

SALUTE in GRATA



N10 | 2012

ANNO 5 - NOVEMBRE / DICEMBRE - 2012

PERIODICO DI INFORMAZIONE SULLA SALUTE
DELLA 2ª CASA DI RECLUSIONE MILANO - BOLLATE
REGISTRAZIONE TRIBUNALE DI MILANO
N° 608 DEL 10/10/2008



Natale sorri-dente!

Dona un sorriso

Le considerazioni entusiastiche dei primi detenuti che hanno beneficiato di questa iniziativa.

PAG 4-5/8-9

Gioco d'azzardo patologico

Autorevole studio condotto nelle carceri milanesi per analizzare un fenomeno in forte crescita.

PAG 14-15

Danza lenta

La poesia scritta da un'adolescente, malata terminale, ci riporta una realtà di vita e un'esortazione.

PAG 24-25

"Il Fuori si accorga
che il Dentro è una sua parte "



Angelo Maj
Direttore



Massimo D'Odorico
Vice Direttore



Roberto Rossi
Capo Redattore



Lorenzo Gravellini
Volontario



Ilaria Pezzetti
Volontaria



Paolo Viviani
Correttore testi



Renato Vallanzasca
Redattore



Vincenzo Tucci
Responsabile lab. 3° rep.



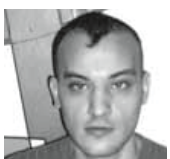
Vito Lotrecchiano
Grafico



Marta Perego
Volontaria



Maurizio Francini
Segretario Sport.Salute



Gaetano Del Vecchio
Redattore

REDAZIONE

DIRETTORE RESPONSABILE: Angelo Maj;
DIRETTORE EDITORIALE: Viviana Brinkmann;
VICE DIRETTORE: Massimo D'Odorico;
SUPERVISORE SCIENTIFICO: Roberto Danese;
SEGRETARIO DI REDAZIONE: Paolo Longinotti;
VICE SEGRETARIO: Roberto Simeone;
CAPO REDATTORE: Roberto Rossi;
REDATTORI: Tiziano Pedone;

INVIATO INTERNO: Antonino Di Mauro;
CORRETTORI TESTI: Luigi Bertolini, Paolo Viviani
GRAFICO: Mario Castiglioni, Massimo Foti, Livio Volpi;

REDAZIONE FEMMINILE

Laurentia Caraiwan, Mirela Popovici, Sonya;
PROGETTO GRAFICO: La Redazione coadiuvata da Emanuele Gipponi;
LOGO: Design Kassa <http://design.kassa.it>

EDITORE



HANNO COLLABORATO

Bruno Ballistreri / Luigi Bertolini / Giovanna Biondillo /
Mario Castiglioni / Gaetano Del Vecchio / Don Fabio Fossati /
Daniela Giaconi / Paolo Longinotti / Tiziano Monti / Alida Parisi /
Tiziano Pedone / Roberto Simeone / Michela Vallario / Livio Volpi

Associazione di Volontariato Gli amici di Zaccheo-Lombardia
Sede Legale Via T. Calzecchi, 2 - 20133 Milano
Tel. 02/33402990 - Cell. 3477402524

www.amicidizaccheo-lombardia.it-vivibk@libero.it

Aderente alla Conferenza Regionale Volontariato Giustizia della Lombardia
Aderente alla Federazione Nazionale dell'Informazione dal carcere e sul carcere.
Questo numero è stato chiuso in Redazione il 11/12/2012 alle ore 18:00.
Tiratura copie 12.000 annue

STAMPA MIOLAGRAFICHE S.r.l. Via N.Battaglia, 27 20127 Milano

RIPRODUZIONI

Qualsiasi riproduzione, totale o parziale, del contenuto della presente pubblicazione deve essere preventivamente concordata ed autorizzata dall'Editore.

Sommario

SERVIZI

-
-
- 3 EDITORIALE
 - 4 LA SOLIDARIETÀ SORRIDE
 - 6 LA MISURA DELLA FEDE
 - 8 UN SORRISO ALLA VITA
 - 10 IL REGALO PIÙ BELLO
 - 12 NATALE IN CASA CARUGATI
 - 14 IL ROSSO E IL NERO
 - 16 L'ANNO CHE VERRÀ
 - 18 LA PIZZA DI PAPÀ NATALE
 - 19 ERRARE È UMANO MA...
 - 20 DOLCE NATALE
 - 22 CONCRETI SVILUPPI
 - 23 L'IMPORTANTE È COMINCIARE
 - 24 DANZA LENTA
 - 26 GERMI DEL MALESSERE
 - 29 TOMBOLATA E MUSICA
 - 30 PREGHIERA PER UN CARCERATO
 - 30 HANNO SCRITTO PER NOI
 - 31 TEAM PUPAZZETTI
 - 31 NEWS

