

Anno I Numero 1
Ottobre - Novembre
2009

Libera... Mento

Rivista Culturale Giuridica Scientifica

Aspettando
Miccoli & C.

Lavoro per il
reinserimento

Le carceri siciliane e
le loro problematiche

Liedere

Paolucci



Vogliamo comunicarvi la nostra più sincera riconoscenza.

Se abbiamo suscitato in voi lettori curiosità, interesse o divertimento, il nostro scopo è stato assolto. In questo caso non possiamo che augurarci di riconoscere e comprendere i nostri errori, e migliorarci nella prossima uscita.

A tal proposito invitiamo gli interessati a partecipare, inviando articoli, poesie, note o critiche, alla nostra redazione, nella speranza di dar vita ad una proficua cooperazione.

Gli allievi dei Corsi

Arrivederci...
al prossimo
numero!!!



Anagramma del
Processo Penale
Cucuzze

L'attinenza alla parole	5 Ortaggi	11 Gomma	17 Paga
1 Fuga	6 Liquori	12 Vini	18 Desiderio
2 Acqua	7 Alunni	13 Tribunale	19 Pescatore
3 Matrimonio	8 vista	14 Legno	20 Esca
4 Carne	9 Trasmissioni	15 Cubicolo	
	10 Metalli	16 Carcinoma	

Libera...Mente

Rivista Culturale Giuridica Scientifica

L'Editore

Anno 1, Numero 1
Ottobre-Novembre 2009

Prezzo: 3 Sorrisi
Euro: Three smiles

EDITORE

Casa Circondariale
"Pagliarelli" Palermo

DIRETTORE

Laura Brancato

REDAZIONE

Docenti:

Maria Marino, Luigi Manzella,
Giovanni Sunzeri, Valentina Vitrano.

Corsisti:

Salvatore Abbruzzo, Ivan Caracappa,
Vincenzo Giordano, Giuseppe Luisi,
Juan Antonio Liduena, Eugenio Scordi,
Basnik Alij, Pietro Burgio, Siino Franco
Abdolrez Sabery, Abdelkarim Sadici,
Francesco Madonia, Gianluca Monaco,
Gioacchino Musico, Michele Cannariato,
Salvatore Musumeci.

GRAFICA

Gianluca Monaco

STAMPA

Salvatore Conte

RILEGATORIA

Gaetano Pisciotta

Tipografia Casa Circondariale "Pagliarelli" Palermo

Sommario

Informazioni Giuridiche	4	Curiosando	16
Notizie dall'interno	6	L'angolo della poesia	18
Pensieri Liberi	9	Pagliarelli in cucina	19
Aspettando Miccoli & C.	10	Tempo Libero	20
Lo sapevate che...	11	Risate in Libertà	21
L'angolo della lettura	12	Scacciapen- sieri	22
Viaggio nella Scienza	14	L'oroscopo di Eu...genio	23

CASA CIRCONDARIALE
"PAGLIARELLI" PALERMO

Libera...Mente

Rivista Culturale Giuridica Scientifica

IAL CISL SICILIA

Lettera al Direttore

Carissima Dott.ssa Laura Brancato

A nome di tutti i ragazzi dei Corsi di *Addetto alla Biblioteca e Tipografia*, volevamo ringraziarLa per averci dato modo di intraprendere un progetto così interessante, com'è sicuramente la realizzazione di questo giornale.

Tutto questo per noi è diventato un punto di riferimento dell'attività didattica, ed anche una valvola di sfogo che ci permette di mettere in pratica tutte le nostre capacità, sia espressive che intellettive.

Soprattutto, il fine di questo progetto è quello di affrontare temi importanti come la giustizia, con particolare riferimento al mondo carcerario. Cercheremo di parlare di tutto questo senza infingimenti e senza alcuna censura.

Non abbiamo avuto modo di conoscerLa personalmente, ma abbiamo potuto ascoltarLa in varie occasioni, durante, ad esempio, incontri che si tengono di tanto in tanto nel teatro di questo carcere. Ci siamo accorti che Lei è una persona aperta al dialogo, ad iniziative che vedono come loro fine il reinserimento dei detenuti nella società civile. A tal proposito, vorremmo citare l'occasione che viene data a molti di noi di potere contribuire alla realizzazione di progetti lavorativi con l'Amia, o con quelli che riguardano la soluzione al problema del "Punteruolo Rosso".

Pensiamo di potere dire che Lei è una delle poche direttrici che, nella

	<input type="checkbox"/>
Mitt:	Destinatario
<i>Gli Allievi dei Corsi</i>	<i>Al Direttore</i>
	<i>della C.C. "Pagliarelli"</i>
Raccomandata R.R.	<i>Palermo</i>

nostra amata regione, ha a cuore questo genere di iniziative. Abbiamo	
appreso dai nostri docenti, insieme alla Dott.ssa Marino, che Lei, avendo	
avuto modo di vedere alcune pagine di questo giornale, ne ha ricavato	
un'ottima impressione.	
Il nostro desiderio è che questa iniziativa si protragga nel tempo,	
coinvolgendo un sempre maggior numero di persone, che possano	
apportare nuove idee, nuove iniziative, capaci di rendere il giornale	
sempre più completo ed informato.	
Questo è sicuramente un modo nuovo di vivere il carcere, da occhi e	
prospettive completamente diverse, ma che hanno un'unico obiettivo:	
quello di valorizzare e promuovere progetti come questo, con lo scopo di	
rendere effettivo un reinserimento sociale e culturale di noi detenuti.	
La aspettiamo nei nostri Corsi per potere saggiare di persona il nostro	
impegno e il nostro interesse per questo giornale.	
Sarà anche un modo per illustrarLe direttamente i nostri articoli ed il senso	
delle nostre riflessioni.	
Ci auguriamo che questo nostro auspicio possa essere trasformato in	
realtà.	
	La Ringraziamo Vivamente
	Gli allievi dei Corsi



a cura di:
Vincenzo Giordano
Giuseppe Luisi

Guida alle

Come vi avevamo detto nel nostro primo numero, è nostra ferma intenzione guidarvi alla conoscenza delle misure alternative, con un linguaggio semplice e accessibile a tutti.

Eccoci qua a fare del nostro meglio. Affinchè tutto ciò fosse possibile, nello scorso numero, abbiamo inserito uno specchio di tutte le misure alternative vigenti nel nostro sistema.

La detenzione, ad esempio, a causa

della complessità delle sue norme, provoca problemi tra i detenuti, con particolare riferimento agli stranieri, che non avendo nella maggior parte dei casi familiarità con la lingua del nostro paese hanno problemi a dotarsi di tutti quegli strumenti cognitivi che ne faciliterebbero l'accessibilità.

Non dimenticando il fatto che molti di loro non hanno la possibilità economica di avere un legale che li possa difendere.

Nella redazione di questa rivista abbiamo, dunque, inserito una guida facile, attraverso

schemini, con la funzione di facilitare il compito di chi vuole, ad esempio, accedere alle misure alternative. Questa settimana parleremo di semilibertà e affidamento in prova ai servizi sociali.

Ci auguriamo che questo supporto possa essere d'aiuto per tutti coloro i quali quotidianamente riscontrano problemi nella presentazione di domande o nella conoscenza di norme che attengono al sistema carcerario.

AL TRIBUNALE DI SORVEGLIANZA

DI.....

Oggetto: *richiesta di affidamento in prova al servizio sociale ai sensi dell'art. 47
L. 354/75 e successive modifiche.*

Il sottoscritto

nato il..... a

attualmente ristretto in espiazione pena presso la Casa Circondariale/Reclusione

di.....

ed in atti meglio generalizzato;

CHIEDE

la concessione del beneficio dell'affidamento in prova al servizio Sociale e a sostegno della domanda adduce i seguenti motivi:

.....
.....
.....
.....

....., il.....

Con Osservanza

misure alternative

AL TRIBUNALE DI SORVEGLIANZA

DI.....

Oggetto: *Richiesta del beneficio della semilibertà ai sensi degli artt. 48 e 50
L.354/75 e successive modifiche.*

Il sottoscritto
nato il a
con residenza a in via

attualmente ristretto in espiazione c/o questa Casa Circondariale/Reclusione ed in atti meglio generalizzato;

CHIEDE

Alla S. V. la concessione del beneficio indicato in oggetto, adducendo a sostegno dell'istanza i seguenti motivi:

.....
.....
.....
.....

Nomino quale difensore di fiducia l'avvocato

del foro di

Rimettersi alla nomina dell'Avv. d'ufficio

....., il

Con Osservanza

Lavoro per il reinserimento dei detenuti



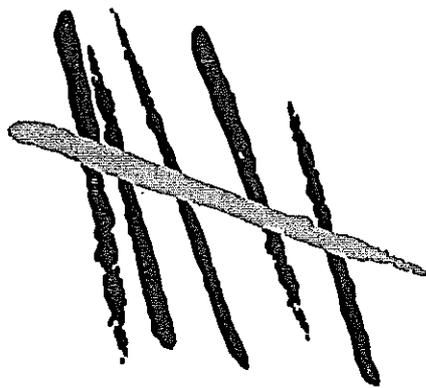
Secondo il ministro della Giustizia Angelino Alfano è necessario avere un progetto serio e duraturo che riguardi i detenuti anche una volta fuori dal carcere, dando loro la possibilità di un riscatto sociale che gli permetta di non ritornare nuovamente in carcere, che non li costringa mai più a delinquere.

Affrontato il discorso del sovraffollamento delle carceri, e definita questa situazione insostenibile, è emerso che la pena debba essere garantita, ma che la detenzione rappresenti uno strumento di rieducazione della persona, non uno strumento afflittivo.

Come spiega la Carta dei Diritti dell'Uomo e, in particolare, l'articolo 27 della Costituzione: "Le pene non possono consistere in trattamenti contrari al senso di umanità e devono tendere alla rieducazione del condannato".

