sono sentito proprio graziato,
che credo che voglia dire fortunato, nel sentire una mano esterna
che mi guida sulla via giusta.

Ringraziare desidero

la capacità delle persone

di risollevarsi dopo la tempesta

avendo compreso che la vita può togliere tanto
ma poi sa anche trovare il modo di restituire.

Da questo punto del mondo,
Io ringraziare desidero
Il mare, il suo suono e la sua capacità
di calmare e colmare l'abisso che abita
ciascuno di noi in quanto umani e fragili.