AREA SANITARIA

-
-
- 28 INFORMAZIONE / "Elenco comunicati ufficiali"



editoriale

Un anno insieme

di Massimo D'Odorico

È fine anno, periodo di consuntivi. Un anno passato lavorando in autogestione, con positive note di crescita nonostante le tante difficoltà che si sono interposte sul nostro cammino. Non è facile proporre un giornale su un argomento tanto spinoso qual

è la salute, soprattutto nell'ambito di un'istituzione totale come il carcere; trovare spunti e argomenti che possano attrarre i lettori, è una sfida che accompagna quotidianamente la nostra Redazione, composta interamente da detenuti volontari. Condizionata, fortunatamente dal naturale turn-over, la Redazione è impegnata in una continua ricerca di coesione e adattamento alle peculiarità personali di tutti i suoi componenti, cercando sempre e comunque, di mantenere la linea editoriale intrapresa e consolidata da ormai cinque anni di lavoro. La nostra scelta è da sempre l'informazione non critica, ma a nostro avviso costruttiva, con la consapevolezza dei nostri limiti. Siamo un gruppo eterogeneo, ognuno di noi ha età e vissuti differenti, percorsi scolastici e culturali diversi e soprattutto nessuno è un giornalista professionista; è quindi evidente a quante difficoltà ci troviamo a dover far fronte. Importante è cogliere la bellezza di tali differenze, l'espressione di pensieri disomogenei che comunque riescono a coesistere e a interagire al fine di perseguire un fine comune. Il giornale come strumento per allenare un gruppo di persone alla socializzazione, alla condivisione di spazi, quindi funzionale come una sorta di palestra, per il futuro reinserimento nella società civile. Ricopro da più di un anno il ruolo di vicedirettore, con il compito di coordinare il gruppo di lavoro, funzione che comporta responsabilità nei confronti dei compagni e dell'associazione che mi hanno accordato la loro fiducia. Non nascondo di essermi spaventato quando mi è stato proposto l'incarico, consapevole del tanto lavoro che mi attendeva e della mia lacunosa preparazione. Nonostante tutto, grazie all'apporto di tutti i compagni con molto impegno e tra mille difficoltà la realtà del nostro periodico si è nel tempo consolidata, ricevendo critiche ma anche complimenti. Persevereremo nel nostro impegno con l'intenzione di migliorare. ●

La solidarietà sorride

FINALMENTE
SI MANGIA
E SI SORRIDE

di Tiziano Monti

L'Associazione Gli amici di Zaccheo ha istituito un Fondo Odontoiatrico che raccoglie le donazioni derivanti dalla cessione di manufatti prodotti da detenuti e detenute volontari nei Laboratori messi a disposizione dalla II^a C.R. Milano-Bollate, e con libere offerte dalla società civile. Il fondo è impie-

gato per pagare le parcelle mediche all'Odontoiatra privata a detenuti edentuli e privi di qualsiasi sostegno economico sia intramurale sia esterno. Già cinque protesi sono state completate e consegnate e un'altra è in corso d'opera. Riportiamo le considerazioni e le impressioni di chi per primo ha beneficiato dei risultati di questa iniziativa di solidarietà.



Da sempre i miei denti mi hanno causato problemi. Problemi che nel corso degli anni si sono via via aggravati, complice il mio terrore per i dentisti e la mia agorafobia, che mi hanno sempre dissuaso dal farmi curare. Sono rimasto, ancora abbastanza giovane, con tre denti nell'arcata inferiore e quattro in quella superiore. Risultato: grande difficoltà di masticazione, problemi digestivi piuttosto seri e anche un certo disagio psicologico per le condizioni del mio aspetto. Dopo lungo patire, mi ero finalmente convinto, nonostante le mie paure e fobie, che forse era il caso di far qualcosa per porre rimedio a questa situazione, ma la mia determinazione purtroppo si scontrava con i rilevanti costi necessari alle cure e la mia situazione economica, disastrosa come i miei denti. Poi, come a volte succede, quasi per caso, leggendo il mensile "Salute inGrata" e chiacchierando con i compagni in sezione, il famoso "passaparola", sono venuto a conoscenza dell'iniziativa **"Dona un**