L'attuale presenza di 7674 detenuti in Sicilia, il 15% del totale della popolazione carceraria Italiana, non consente né la formazione professionale dei detenuti, né il lavoro in carcere, perché non ci sono

gli spazi. Se un detenuto chiede, in base alla legge, di poter comprare un forno perché vuole fare il pizzaiolo in carcere e poi continuare l'attività un volta uscito, la direzione non glielo consente, in quanto non ci sono spazi sufficienti. Eppure, si è visto che l'azione di recupero sociale funziona e, se ci fosse un minimo di attenzione per i detenuti, si capirebbe che quando "si butta la chiave", su 1000 detenuti che escono dal carcere, il 95% di loro tornano a delinquere.



Quando, viceversa, c'è attenzione sociale, si avviano azioni di recupero, si attivano corsi di formazione, c'è assistenza psicologica, percorsi di mediazione culturale, in poche parole, quando si applica l'articolo 27 della Costituzione, su 1000 detenuti che partecipano alle procedure di reinserimento, quando escono dal carcere, solo il 5% di loro torna a delinquere.

La speranza? I progetti di lavoro di reinserimento. In tal proposito, il Ministro di Grazia e Giustizia, in collaborazione con l'associazione

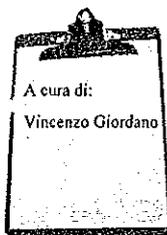
"Istituto di promozione umana" diretta da Mons Francesco Di Vincenzo, realtà nata nell'ambito del movimento ecclesiale "Rinnovamento dello Spirito Santo", sta coinvolgendo detenuti tra i 18 e i 50 anni alla creazione e alla gestione di una banca dati adottati ed adottabili al fine della immissione nella società civile dopo apposita selezione, preparazione e avviamento al lavoro.

Una particolare attenzione meritano anche i bambini figli di detenuti. Nelle nostre carceri, abitano una sessantina di bambini, da 0 a 3 anni, insieme alle loro mamme; l'associazione di Mons. Francesco Di Vincenzo, in collaborazione con il ministro Angelino Alfano, sta cercando di creare delle comunità fuori dal carcere, dove questi bambini possano stare con le loro mamme detenute, ricordando sempre che non importa di chi siano figli, ma che sono bambini. Il nostro articolo vuole sollevare il problema del sovraffollamento delle nostre carceri, dovuto principalmente all'assenza di associazioni in grado di capire i problemi dei detenuti abbandonati al loro destino.

Pertanto, ben vengano l'uso appropriato delle pene alternative, le quali consentono lo snellimento della popolazione carceraria, e inducono il detenuto a ricominciare il proprio cammino di vita interrotto dalla detenzione.

Tratto dal *Giornale di Sicilia*

Le carceri siciliane e le loro problematiche



Dall'ultimo censimento aggiornato dal Dipartimento di Amministrazione Penitenziaria in data 31 maggio 2009 si evince che la popolazione carceraria siciliana è di 7601 e che la capienza regolamentare dovrebbe essere di 4280.

La problematica più grave riguarda le strutture più antiche che sono pezzi storici della Sicilia, ma decadenti perché mai resi a norma, in quanto ben protetti dalle belle arti.

In Sicilia queste strutture sono sette, compreso il carcere dell'Ucciardone, istituto del periodo dei borbonici.

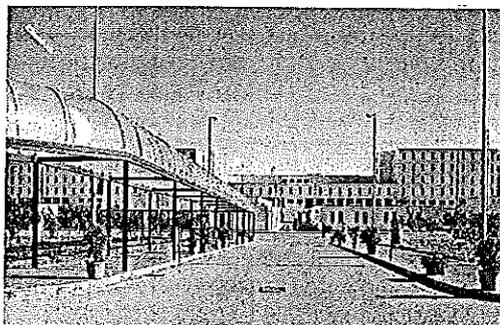
Oltre al problema dell'affollamento, ha una capienza massima di 520 detenuti e ne ospita 699, e alla carenza dei servizi sanitari e di acqua calda, anche le strutture sportive e ricreative sono fatiscenti.

Un'altra super affollata è Piazza Lanza di Catania; le condizioni di vita sono proibitive, sia per i detenuti che per il personale, perché si è costretti a sopportare la presenza di topi e pidocchi.

Ci sono 12 - 14 detenuti per cella e sono, infatti, 489 detenuti su una capienza di 245 posti; i letti a castello arrivano a quattro piani, e si rischia la propria incolumità, vista l'altezza e la mancanza di scalette per salire, alcuni sono

costretti a dormire per terra; i bagni sono alla turca e senza porta; l'edificio è sprovvisto di strutture sportive e lavorative.

Struttura ancora peggiore è quella di Favignana. È un'antica fortezza, in parte sotto il livello del mare; le celle sono piccole e buie, bisogna stare tutto il giorno con la luce artificiale; l'aria non circola, vista la mancanza di finestre, e il caldo e l'umidità tolgono il respiro. I bagni, creati nelle celle, sono coperti con l'eternit che, come sappiamo, è fuori legge perché cancerogeno. L'acqua scorre solo per tre ore al giorno, ma non è



potabile visto che si tratta di acqua salmastra, e il locale docce è all'esterno. Potremmo continuare la lista parlando d'altri carceri, così come il "Messina Gazzì", il "Mistretta", il "Modica", "Agrigento", Marsala" ecc..

Il Ministro Angelino Alfano, avendo visitato numerose carceri, si è reso conto che bisogna trovare al più presto un modo per risolvere questa problematica, visto che si va verso l'estate e la convivenza diventa sempre più difficile.

Si parla di costruire nuove strutture entro il 2012, ma bisogna considerare che ci vogliono ancora tre anni e, continuando in questo

modo, si andrà sempre peggiorando. Anche per gli assistenti il lavoro diventa più difficile, vista la gravità dell'affollamento.

I sindacati di Polizia Penitenziaria protestano per le condizioni in cui sono costretti anche loro, con turni più stressanti vista la mancanza di personale.

Secondo noi un modo per poter risolvere questo problema è di attuare le misure alternative, evitando il prolungamento dell'iter giudiziario, evitando rinvii per mancanza di relazioni o altro; creando dei lavori esterni per il reinserimento e il lavoro per la comunità.

In questi giorni abbiamo visto che con progetti come quelli fatti nel carcere Pagliarelli, in associazione con l'Amia, dove un numero di detenuti sono stati impegnati nella pulizia delle strade, si va in direzione di una rieducazione.

Speriamo che queste iniziative si allarghino ad altre strutture e che siano durature nel tempo, in modo da dare un'altra possibilità all'ex detenuto.

In mezzo a tanta disarmante disperazione esistono delle strutture che offrono molti modi di reinserimento come "Noto", "Brucoli", "Pagliarelli", "San Cataldo", dove i detenuti hanno possibilità di lavorare e dove, con le loro iniziative, danno una possibilità di reinserimento e un modo più dignitoso al detenuto di espiare la sua pena.

Tratto da *La Sicilia*

Consigli

Utili

IL NECESSARIO PER LA DETENZIONE

Come è stato più volte detto, ogni detenuto può ricevere o portare con se pacchi per totale di Kg 20 per mese. E' opportuno, pertanto, saper scegliere cosa non dimenticare in caso di arresto, seguendo questi semplici consigli.

La borsa deve essere leggera e flessibile, così da occupare poco spazio e non gravare sul peso del "pacco". Gli indumenti devono assicurare il ricambio, si consigliano due capi per tipo di slip, magliette intime, camice, calzini. E' consigliabile indossare, al momento della carcerazione, un vestito ed un paio di scarpe tradizionali, tutta la biancheria intima necessaria ed una cintura con fibbia leggera.

È opportuno portare con se due tute da ginnastica leggere, una maglietta ed un paio di pantaloncini corti da utilizzare per l'attività sportiva. Non bisogna dimenticare lo spazzolino da denti, gli occhiali, se necessari, una radio di piccole dimensioni con auricolare, un paio di scarpe da ginnastica leggere e un paio di ciabatte leggere, non infradito. Indispensabili, inoltre, una penna in plastica, un blocco per appunti, una foto delle persone care.

Se il peso lo consente, è consigliabile portare con se un paio di jeans, le sigarette, se si è fumatori, un orolo-

gio leggero ed economico, una tovaglietta piccola, un accappatoio senza cappuccio, e una spugna.

I libri non vengono conteggiati nel peso del pacco. Si consiglia di portare con se almeno un testo sacro (Vangelo, Bibbia, Corano...), un



romanzo di argomento leggero, avendo cura che abbiano la copertina in cartoncino flessibile, poiché quelli con la copertina rigida non sono ammessi.

È utile infine portare con se un certificato medico, possibilmente rilasciato da una struttura pubbli-

ca, attestante le condizioni fisiche, psichiche, le eventuale allergie e intolleranze, i farmaci usati o consigliati.

LA GIORNATA TIPO

La giornata feriale tipo in una struttura di detenzione inizia intorno alle 7 di mattina, quando vengono aperte le celle dei detenuti che lavorano, in particolare quelli che lavorano in cucina, per consentire loro di preparare la colazione. Circa un'ora dopo altri detenuti (i vivandieri) passano per le celle per distribuire la colazione e le bevande calde.

Dopo una ricognizione veloce da parte degli agenti di sorveglianza per accertarsi se qualcuno dei detenuti abbia necessità mediche o aspetti delle visite, alle 9 le celle vengono riaperte per coloro i quali intendono

uscire per l'ora d'aria o per chi frequenta la scuola, che funziona fino alle 12. Prima di uscire c'è la possibilità, a giorni alterni, di utilizzare la doccia.

Intorno alle 10:30 comincia la distribuzione del pane e della frutta. Con lo stesso meccanismo della colazione, alle 12 comincia la consegna del pranzo. Il menu solitamente comprende primi piatti, secondi, contorni e talvolta anche formaggi. Niente dolci o alcool. Lo stesso procedimento viene ripetuto alle 18, mediante consegna dei vassoi per la cena. La stragrande maggioranza dei detenuti non consuma regolarmente il cibo offerto dalle cucine, ad eccezione del pane e della frutta, ma si "arrangia" a preparare delle pietanze a loro gradite, organizzando al meglio quel poco di cui dispone. In fondo, stando circa 20 ore internati in cella, c'è molto tempo a disposizione per sistemare, in maniera funzionale, spazi e pareti. Alle 21 i detenuti ricevono la buona notte e l'agente incaricato chiude le celle a doppia mandata per un sicuro andamento della notte.



Il Corso: le mie impressioni e la sua utilità

Quando nel mese di maggio fui chiamato per partecipare al Corso di *Addetto alla biblioteca*, a dire la verità, non ero molto entusiasta. Pensavo fosse solo una perdita di tempo; vi chiederete: ma uno che si trova in carcere, che se ne fa del tempo? E che avrà da perdere?

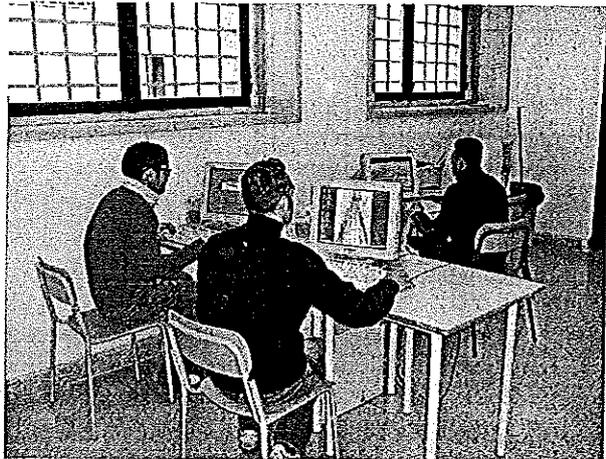
Il fatto è, cari lettori, che, purtroppo per me, ho trascorso più tempo nelle carceri che fuori, e, anche se di tempo ne ho da regalare, alcune volte si raggiunge uno stato di apatia, seppure mi ritenga una persona piena di energia, e con tanta forza di volontà.

Mi sono ritrovato, dunque, mio malgrado, vittima di questo sintomatico stato mentale e, pertanto, come vi dicevo, ero un pò riluttante nel partecipare. Ma quando gli insegnanti ci hanno proposto la realizzazione del giornalino, ho trovato questo progetto veramente entusiasmante, infatti, mi sono sentito subito rinvigorito e pieno di energie, soprattutto, un vulcano di idee e, fortunatamente, quello stato di apatia era scomparso.

Personalmente, credo che progetti del genere servano alla mente, per far sì che la stessa non si atrofizzi, poiché, come molti di noi sanno bene, il carcere è un luogo dove il corpo e la mente, in molti casi, subiscono una fossilizzazione. Invece, con la realizzazione di un giornalino, si può dare libero sfogo alle proprie idee, si possono imparare molte cose importanti, che non solo arricchiscono culturalmente ma, quel che è più importante, arricchiscono umanamente.

Con iniziative del genere puoi imparare ad interagire in modo costruttivo, facendo ascoltare la tua voce e facendo sì che questa venga conosciuta da più persone.

Puoi dire la tua opinione su argomenti che magari, fino a ieri, non solo ignoravi, ma credevi impossibile esistessero e, descrivendone le caratteristiche, puoi dare il tuo piccolo contributo, facendo in modo che anche altri li conoscano; tutto ciò sarebbe già un bel traguardo.



È significativo avere realizzato un progetto del genere, e mi auguro vivamente che la Direzione si impegni, come sta facendo, anche nel futuro, a far sì che questa iniziativa continui.

Ritengo, infatti, che possa divenire un progetto ancora più ambizioso tramite i mezzi forniti alle persone che vorranno partecipare, istruendole alla realizzazione di una vera redazione giornalistica. Ciò potrebbe anche rappresentare un buon conduttore tra i reclusi, il mondo esterno, e, soprattutto, la Direzione.

Consiglio a chi avrà, in futuro, la possibilità di partecipare ad un progetto simile, di intraprenderlo con entusiasmo e serietà.

È, infatti, non solo un modo per sfuggire alla monotonia giornaliera, ma, in primo luogo, una possibilità per dare il proprio contributo affinché il giornalino sia la nostra voce e resti sempre viva nel tempo. È questa la mia prerogativa attuale, cioè quella di dare libero sfogo alla mia voce.

Ringrazio i professori e la Direzione per avermi dato modo di poter frequentare questo corso, inserendomi in questo progetto meraviglioso.

Luisi Giuseppe

Aspettando Miccoli & C.



Carissimi lettori, volevo affrontare un tema che interessa tutta la popolazione detenuta, mi riferisco all'attività sportiva ed alla sua importanza per noi, in particolare al gioco del calcio. Come ben sapete, il calcio è lo sport praticato da molti detenuti, che però, per motivi logistici, e per l'inagibilità del campo sportivo che abbiamo in questo istituto, ci troviamo costretti a praticare nei locali in cui si passeggia durante le ore d'aria. Tutto ciò non senza problemi, perché si toglie spazio a chi non pratica questo sport, e si trova sul grado costretto a rinunciare all'unico momento di svago motorio.

Inoltre, di solito si riesce a giocare solo per pochi minuti, poiché i palloni finiscono al di fuori e non sempre c'è la possibilità di poterli recuperare nell'immediatezza. Con ciò non si vuole addossare nessuna responsabilità al personale o a chiunque altro, ma purtroppo è così!

A causa della sua inagibilità, il campo sportivo è inutilizzabile, e mentre in altri istituti si svolgono veri e propri tornei di calcio fra detenuti, e qualche volta anche con squadre esterne, tutto ciò, qui al Pagliarelli, non è possibile.

Questa situazione non è imputabile all'attuale amministrazione perché, per rendere possibile e agibile il tutto, ci vogliono i mezzi e i soldi, cosa che, naturalmente, la direzione avrà fatto presente alle autorità competenti.

Per noi l'attività sportiva è una valvola di sfogo, utile per il reinserimento sociale. Alle autorità competenti, dunque, ci rivolgiamo affinché si risolva al più presto questo problema, anche per mezzo dei privati.

A tal proposito volevo ricordare che, mesi fa, abbiamo ricevuto la visita della squadra del Palermo calcio, presso il teatro del carcere; in quella occasione, abbiamo esternato il problema in questione.



Ascoltando le nostre lamentele, uno dei calciatori, cioè Fabrizio Miccoli, rivolgendosi alla nostra Direttrice Dott.ssa Laura Brancato, ha espresso il desiderio di farsi carico delle spese per il rifacimento del manto erboso e, affinché il campo sportivo diven-

tasse agibile, se non fosse bastato il contributo dello stesso Miccoli, il vice presidente Miccichè si è impegnato a nome della società per portare a termine l'intera iniziativa.

Tutto ciò è avvenuto di fronte a molti detenuti ed innanzi al giornalista del TGS Alessandro Amato. È stato ribadito la domenica successiva dalla nostra Direttrice, che si trovava ospite della trasmissione Stadio Sport; anche in quella occasione il giornalista si impegnava a far sì che questo progetto non venisse dimenticato, bensì portato a termine. Pertanto, visto che abbiamo modo di potere esprimere la nostra voce con questo giornale, volevamo chiedere a Miccoli & Company, ed alla nostra Direttrice, a che punto è questo

progetto, poiché da allora non se ne è più parlato e noi detenuti ci terremo a sapere.

Come abbiamo chiarito più volte, in vari articoli, uno dei tanti obiettivi di questo giornale è quello di rappresentare un modo per potere interagire con la Direzione e con tutto ciò che la circonda, esprimendo con libertà e senza censura le nostre problematiche.

Questa mi è sembrata l'occasione per poterlo fare, evidenziando la mancanza delle strutture sportive al Pagliarelli. Il mio auspicio è, penso, quello di tutta la popolazione detenuta è che, leggendo quest'articolo, la nostra Direttrice faccia rammentare, a chi di dovere, che le promesse vanno mantenute, specie se fatte a persone che, come noi, vivono di poco.

Siamo fiduciosi che presto avremo delle risposte in merito, e non ci rimane che ringraziare tutti i lettori.

Considerazione personale in merito al fatto che la nostra Direttrice è stata ospite della trasmissione Stadio Sport: in quella occasione Le fu chiesto di fare un pronostico sul risultato della partita, e la Dott.ssa pronosticò che il Palermo avrebbe perso per 2 a 0.

Non so se lo fece per un motivo scaramantico ma, fatto sta, il Palermo vinse con il risultato opposto! Pertanto, chiederei alla redazione di TGS di invitare tutte le domeniche la Dott.ssa Laura Brancato come ospite fissa e pronosticatrice ufficiale del Palermo!!!

Tra il sacro e il profano, dubbi sulla Sacra Sindone

In questi giorni si è molto parlato della Sacra Sindone e della sua provenienza. Come ben sapete, la Sacra Sindone, secondo alcuni studiosi, secondo il Vangelo e la Chiesa, sarebbe il lenzuolo dove fu avvolto il corpo di Cristo dopo la sua crocifissione.

Poiché in quei tempi si usava cospargere d'unguenti profumati i corpi dei defunti e avvolgerli in lenzuola, nella Sacra Sindone, a causa di un miracolo o di un'alchimia a noi sconosciuta, si è impressa l'immagine del corpo della persona che vi era avvolta, che tutti noi sappiamo essere quella di Gesù Cristo. Da molti anni, con l'avvento di nuove tecnologie, si è cercato di stabilire se quel lenzuolo fosse veramente risalente al periodo della comparsa di Cristo. Su questo, molti accreditati studiosi non hanno dubbi.

Ma in questi giorni, la studiosa Lillian Schwartz, consulente della *School of Visual Arts* di New York, che negli anni passati venne alla ribalta delle cronache mondiali riuscendo a mostrare, con una tecnica al computer che sovrappone le immagini, sorprendenti analogie tra il ritratto della Monna Lisa e il suo autore, cioè Leonardo Da Vinci, ha usato la stessa tecnica con la Sacra Sindone, stabilendo, a suo dire, che la stessa ritrae non il volto di Gesù Cristo, ma quello di Leonardo Da Vinci.