sorriso” promossa ed organizzata dall’Associazione Gli amici di Zaccheo ONLUS, iniziativa che si propone di donare protesi dentarie a detenuti con gravi problemi di masticazione e privi di aiuti e mezzi economici propri. Ne ho parlato con l’Educatrice e sono stato inserito in una lista di persone in possesso dei requisiti necessari per farne parte. Dopo un po’ di tempo, con mia sorpresa e sollievo, anche paura, sono stato chiamato. La mia paura è scomparsa al primo colloquio e visita della dentista, che opera in ambito privato per questo progetto, dottoressa Pedronetto che, con i suoi modi affabili, pazienti e professionali mi ha tranquillizzato; mi ha spiegato dettagliatamente tutta la procedura necessaria a sistemarmi la dentatura e mi ha assicurato che non avrei provato dolore. Così è stato, dalla prima visita in poco più di quaranta giorni e dopo parecchie sedute, mi sono state posizionate due protesi, all’arcata superiore e inferiore. Adesso, oltre a sorridere e parlare correttamente, finalmente con i miei denti nuovi ho ritrovato il corretto e naturale posizionamento della mandibola, mastico bene e i problemi digestivi sono scomparsi. Il problema economico del pagamento della professionista è stato risolto dall’Associazione Gli amici di Zaccheo, promotrice dell’iniziativa, che ha materialmente pagato la cospicua cifra necessaria per effettuare le cure e le protesi. Il reperimento dei fondi utili al

pagamento della mia cura è avvenuto per mezzo di quella che io chiamo la “catena della solidarietà e generosità”. Da un’idea a prima vista bizzarra, quella di costruire dei pupazzetti in cartapesta da distribuire a fronte del versamento di una libera donazione a detenuti e loro familiari, è nato un vero e proprio movimento lavorativo che ha coinvolto nell’arco di pochissimi mesi decine di detenuti volontari che, distribuiti in tre laboratori creati dall’Associazione che ne sostiene tutti i costi, hanno messo al servizio della causa la loro volontà, il loro tempo, la loro manualità ed ingegno per fabbricare con carta, acqua, colla e colori i pupazzetti che poi altri volontari hanno provveduto a presentare e distribuire ai colloqui all’area verde, alla ludoteca, nei reparti, e ovunque vi potesse essere un canale di sbocco anche esterno al carcere per favorire ed incrementare la solidarietà. Sono certo che questa iniziativa è la prima e unica in tutta Italia, ed è stupefacente che in così poco tempo sia riuscita a dare risultati così notevoli ed incoraggianti per il futuro. L’augurio che io e tanti altri detenuti facciamo all’Associazione è che questa iniziativa prosegua con sempre maggior successo: tanti altri compagni sono nella stessa situazione in cui mi trovavo io prima di godere di questo atto di generosa solidarietà. Sono Tiziano Monti, e non avrò mai parole sufficienti per ringraziare le persone che hanno reso possibile tutto questo. //

La misura della Fede

L'INIZIO DELLA
SALVEZZA
DONATA A TUTTI

● Don Fabio Fossati
Cappellano dell'Istituto



Arriva Natale e come ogni anno ci organizziamo per la grande festa. Ma cosa possiamo dire dal punto di vista strettamente storico-religioso di questa festa? Del Natale parlano i due cosiddetti “Vangeli dell’infanzia”, quello di Matteo e quello di Luca. Nessuno dei due offre una data precisa relativa alla nascita di Cristo, né circa l’anno né circa il giorno. Il dato più importante relativo alla datazione è l’accenno di Luca al censimento di Quirinio (governatore della Siria durante il regno di Cesare Augusto), che oggi poniamo tra l’8 e il 6 a.C.. E’ paradossale, ma in base alla nostra datazione moderna Gesù è nato 8-6 anni prima di se stesso. Questo paradosso è dovuto al fatto che il monaco Dionigi il Piccolo, fissando “l’era cristiana” nel VI secolo, sbagliò i suoi calcoli sia pure di pochi anni. Anche della data tradizionale del 25 dicembre non abbiamo alcuna certezza. Anzi sembra assodato che la chiesa primitiva scelse la data del solstizio d’inverno perché, in quel giorno in cui il Sole comincia il suo ritorno nei cieli boreali, i pagani che adoravano Mitra celebravano il Dies Natalis Solis Invicti (giorno della nascita del Sole invincibile). Di qui l’idea di usare quel

giorno per festeggiare la nascita di Cristo, definito dal Vangelo di Giovanni “la luce vera del mondo”. Tutto questo mette in dubbio la storicità della nascita di Gesù? Gli storici ormai concordano nel dire di no. Non ci sono dubbi seri sulla storicità della figura di Gesù, anche se di fatto conosciamo abbastanza poco della sua vita, soprattutto dei primi trent’anni della sua esistenza. I Vangeli rimangono le fonti più importanti dal punto di vista storico, anche se questi te-



sti non vanno presi come studi storici, essendo essenzialmente delle proposte di fede scritte alla luce della Pasqua, cioè della risurrezione di Gesù.