Leonardo, usando una tecnica rudimentale consistente in una vera e propria camera oscura, utilizzando un lenzuolo di lino cosperso di un'emulsione fotosensibile, chiara d'uovo mista a gelatina, in una stanza buia e sigillata, avrebbe, in faccia al lenzuolo, nella parete, praticato un foro e sistemato una lente di

crystallo; su di una colonnina, davanti alla lente, Da Vinci, avrebbe piazzato un busto raffigurante il suo volto.

Dopo giorni di esposizione l'immagine della statua si sarebbe impressa, capovolta, sul lenzuolo appeso all'interno della camera oscura.

La Schwartz avrebbe così dimostrato, a suo dire, che il lenzuolo, che tutti noi conosciamo come la Sacra Sindone raffigurante il Cristo, custodito a Torino, raffigurerebbe il volto di Leonardo Da Vinci.

Lynn Picknett, studiosa della Sacra Sindone, ha definito assurda, per non dire pazzesca, la teoria della Schwartz, che è arrivata a tali conclusioni senza conoscere la storia. Infatti, secondo la testimonianza di un medaglione commemorativo, risalente alla metà XIV secolo, conservato al museo Parigino di Cluny, viene in luce, a detta di John Jackson, direttore del centro studi sulla Sacra Sindone del Colorado, che i chierici raffigurati tengono in mano la Sindone e, poiché lo stesso medaglione è stato rinvenuto circa cento anni prima della nascita di Leonardo, si chiede alla Schwartz come sia possibile che la Sacra Sindone ritragga il volto di Leonardo e non quello di Gesù Cristo.

Leggendo questa curiosità scientifica, ci chiediamo, da credenti, se la scienza e le tecnologie avanzate di cui disponiamo non si debbano limitare ad essere impiegate per altri scopi, e non per mettere in dubbio la fede dei credenti, già provata da scarsa fiducia e dal logorio di una vita fatta solo di cose materiali. Pertanto, chiederei alla Schwartz ed a tutti gli studiosi di mettere il loro ingegno a disposizione dell'umanità per ricerche più utili, e lasciare ai fedeli le loro convinzioni e il loro credo, poiché la fede si fonda proprio su questo.

Giuseppe Luisi
Vincenzo Giordano



Il famoso detto romano "nun c'è trippa pè gatti" è stato coniato verso i primi del '900 dal primo cittadino Ernesto Nathan, allorché si accingeva a eliminare dal bilancio delle spese di Roma una voce di spesa per il mantenimento di una colonia di felini randagi.

Il termine "pàgano" deriva dal latino "pagus" (villaggio), perché gli abitanti delle campagne, anche dopo l'avvento del Cristianesimo, furono i più restii ad abbandonare le antiche credenze.

Il primo esercito al mondo ad adottare il carro armato fu quello inglese durante la Prima Guerra Mondiale

I primi semafori elettrici a tre colori (verde, giallo e rosso) vennero installati a New York agli inizi del secolo.

Il primo volo dell'uomo nello spazio, compiuto da sovietico Gagarin nel 1961, durò solamente un'ora e 48 minuti.

La prima trasmissione televisiva in mondo visione fu realizzata nel 1962, grazie al satellite americano Telstar.

Il termine "sicario" deriva dal latino "sica", che significa pugnale.



I Libri del mese



BIBLIOTECA

Libri sepolti, vivi sono i suoi racconti, custoditi da millenni in quella biblioteca ove si conserva la storia, il sapere e il mistero.

Spolvero il frontespizio, e m'avvicino al mio epilogo; leggere la vita di quei scrittori, che con le loro testimonianze racchiudono quella verità con un semplice prologo.

Pagine dormienti, aspettano una carezza per risvegliarsi da un lungo sonno donando il sapere custodito con amore da quegli anni migliori.

Eugenio Scordi

Luigi Natoli

Luigi Natoli (Palermo, 14 aprile 1857 - Palermo, 25 marzo 1941) è stato uno scrittore italiano, autore di romanzi d'appendice con lo pseudonimo William Galt.

VITA

Veniva da una famiglia di ardenti ideali risorgimentali: nel 1860, quando aveva solo tre anni, sua madre, alla notizia dell'imminente arrivo dei Mille, guidati da Garibaldi, fece indossare a tutti la camicia rossa: l'intera famiglia venne arrestata dalle guardie borboniche e portata nella prigione palermitana della *Vicaria*.

A 17 anni Natoli iniziò a scrivere per i giornali, quindi lavorò come professore di storia in vari licei italiani: pubblicò anche una *Storia di Sicilia*.

OPERE

È soprattutto noto come autore di più di 25 romanzi d'appendice ambientati in Sicilia e apparsi a puntate su giornali e riviste come il *Giornale di Sicilia*, il *Giornalino della Domenica* e *Primavera*, che gli fecero guadagnare una grande popolarità.

Nel suo romanzo più famoso, *I Beati Paoli*, apparso per la prima volta a puntate sul *Giornale di Sicilia* tra il 1909 e il 1910 e poi pubblicato a dispense dopo la Seconda Guerra Mondiale, il suo amore per la sua terra di origine e per la libertà si fondono per creare un'epopea nazionale dell'isola.

Ambientato fra il 1698 e il 1719, il libro è un tentativo di tracciare e spiegare le cause delle problematiche e delle peculiarità siciliane.

I Beati Paoli sono una setta segreta che opera in difesa dei deboli e degli oppressi, contro lo strapotere e i soprusi dei nobili.

Il grande successo del romanzo ha contribuito a radicare nella mentalità comune l'immagine convenzionale della Sicilia quale terra di mafia.

Le sue opere sono attualmente pubblicate dall'editore Flaccovio.

ROMANZI

I Beati Paoli, La Dama Tragica, Coriolano della Floresta, La Baronessa di Carini, Fra' Diego La Martina, Calvello il Bastardo, Cagliostro, La vecchia dell'aceto, Viva l'imperatore, Maestro Bertuchello, L'abate Meli, Chi l'uccise?, Il vespro siciliano, La Principessa Ladra, I cavalieri della stella ovvero la caduta di Messina, I morti tornano, Braccio di ferro, Fioravante e Rizieri, Ferrazzano, Capitan Terrore, Il tesoro dei Ventimiglia.

Vi consigliamo di leggere

I BEATI PAOLI

Difficile parlare in generale della trama perché molto intricata e particolare, quindi facciamo una panoramica generale. In groppa ad un cavallo da contadino, le gambe nodose e i fianchi ossuti, il giovane Blasco di Castiglione, temerario, spavaldo, cuore e testa calda, fa il suo ingresso a Palermo per conoscere le sue origini e il motivo del suo abbandono in tenera età. A Palermo, città in festa per l'arrivo in pompa magna del re, proverà diversi sentimenti quali la riconoscenza, l'amore, l'odio, la vendetta di gente disposta a tutto pur di avere riconoscenze, ricchezze e potere.

Uno di questi è don Raimondo della Motta che, pur di ottenere la corona ducale, ha commesso peccati e crimini, accompagnato dalla bellissima Donna Gabriella, che sa cosa vuol dire amare fino alla morte, da Matteo Lo Vecchio, fidato sbirro che con i suoi travestimenti imbrogliava tutto e tutti, la figlia Violante, pure e bella, ma timorosa e Coriolano della Floresta, misterioso, leale e saggio. Ad incastonarsi a questi personaggi ci sono i Beati Paoli, una setta che si riunisce nelle catacombe della città e si fa giustizia da sé.

CAGLIOSTRO

Avventuriero per taluni, grande iniziato per altri, Alessandro Cagliostro, al secolo Giuseppe Balsamo, fu il più famoso siciliano del Settecento.

Su questo personaggio tanto discusso, si sono sprecati fiumi d'inchiostro e, oltre a storici, cronisti e studiosi, molti famosi scrittori del suo tempo, fra i quali Goethe e Dumas, affascinati dall'alone di mistero che circondava il Cagliostro, ne trassero argomento per le loro opere.

Fra le sue multiformi attività, esercitò con successo quelle di guaritore e alchimista ma, scemata la sua credibilità, fu condannato al carcere a vita nella fortezza di San Leo, dove morì nel 1795, in tragiche condizioni.

Le parti del libro

Copertina	Presenta il contenuto del libro, il nome dell'autore, titolo e il nome dell'editore.
Fascetta	È la striscia di carta che avvolge la copertina, che specifica slogan pubblicitari o premi assegnati ad esso.
Frontespizio	È la pagina posta all'inizio o alla fine del libro, che dà le informazioni più esaurienti su di esso.
Quarta di copertina	È l'ultima faccia della copertina, usata a scopo promozionale.
Sommario	In genere si preferisce chiamarlo indice, serve a scandire tutti i nomi dei capitoli con tanto di numerazione delle pagine.
Avant-propos	Lo spazio prima del testo usato per i ringraziamenti e la premessa, può essere a cura dell'autore o di una persona stimata da lui.
Introduzione	Serve a presentare argomenti, esiste in determinati testi saggistici (o testi di dottorato).
Post-fazione	È un commento sito alla fine del testo.
Appendice	È la parte finale di un libro dove ci sono informazioni supplementari.
Note	Rimandano a spiegazioni, curiosità, indicazioni bibliografiche.
Bibliografia	È una lista di opere citate.
Indice	È una lista alfabetica di autori o argomenti citati nel libro.

CORIOLANO DELLA FLORESTA

Dalle scalinate romane di Trinità dei Monti alle stradine di Napoli, dai boschi siciliani ai sotterranei e ai palazzi di Palermo continua la saga de *I Beati Paoli*.

A cinquant'anni dalle vicende e dal romanzo che rese famoso Luigi Natoli, la setta degli incappucciati continua ad agire nel buio dei sotterranei e dei vicoli di Palermo.

Sarà l'amore tragico e contrastato tra il giovane Cesare Brancaleone, valoroso ma di oscure origini, e la bella e nobile Giovanna Oxorio a far tornare sulla scena gli adepti della setta.

Al loro fianco si ergono quali paladini della giustizia i due indimenticabili protagonisti de *I Beati Paoli*: Blasco di Castiglione e Coriolano della Floresta, vecchi compagni di avventure, ancora una volta insieme nella eterna lotta tra il bene e il male.

Sullo sfondo di una Palermo settecentesca, bellissima e decadente, si conclude con questo romanzo la saga de *I Beati Paoli*.



L'EVOLUZIONE...



La moviola cosmica

Miliardi di miliardi di stelle, un numero che sfugge alla nostra capacità di intuizione. Miliardi di stelle e miliardi di galassie che si allontanano le une dalle altre nello spazio-tempo, in un grandioso volo cosmico iniziato, con ogni probabilità, in una gigantesca esplosione, circa 15 miliardi di anni fa (anche se su questa data non ci sono certezze).

Se potessimo, come alla moviola, fermare l'azione e tornare indietro nel passato vedremmo queste stelle avvicinarsi e convergere verso un punto solo.

Un punto di partenza iniziale estremamente denso e caldo, dove non vi erano ancora atomi, ma probabilmente solo una concentrazione di particelle elementari e di radiazioni, esplosa con il famoso Big Bang. Per la verità non si trattò di una vera e propria esplosione, così come avviene quando scoppia una bomba, mandando i suoi frammenti nello spazio tutt'intorno; in realtà lo spazio non esisteva prima: fu creato dall'espansione seguita al Big Bang. Fu, per così dire, lo spazio a esplodere e dilatarsi. Anche il tempo non esisteva prima del Big Bang. E per questa ragione che chiedersi cosa vi fosse prima è una domanda senza senso.

Il "prima" non è possibile senza il tempo.

E il tempo cominciò a scorrere proprio dal momento dell'esplosione. In questo senso, se guardiamo verso il passato, il tempo non è eterno, ma finito.

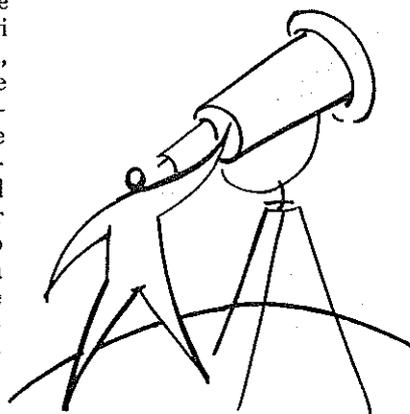
Potremmo addirittura celebrare i compleanni del tempo.

Oggi siamo intorno al quindicesimo miliardesimo compleanno!

Dentro c'eravamo tutti

Dentro quell'esplosione iniziale, in un certo senso, c'eravamo già tutti noi: poiché i protoni, i neutroni e gli elettroni, che costituiscono oggi gli atomi del nostro corpo, erano già presenti in quel momento iniziale, e col Big Bang cominciarono ad assemblarsi agli atomi di idrogeno e di elio, dando luogo a un'immensa nube di gas.

Questi gas, attraverso successive fusioni atomiche si trasformarono in carbonio, ossigeno, azoto, ecc., formando galassie, stelle, pianeti e, alla fine, gli essere viventi.



Fu una grandiosa evoluzione atomica che precedette quella chimica e poi biologica.

Il Big Bang appare sempre più confermato dai dati sperimentali (anche se emergono ogni tanto voci dissenzienti).

Esso può essere considerato un po' il nostro antenato più lontano, il primo

ceppo dell'albero genealogico del cosmo, che attraverso ramificazioni successive ha portato alla nascita di tutto ciò che vediamo nello spazio. E anche alla nascita di questa fogliolina che è la vita sulla terra.

I primi tre minuti

Ma cosa successe esattamente in quei primi momenti iniziali? Nonostante sia impossibile risalire all'istante zero, gli scienziati, nei grandi laboratori della fisica moderna, sono riusciti a riprodurre le condizioni esistenti nell'universo negli istanti successivi. Ovviamente queste energie così elevate sono state raggiunte solo per poche frazioni di secon-

do nei grandi acceleratori, dove le particelle atomiche vengono spinte a velocità altissime e poi fatte scontrare frontalmente o contro un bersaglio fisso.

Da questi studi si è riusciti a capire come la materia si comporti in condizioni di temperatura e densità elevatissime, proprio come è accaduto nel Big Bang. Ecco allora il quadro, non ancora completo, di quei lontani avvenimenti.

Il sipario si alza a una frazione piccolissima di secondo dall'inizio, quando la temperatura supera i miliardi di miliardi di gradi. Dalla "singolarità" iniziale (qualcosa che nessuno sa bene cosa sia) comincia a separarsi la forza di gravità, seguita poco dopo dalla forza nucleare forte, due tra le forze fondamentali dell'universo.

La materia ancora non esiste, tutto è energia. Il tempo ha cominciato a scorrere e dopo altre brevissime frazioni di secondo ecco un processo straordinario. L'universo si espande con una rapidità mai più eguagliata nella sua vita successiva: è la cosiddetta "inflazione".

La misteriosa antimateria

Poco dopo, non sono passati che pochi miliardesimi di secondo, fanno la propria comparsa la materia e l'antimateria.

L'antimateria è in tutto simile alla materia ma la sua carica elettrica è opposta: mentre gli atomi "normali" (quelli che costituiscono tutta la materia attuale conosciuta) sono formati da un nucleo con protoni (neutri) e da uno o più elettroni che girano in "orbita" intorno al nucleo (con carica negativa), gli atomi di antimateria sono esattamente uguali, ma con cariche contrarie (ossia con protoni negativi e elettroni positivi).

Se si incontrassero nello spazio, materia e antimateria si annichirebbero. È quanto sarebbe avvenuto appunto nei primi momenti del Big Bang.

...DEL TEMPO

*Effetto
serra*

In questi primi istanti, dunque, materia e antimateria si annichiliscono ritrasformandosi in energia pura. Quark e antiquark si materializzano dall'energia, ma non appena si scontrano si annientano a vicenda in un lampo di energia. Fortunatamente i quark sono più numerosi degli antiquark e una piccola quantità sopravvive agli scontri. Stelle, galassie, noi stessi siamo tutti composti di quei quark sopravvissuti (è stato calcolato che ne sia sopravvissuto uno ogni miliardo).

Il raffreddamento continua

Il tempo continua a scorrere. Si separano altre due forze fondamentali: quella elettromagnetica e quella nucleare debole. L'universo continua a espandersi e la temperatura a raffreddarsi.

I quark sopravvissuti non possono più esistere allo stato libero e formano neutroni e protoni.

È trascorso poco meno di un secondo dall'istante zero. La temperatura è di decine di miliardi di gradi. Si formano i primi nuclei atomici, quelli dell'idrogeno e quelli dell'elio. Sono trascorsi tre minuti.

Da questo momento fino a circa 3000 anni dall'attimo iniziale la forza di gravità agisce sull'energia a causa della sua straordinaria densità. È l'era dell'energia. Dopo 3000 anni, l'universo si è abbastanza espanso e raffreddato.

La materia prende il sopravvento. La forza di gravità agisce principalmente sulla nube di gas uscita dal Big Bang. È l'era della materia che dura fino a oggi.

A 300000 anni dal Big Bang avviene un fatto straordinario. Un ipotetico spettatore avrebbe visto apparire la luce. Infatti fino a quel momento materia ed energia erano così dense che i raggi luminosi non potevano attraversarle. Dunque, la grande esplosione iniziale non è stata un grande fuoco artificiale come molti immaginano.

È avvenuta nel buio più completo. La luce è apparsa solo molto tempo dopo.

L'eco del Big Bang

Le cose sono andate veramente in questo modo?

Esistono prove convincenti della teoria del Big Bang. Gli scienziati ne hanno scoperte almeno tre e una di queste è veramente sorprendente.

Si tratta dell'eco del Big Bang. Questo primo radio-vagito del cosmo è stato intercettato quasi per caso da due ricercatori americani, Arno Penzias e Robert Wilson, mentre con la loro antenna tentavano di captare un'emissione radio proveniente dal centro della nostra galassia: durante queste osservazioni si accorsero che c'era un "rumore di fondo" che proveniva da tutto l'Universo.

I due scienziati cominciarono a studiare questo fenomeno, chiedendosi se, per caso, ci fosse qualche difetto nelle apparecchiature. Tolsero persino il nido che alcuni piccioni innocentemente avevano fatto sull'antenna, ma alla fine dovettero arrendersi.

La radiazione che proveniva da ogni direzione esisteva veramente. Era stato scoperto l'eco fossile del Big Bang, la cosiddetta radiazione di fondo a 3 grandi Kelvin. Quando erano partiti i fotoni che trasportavano questa radiazione?

Ebbene, secondo le stime degli stessi Penzias e Wilson (che vinsero nel 1978 il premio Nobel per questa scoperta), i fotoni erano partiti quando l'Universo aveva appena 20 milioni di anni.

Se si dovesse tradurre questa radiazione in un'immagine dovremmo raffigurarla come una macchia bianca, un po' quello che ci appare guardando il sole.

È possibile captare eco ancora più remote? Cioè risalire ancora più indietro nel tempo? Come spiega Arno Penzias, la risposta è no.

Infatti, risalendo ancora più indietro nel tempo, la materia diventa molto calda e il calore impedisce la trasparenza.

È un po' come il gas che esce da un accendino: trasparente finché la fiamma non si accende.

La stessa cosa è accaduta per l'universo quando era più giovane: era troppo caldo per riuscire a vederlo.

La prospettiva di dover stare riantanati in casa e di avere la paura di beccarsi un tumore ogni volta che ci esponiamo al sole, è da film dell'orrore.

Ma un'altra insidia, forse ancora più grave, sta minacciando la nostra vita. Si tratta dell'effetto serra, legato all'emissione di vari gas, tra cui spicca l'anidride carbonica.

L'anidride carbonica è un gas che si forma durante i processi di combustione. Esso esce dai tubi scappamento, dagli scarichi dei bruciatori, dalle ciminiere delle centrali elettriche, e dagli inceneritori. Insomma è un tipico prodotto di rifiuto che si forma quando si bruciano prodotti fossili come il carbone e il petrolio, su cui si basa la nostra società consumistica. Per questo ne produciamo tantissimo. L'anidride carbonica, di per sé, non è un problema. Anzi, è un prodotto vitale perché serve per la crescita delle piante. I problemi nascono quando se ne produce in eccesso, ossia oltre la capacità del mondo vegetale di utilizzarlo per le proprie funzioni vitali.

A quel punto l'anidride carbonica si accumula nell'atmosfera e forma una specie di coltre che rallenta gli scambi di calore tra la crosta terrestre e lo spazio che ci circonda. Il risultato inevitabile è l'innalzamento dei livelli di gas che provoca una serie di effetti a catena dalle conseguenze incalcolabili. Quello più diretto è lo scongelamento delle calotte polari e dei ghiacciai, che può produrre una massa d'acqua così grande da fare innalzare il livello dei mari di vari centimetri. Tanto per rimanere all'Italia, un evento del genere sommergerebbe Venezia e inonderebbe buona parte della Pianura Padana. Meditate gente, meditate.

Pietro Burgio

IL LAVAGGIO DEL CERVELLO... E' facile smettere di fumare se sai come farlo

“Perché e come
iniziamo a fumare?”

Per capirlo dobbiamo innanzi tutto esaminare i potenti effetti dell'inconscio o, come l'ho chiamato, “il compagno nascosto”.

Tutti abbiamo la tendenza a pensare di essere persone intelligenti e padrone del nostro percorso esistenziale, ma in realtà il 99% di quel che siamo viene da un “calco”; siamo infatti il prodotto della società nella quale siamo cresciuti: i vestiti che indossiamo, le case in cui viviamo, i nostri modelli di vita basilari, per fino il nostro “essere diversi” tendono ad essere preordinati.

L'inconscio ha un'enorme influenza sulla nostra vita e milioni di persone possono essere tratte in inganno non solo su semplici opinioni ma anche su questioni pragmatiche.

Prima di Cristoforo Colombo si credeva che la terra fosse piatta; oggi sappiamo che è tonda e anche se io scrivessi una dozzina di libri cercando di persuaderti che è piatta, non riuscirei a farlo; eppure, quanti di noi sono stati nello spazio a verificare che in effetti è rotonda?

I pubblicitari conoscono molto bene il potere che la suggestione ha sull'inconscio e, se non ci credi, provalo tu stesso.

La prossima volta che vai in un bar o alla fine di una cena in un ristorante, magari di inverno, se state decidendo cosa bere, invece di dire semplicemente: “Un cognac” (o quel che sia), abbelliscilo un po' dicendo: “Sai cosa mi andrebbe oggi? L'è splendido e caldo scintillio di un cognac!”.

Noterai che, anche se le persone con cui sei non amano il cognac lo ordineranno. Dalla nascita il nostro inconscio viene quotidianamente bombardato da informazioni che ci dicono che le sigarette rilassano, danno sicurezza, coraggio e che sono la cosa più preziosa al mondo.

Pensi che stia esagerando? Prova a pensare a film o a opere teatrali e letterari nelle quali sta per avere luogo l'esecuzione di un condannato a morte a cui viene concesso l'ultimo desiderio: qual è? la sigaretta. [...] Pensi che le cose siano cambiate ultimamente? No.

I nostri figli vengono continuamente bombardati dai medesimi messaggi, che arrivano loro attraverso la pubblicità diretta o indiretta. Non si può far pubblicità direttamente alle sigarette?

Allora la si fa sponsorizzando grandi eventi sportivi, dove i nomi delle celebri marche compaiono in ogni dove e, nel caso delle gare automobilistiche per esempio, la gara viene fatta da una serie di “pacchetti di sigarette” che s'inseguono.

Queste immagini collegano fumo a eventi emozionanti, a uomini eccezionali in perfetta forma fisica e mentale appartenenti al bel mondo. [...]

Addirittura il prodotto stesso, su quei suoi eleganti luccicanti pacchetti che invitano a provarne il contenuto, porta scritta di avvertimento per la salute. Ma quale fumatore la legge?

Figuriamoci quindi se si confronta con il suo vero significato! [...] Paradossalmente la leva più potente di questo diabolico ingranaggio del lavaggio del cervello è il fumatore stes-

so. È una menzogna ritenere che i fumatori siano persone deboli a livello sia fisico sia mentale: occorre invece essere forti per poter sopportare il veleno.

Questa è anche una delle ragioni per cui i fumatori rigettano le innumerevoli statistiche che provano quali rischi il fumo comporti per la salute.

Tutti hanno uno zio Giovanni che fumava quaranta sigarette al giorno, non è mai stato ammalato ed è morto a novant'anni, e si rifiutano di prendere in considerazione le centinaia di altri fumatori che muoiono in giovane età, o di pensare che se lo zio Giovanni non avesse fumato sarebbe ancora vivo. [...]

Il lavaggio del cervello è davvero notevole. La nostra società vede le tossicodipendenze come quelle da cocaina, eroina, ecc. con ovvio orrore.

Ma i decessi causati da queste sostanze ammontano a qualche centinaio all'anno.

Invece c'è un'altra droga, la nicotina, che viene prima o poi sperimentata da una gran parte della popolazione e dalla quale in questo momento, ad esempio, circa dodici milioni di italiani sono dipendenti.

Questi spenderanno una fortuna per rovinarsi l'esistenza e correre il rischio di diventare uno dei 100.000 decessi l'anno causati dal fumo, che è la causa principale di morte nei paesi occidentali.

Perché consideriamo la cocaina e l'eroina come droghe terribili mentre la sostanza che ci costa di più e ci ammazza fino poco tempo fa era giudicata un'abitudine sociale assolutamente ammissibile?



...E IL COMPAGNO NASCOSTO

Ultimamente si è incominciato a considerare la sigaretta meno accettabile, ma è legale e in vendita in vistosi pacchetti a ogni angolo di strada e chi ne ricava di più è lo Stato che nel 2001 ha incassato 8.115 milioni di euro dalla vendita del tabacco.

Devi incominciare a produrre degli "anticorpi" contro questo lavaggio del cervello; un po' come quando acquisti un'auto di seconda mano: annuisci gentilmente al rivenditore ma non credi a una parola di quel che dice. Incomincia a guardare dentro gli eleganti pacchetti e scopri lo schifo e il veleno che contengono.

Non farti ingannare dai portacenere di cristallo o dagli accendini d'oro o dai milioni di persone che sono state, a loro volta, ingannate e chiediti: Perché lo faccio? Ne ho veramente bisogno?

No, naturalmente no!

Trovo che questo aspetto del lavaggio del cervello sia il più difficile da spiegare. [...]

È la paura che fa continuare a fumare, la paura di quella sensazione di vuoto e insicurezza che si prova quando si smette di assumere nicotina. Il fatto che tu non te ne renda conto non vuol dire che la paura non ci sia. Non c'è bisogno che tu lo capisca; come il gatto non capisce dove passano le condutture dell'acqua calda e sa solo che, se si sdraia in un certo punto del pavimento, sente una deliziosa sensazione di calore.

È il lavaggio del cervello la maggiore difficoltà dello smettere di fumare; lavaggio creato dalla società in cui cresciamo, rafforzato dalla nostra dipendenze, ancor di più, dai nostri amici, colleghi e familiari. In primo luogo fumiamo perché vediamo gli altri farlo e pensiamo di perdere qualcosa se non lo facciamo.

Fatichiamo molto per imparare a fu-

mare e diventarne schiavi, eppure nessuno cerca di capire cosa perde non facendolo. Ogni volta che vediamo un fumatore pensiamo che ovviamente ne ottenga un qualche piacere, altrimenti non lo farebbe. Anche quando riesce a smettere, l'ex-fumatore si sente spesso privato di qualche cosa.

A una festa, per esempio, vede qualcuno che si accende una sigaretta, percepisce questa sensazione di perdita e, sentendosi sicuro, decide magari di accenderne una anche lui: prima ancora di rendersene conto si ritrova nella trappola. Questo lavaggio del cervello è molto potente e devi capirne bene gli effetti.

[...] Con queste pagine stiamo smantellando il lavaggio del cervello: non è il non fumatore che viene privato di qualcosa, ma è il povero fumatore che rinuncia a una vita di: salute, energia, vantaggio economico, tranquillità mentale, sicurezza, coraggio, rispetto di se stesso, felicità, libertà.

E che cosa ottiene da questi enormi sacrifici?

Assolutamente nulla, tranne l'illusione di cercare di ritornare allo stato di pace, di tranquillità e di sicurezza di cui gode sempre un non fumatore.

Tratto da Allen Carr, È facile smettere di fumare se sai come farlo, EWI, Milano, 2009.

“Perché lo faccio?
Ne ho veramente bisogno?”



SMETTERE DI FUMARE

Quasi tutti abbiamo iniziato da bambini, come per gioco ci buchiamo i polmoni.

Quell'odore di tabacco impregna il nostro odore mentre il cuore muore.

La sigaretta tra le dita ci fa sentire più completi, pronti per quel mondo, dove tanti son morti.

Eppure non smettiamo, le dita ingiallite sono un segnale che la nicotina lascia il suo male.

Imperterriti andiamo avanti, ci sentiamo forti aspettando la sorte, che il male ci porti.

Scienti di questo male non smettiamo di fumare, la domanda sorge spontanea, siamo fumatori o invasori del nostro corpo finché non lo vediamo morto?

Smettiamola, noi che siamo uomini intelligenti non facciamo avvincere da una sigaretta che non ha valore distruggendo una vita migliore.

Basta, ho deciso, domani non fumo più, ma se poi riprendo a fumare è segno che mi voglio male.

Eugenio Scordi



CUORE PAZZO

Ciao dolce compagna venuta da lontano che col tuo scritto mi hai teso la mano.
Io ho apprezzato il tuo gesto gentile, ma siamo in due a dover soffrire.
Il mio cuore pazzo non sa cosa fare, tenta di tutto per scappare, per venirti a trovare.
A questo cuore non posso mentire se la mia dolce compagna sa a me capire.
Cerca il tuo cuore da conquistare, tu non farlo più scappare.
Forse in due li possiamo legare.
Cuore pazzo ti vuole incontrare, dove a lungo poterti parlare.
Faccio di tutto per non farli soffrire.
Se noi un giorno li faremo unire, solo allora li potremo legare, se saremo sicuri di non farli scappare.
Loro traditi sono stati sedotti e abbandonati, per motivi di reati.
Se tu vuoi farli gioire meglio per noi non farli morire, cuore pazzo di te innamorato forse un giorno sarà ricambiato.
Ormai più solo non vuole restare perché l'incontro è stato fatale.
Cuore pazzo rimane fedele solo alla donna che gli vuole bene, il tuo corpo sfiorato da un bacio.
Sarà solo così che morire potrà.
Ormai stanco da tanto dolore.
Piano piano lui muore.
Se tu lo fai risvegliare, per tutta la vita questo cuore pazzo ti può amare.

Gianluca Monaco
Francesco Madonla

L'ASSISTENTE PENITENZIARIO

Uno scalpiccio continuo, osservatore diplomatico,
agisce mentalmente rispettando quel silenzio
che aleggia nella sua garitta, difendendosi di chi la sa dritta.
I suoi passi identificati, il tintinnio delle chiavi,
sono i nemici di chi gli sta vicino.
Ogni assistente vive le sue ore, sfidando il tempo
ammorsettando ogni episodio, privandosi dall'odio.
Chi conversa con i detenuti, porgendo i suoi saluti
senza superiorità e molta dignità.
Chi si presenta con i gradi,
perché non ha commesso nessun reato,
perché detenuto non è mai stato.
L'occhio del detenuto è telegrafico,
ogni assistente è nella loro mente,
molti con stima altri con rima.
Al primo crepuscolo, orna la sua mente,
vivere la notte scura non gli fa paura.
Quella garitta di colore verde, sarà un ricordo
impresso nella sua mente.

Eugenio Scordì
Caracappa Ivan

DONNA SINCERA

Dolce donna tu sai come fare
per farti conquistare,
sei dolce e anche sincera,
ma più bella della primavera.
Il tuo corpo ben formato
sotto il sole si è abbronzato,
occhi azzurri come il mare,
sei la donna da amare.
La tua bocca da baciare,
il tuo seno da sfiorare.
Mia dolce amica sincera come te io sarò,
e all'incontro io verrò
come te, sono sincero,
sempre uniti nel dolore
ci guiderà solo il Signore,
se tu ci crederai
una nuova vita tu farai,
se io sarò fortunato
una bella donna ho amato
dolce e sincera più bella della primavera.

Gianluca Monaco



Ricette carcerarie: L'arte di arrangiarsi

La Nostra Cucina

Sulla ricotta

Pur essendo un prodotto caseario, non si può definire formaggio ma va classificato semplicemente come latticino: non viene ottenuta infatti attraverso la coagulazione della caseina del latte, ma attraverso quella delle proteine del siero del latte, cioè della parte liquida del latte che si separa dalla cagliata durante la caseificazione.

Il processo di coagulazione delle sieroproteine avviene ad un'alta temperatura: il siero viene quindi letteralmente ricotolato.

La tecnologia più antica consisteva solamente nel riscaldare il siero aspettandone la denaturazione e conseguente affioramento della ricotta in superficie.

Spesso (come nel nostro caso) vengono aggiunte al latte sostanze acide (acido citrico, tartarico o cloridrico) per catalizzare la coagulazione.

PASTA CON PEPERONI

Ingredienti per due persone:

200 gr. di spaghetti
1 cipolla
2 peperoni recuperati dal carrello
1 busta di panna da cucina
4 pomodorini di Pachino
50 gr. di parmigiano
sale e pepe qb
olio extra vergine di oliva
vino bianco

Modalità di esecuzione

Sbucciare, pulire i peperoni e tagliarli a listelli sottili.

In una padella soffriggere la cipolla in precedenza affettata e aggiungere il peperone e i pomodorini; sfumare con un po' di vino bianco. Non appena in pomodorini si sono cotti aggiungere la panna da cucina ed allungarla con del latte. Salare e pepare

a proprio gusto.

In una pentola far bollire dell'acqua salata e immergere gli spaghetti, giunti a cottura, scolarli e unirli al composto in precedenza preparato, maneggiare a fuoco basso e aggiungere una spolverata di parmigiano, servire e

Buon appetito.

Vincenzo Giordano

BUSECCA ALLA LIVORNESE (TRIPPA ALLA LEVITANA)

Ingredienti per due persone:

300 gr di busecca (recuperata dal carrello)
2 uova
100 gr parmigiano
1 polpa di pomodoro
1 cipolla
olio extra vergine di oliva

Modalità di esecuzione

Lavare la busecca (trippa) con acqua e sale, metterla a sgocciolare.

In una casseruola tritare la cipolla e soffriggerla con olio extra vergine, aggiungere la polpa di pomodoro e portarlo quasi a cottura.

Unire la busecca già preparata e continuare la cottura. In un piatto strapazzare le due

uova e versarle nel composto precedentemente preparato, aggiungere il parmigiano.

Condire a proprio gusto con sale e pepe e completare la cottura.

Servire e **Buon appetito.**

Vincenzo Giordano

Ivan Caracappa

COME FARE LA RICOTTA

Ingredienti:

2 litri di latte (recuperati dal carrello)
1 bicchierino scarso da 80 cl di aceto
1 pizzico di sale
zucchero

Modalità di esecuzione

In una pentola versare il latte e portarlo quasi ad ebollizione.

Versare l'aceto e mescolare lentamente.

Con una spumarola, creata con il coppino bucherellato, attendere che la ricotta salga verso l'alto, prenderla, adagiarla nel colapasta e conservarla in frigo per un giorno

prima della consumazione, per permettere di espellere l'odore dell'aceto.

Se deve essere usata per la creazione di dolci, zuccherare al 50% e lasciare riposare un altro giorno.

Tempo libero

Trova l'attinenza alle parole.

a cura di Eugenio Scordi e Gianluca Monaco

<p>Gioco 1</p> <p>Gas Mattoni Evaso</p> <p>F <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/></p>	<p>Gioco 2</p> <p>Mare Pioggia Piscina</p> <p>A <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> U <input type="text"/></p>	<p>Gioco 3</p> <p>Unione Festa Chiesa</p> <p>M <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> R <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> O <input type="text"/> <input type="text"/> I <input type="text"/></p>	<p>Gioco 4</p> <p>Animale Uomo Macellaio</p> <p>C <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> E</p>
<p>Gioco 5</p> <p>Carota Lattuga Rape</p> <p>O <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> A <input type="text"/> <input type="text"/> G <input type="text"/></p>	<p>Gioco 6</p> <p>Rum Sambuca Gin</p> <p>L <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> U <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> I</p>	<p>Gioco 7</p> <p>Scuola Maestro Aula</p> <p><input type="text"/> L <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> I</p>	<p>Gioco 8</p> <p>Occhio Retina Pupilla</p> <p><input type="text"/> <input type="text"/> I <input type="text"/> S <input type="text"/> <input type="text"/></p>
<p>Gioco 9</p> <p>Tv Antenna Radio</p> <p><input type="text"/> <input type="text"/> R <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> M <input type="text"/> <input type="text"/> S <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> O <input type="text"/> <input type="text"/> I</p>	<p>Gioco 10</p> <p>Ferro Piombo Oro</p> <p><input type="text"/> <input type="text"/> E <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> L <input type="text"/> <input type="text"/> I</p>	<p>Gioco 11</p> <p>Camera d'aria Zerbino Palla</p> <p><input type="text"/> <input type="text"/> O <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> A</p>	
<p>Gioco 12</p> <p>Vigna Aceto Spumante</p> <p><input type="text"/> <input type="text"/> I <input type="text"/> <input type="text"/></p>	<p>Gioco 13</p> <p>Condanna Magistrato Cancelliere</p> <p><input type="text"/> <input type="text"/> R <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> B <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> A <input type="text"/> <input type="text"/> L <input type="text"/></p>	<p>Gioco 14</p> <p>Albero Tavolo Sedia</p> <p><input type="text"/> <input type="text"/> E <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> N <input type="text"/></p>	<p>Gioco 15</p> <p>Lettoni Bilancetta Tv</p> <p><input type="text"/> <input type="text"/> U <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> B <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> C <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> O</p>
<p>Gioco 16</p> <p>Sigaretta Fumo Tabacco</p> <p>C <input type="text"/> <input type="text"/> R <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> N <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> A</p>	<p>Gioco 17</p> <p>Lavoro Impiego Mese</p> <p>P <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> A</p>	<p>Gioco 18</p> <p>Genio Lampada Aladino</p> <p>D <input type="text"/> <input type="text"/> S <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> R <input type="text"/> <input type="text"/> O</p>	
<p>Gioco 19</p> <p>Montagna Ruscello Sentiero</p> <p>P <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> S <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> T <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> E</p>	<p>Gioco 20</p> <p>Canna da Pesca Nailon Amo</p> <p><input type="text"/> <input type="text"/> S <input type="text"/> <input type="text"/> A</p>		



Risate in... Libertà



FERIE... AL FRESCO

Pacchetto vacanze, mese di agosto.

Pagamento *full credit*, pensione completa.

Località: Pagliarelli.

È una località lontana, alle falde della famosa Monreale.

Sistemazione: *suite* sita all'attico della struttura, piano quarto, panorama montano. La sera si possono ammirare alcuni paesaggi immersi in una miriade di punti luccicanti, che ne risaltano le bellezze. La *suite* è corredata da tutti i servizi in camera. Considerata la forte affluenza di ospiti, la doccia è situata nell'attiguo corridoio alla suite. L'impianto doccia è in comunione con tutti gli ospiti, per evitare sprechi d'acqua.



Alle ore 7:20 viene servita la colazione in camera; un addetto con carrellino di servizio porterà del latte e caffè d'orzo, quest'ultimo è privo di caffeina per evitare che i clienti possano eccitarsi. Nel caso che l'ospite si trovasse in uno stato di sonno profondo, non verrà disturbato, in quanto l'addetto lascerà la colazione (sempre che trovi il contenitore).

L'istituto cura pure quei clienti che amano i fanghi, offrendo un servizio di purificazione sito al primo piano, luogo separato dai clienti a quattro stelle. I clienti accolti nella struttura non dovranno temere eventuali furti, in quanto i valori verranno custoditi presso l'ufficio valori, sito al piano terra, attiguo alla *reception*.

Alle ore 9:00, chiunque voglia fare una piccola escursione può recarsi all'aria, ove vi troverà una zona tutta cementata, onde evitare piccoli infortuni. Chi desideri abbronzarsi non troverà nessuna difficoltà, in quanto è a cielo aperto.

Alle ore 12:00 viene servito il pranzo, ovviamente sempre in camera; l'ospite ha la possibilità di scegliere: prendere o lasciare. Nel caso in cui il cliente avesse optato per la seconda opzione, potrà intimamente cucinarsi un piatto a piacere, l'importante è non dimenticarsi di comprare, a tempo debito, quei viveri di cui necessitano.

Si ricorda ai clienti che gli addetti alla cucina sono *chef*, provenienti da tutta Italia, questo fa sì che i piatti varino ogni giorno, si va dal *pollo squartato dalla triade*, ai *maccheroni insanguinati dai killer*, oppure *bastoncini tipo grimaldello*, al *riso privo di sorriso*.

Alle ore 13:00 grande passeggiata per una buona digestione, la direzione consiglia di stare solo un'ora al sole, per evitare insolazioni, visto che l'aria è sprovvista di ombrelloni.

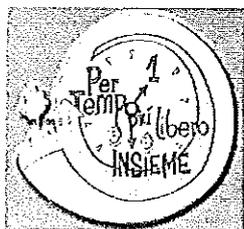
Alle 14:15 è l'ora della *siesta*, vista la forte affluenza, vi sarà poco silenzio, pertanto alla clientela è consigliato di usufruire dei servizi radio, che vi propongono ottima musica.

Ore 16:00, è il momento dello svago, è riservata una piccola sosta in locali dove potrete giocare con carte, dama, scacchi, oppure conversare con i vostri compagni riguardo di episodi di sventura!

Alle 17:00 sempre cena in camera: questa varia tutti i giorni, sono tutte pietanze di qualità, *cotoletta alla pressatura superfina*; la mollica utilizzata è di prima scelta, setacciata dal recupero della segatura di pane. Oppure pesce galleggiante: da l'impressione che sia vivo! Per i frutti di mare, vi potete rivolgere direttamente alla direzione, la quale, con premura, si occuperà di raccogliere piccoli mangia pane marini e piccoli fasolari che l'istituto ospita in abbondanza.

Alle ore 19:00, dopo una doccia rinfrescante (in tutti i sensi, per via dell'acqua fredda), avrete la possibilità di scegliere: commedie, film, teatro, festival delle canzoni, ovviamente tutto in tv. Il vero fiore all'occhiello della casa è che la fattura per tutti i servizi prestati vi sarà inviata a casa dall'ufficio competente e, dopo anni, con il beneficio della rateizzazione.

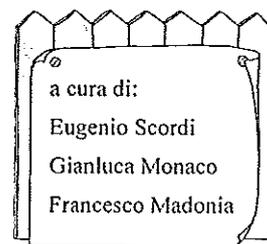
Scacciapensieri



L'anagramma del Processo Penale

Le parole inutilizzate costituiscono la risposta al quesito.

Si prendono a seguito della sentenza di colpevolezza.



P	G	C	U	C	O	C	C	O	L	A	P
U	N	A	L	O	R	A	P	P	A	O	E
G	A	N	E	P	O	D	U	L	S	R	L
A	G	L	I	O	F	N	U	O	U	D	A
R	A	S	U	C	C	A	Z	C	A	A	N
E	A	L	L	E	C	B	O	O	C	L	I
L	G	A	T	T	O	E	T	U	E	E	M
A	N	A	E	Z	I	L	L	Q	D	N	I
G	I	T	T	A	P	L	O	I	O	O	R
E	R	A	I	M	M	I	S	N	R	I	C
L	R	T	L	P	E	K	S	I	F	Z	O
O	A	O	N	I	S	S	A	S	S	A	I
V	M	A	L	E	M	A	F	N	I	I	G
E	R	E	C	I	L	P	M	O	C	M	E
P	E	N	I	M	I	R	C	T	A	A	L
L	A	E	A	T	L	U	M	R	G	G	L
O	T	A	T	U	P	M	I	U	O	I	O
C	I	O	T	A	G	A	P	F	T	B	C

Accusa - Arringa - Assassino - Assolto - Atti - Aula - Azione - Banda - Bigamia - Causa - Cella - Collegio - Colpevole - Colpo - Complice - Criminale - Crimine - Toga - Empio - Foro - Frode - Furto - Galera - Gang - Imputato - Infame - Iniquo - Ville - Ladro - Lite - Male - Multa - Pagato - Palo - Pena - Reati - Atto - Parola - Aglio - Tata - Gup - Pm - Locco.

L'Oroscopo di Eu...genio

a cura di:

Eugenio Scordi

Ivan Caracappa

Ariete: 21/03 – 20/04

Il mese è tutto in salita, per le continue traduzioni. Affrontate alcuni detenuti verbalmente, rimanendo dietro il blindo, eviterete gonfiore al viso. Salute: evitate il peperoncino, bruciore in arrivo. Amore: solo in sogno.

Toro: 21/04 – 21/05

Gli astri vi sono vicini, soprattutto Saturno e Mercurio. Presto mangerete fuori cubicolo: un detenuto vi getterà un panino all'aria. Salute: evitate il cellulare, quale? Amore: solo astratto al sole.

Gemelli: 22/05 – 21/06

Giove vi è favorevole, e vi invita alla sezione "Est". Con il vostro coinquilino siate più cortesi, ci guadagnerete un caffè che voi avete comprato. Salute: consiglio esame vestibolare, acqua in bocca, e non nell'orecchio. Amore: con la fantasia otterrete tutto.

Cancro: 22/06 – 22/07

Piccole noie carcerarie da risolvere per un amico che vi sta troppo vicino; state attenti alla sparizione di merendine e caramelle, vigilate. Notizie piacevoli in arrivo, non tutti i semestri sono persi. Salute: possibili tracce di sangue nel vino. Amore: stringete il cuscino molto forte.

Leone: 23/07 – 22/08

Il mese è tutto in discesa, fra non molto funzionerà l'ascensore del tribunale. Consiglio: imbarcate 15 panini di farina, vi aiuteranno in quella solidità che cercate. Salute: imbarcate prugne del Sahara, evacuerete con facilità. Amore: evitate di bucare il materasso.

Vergine: 23/08 – 22/09

Marte vi suggerisce di stare attenti a quello che dite dentro il cubicolo, interfono acceso. Bevete molta sambuca, se la trovate, vi aiuterà a dimenticare. Salute: un po' di torcicollo, giratevi dalla parte della vergogna, vi aiuterà. Amore: anche se distante, guardate la sezione femminile.

Bilancia: 23/09 – 22/10

Giornate movimentate con gli assistenti, contenetevi, loro sono in tanti e voi siete soli, chi ha la meglio? Questo mese riceverete molta posta, soprattutto atti giudiziari. Salute: ragadi in crescendo; le sezioni con il frigo in dotazione sono favorite in quanto possono usufruire dei cubetti in ghiaccio. Amore: Cupido pronto a sfrecciare, state attenti dove vi prende.

Scorpione: 23/10 – 22/11

Nonostante le tante opposizioni dei pianeti, adesso sapete muovervi con agilità. Purtroppo le mura sono alte, rischiate fratture multiple. Salute: ulna e radio troppo usurate, calmatevi un po'. Amore: aiutate il prossimo.

Sagittario: 23/11 – 21/12

È un momento di grande ottimismo, proseguite con pazienza questa espiazione, vedrete che finirà; questione di tempo, cercate di dormire di più al pomeriggio, evitate l'aria, rischio collusione. Salute: mangiate riso all'inglese, anche se vi trovate in un carcere italiano. Vi aiuterà a restringere le pareti. Amore: Venere vi verrà in sogno, "abbracciatela".

Capricorno: 22/12 – 20/01

Gli astri vi girano intorno così velocemente che vi potrebbero far sbandare. Siate cauti nello scendere le scale, pericolo buccia di banana. Riceverete una notifica per l'udienza rinviata. Salute: encefalopatia da stress. Consiglio di evitare l'acqua fredda perché potrebbe gelarvi tutto. Amore: una lettera molto importante arrecherà quel profumo che tanto conoscete; potete soltanto odorarlo.

Acquario: 21/01 – 18/02

Potrebbe esserci una buona svolta per togliervi una spina, pregate San Crispino che lui sa come fare. Durante le 3 docce settimanali, state attenti al sapone marsigliese, vi potrebbero imputare un altro reato. Posta in arrivo, avviso di persona informata dei fatti, ma sicuramente voi vi starete zitti. Salute: cistite in atto, evitate indumenti di colore nero, bevete molta acqua e addormentatevi nelle ore piccole (orine). Amore: per il momento dimenticatela questa parola.

Pesci: 19/02 – 20/03

Gli astri sono molto favorevoli, Giove si accosta a Venere, come voi vi vorreste accostare alla vostra Venere, tutto ciò avverrà, se dio vorrà. Posta in arrivo, ottime notizie, vi concederanno anche i francobolli che vi sono all'interno. Salute: linguine leggermente arrossato, evitate la crema che vi mettete all'aria durante l'abbronzatura, questo vi aiuterà ad una pronta guarigione. Amore: Lunga è l'attesa, se saprete resistere avverrà il ricongiungimento della parola.