E questo ci permette di ricordare il legame inscindibile che lega il Natale alla Pasqua. Per un credente il cuore della fede e dell'anno liturgico si situa nella Pasqua di Gesù e non tanto nel suo Natale e il motivo è abbastanza evidente: senza la Pasqua non ci sarebbe nessun Natale da festeggiare! Se Cristo non fosse risorto, la sua nascita sarebbe quella di un grande uomo della storia e nulla di più. Festeggeremo il suo natale semplicemente come un ricorrenza storica importante, come si ricordano gli anniversari della nascita dei grandi personaggi storici. Invece il credente festeggia il Natale perché vede nel bambino nato a Betlemme non solo un simbolo di pace e di bontà, ma soprattutto il Figlio di Dio venuto a dare la vita per il mondo attraverso la sua passione, morte e risurrezione. E questo valeva già per Luca e Matteo, che riempiono la loro narrazione della nascita di Gesù di simboli pasquali (su tutti la visita dei Magi che portano la mirra, unguento destinato alla sepoltura degli uomini importanti, e il racconto della strage degli innocenti di Erode, che prefigura il destino del bambino appena nato). Questo legame tra le due grandi feste cristiane ci ricorda una verità importante: la fede in Gesù non può essere ridotta ai simboli della pace e della bontà, quasi che la scelta per Gesù possa essere ricondotta ad una sorta di morale universale. La fede deve misurar-

si per forza con lo scandalo della croce e con la questione della risurrezione di Gesù. E lì e soltanto lì che si pone la vera scommessa della fede. Ed è a questo livello che il Natale assume tutta la sua serietà e la sua valenza più profonda. A tutti voi il mio più profondo e sentito augurio di buon Natale! //



Un sorriso alla vita

RIENTRO NELLA
REGOLARE
NATURALEZZA

di Giovanna Biondillo

Potrebbe raccontarci qual era la situazione dei suoi denti prima dell'intervento?

Da circa sette anni ero priva di dentatura; a causa di un episodio violento ho perso immediatamente alcuni denti, gli altri successivamente, con il passare del tempo, a seguito di quell'evento traumatico. Ho sempre avuto paura del dentista, inoltre le difficoltà economiche mi precludevano qualsiasi intervento per sistemare i denti. Data la mia età ero ormai rassegnata al fatto che la situazione non sarebbe più cambiata.

Il fatto di essere senza denti le procurava particolari problemi pratici e psicologici?

Ho una parola per definire lo stato d'animo

in cui vivevo: umiliante. Ovviamente, avevo grandi impedimenti di masticazione e conseguentemente notevoli difficoltà digestive, con tutti i disagi che ciò comporta, ma soprattutto, visto anche la mia non più giovane età, mi sentivo menomata nello spirito perché, se come si dice, l'immagine è lo specchio di una persona, io trovavo che la mia era desolante.

Ora che ha risolto i suoi problemi di masticazione, ha riscontrato altri benefici conseguenti alla sua nuova condizione?

Tra qualche mese tornerò libera e uscirò dal carcere rinnovata nello spirito e nell'aspetto; sarà più facile rapportarmi con gli altri e di conseguenza avrò meno difficoltà nella ricerca di un posto di lavoro. In precedenza, a causa del mio aspetto avevo delle remore anche solo a presentarmi ai colloqui. Questa mia nuova immagine è perciò per me molto importante, è un punto di svolta per il mio essere, costituisce un vero sorriso alla vita che mi attende. Le cure cui mi sono sottoposta hanno avuto anche, oltre all'aspetto medico, un forte risvolto psicologico: hanno fatto rinascere la mia autostima. Mi sentivo infatti menomata dalla mancanza di denti, con questo grande regalo che ho ricevuto mi sento pronta ad affrontare il futuro con fiducia e con la migliore predisposizione d'animo; avrò, penso, un nuovo approccio con la vita. Ho riacquisito, oltre al sorriso esteriore, anche quello interiore, mi sento ringiovanita e rinvigorita e mi sembra, guardandomi, che con il miglioramento del mio aspetto io





abbia trovato anche una nuova luce negli occhi.

Lei pensa che vi potranno essere dei cambiamenti anche nella sua vita affettiva?

Penso con emozione al momento dell'incontro con il mio compagno; già sapeva che mi sarei sottoposta a questo intervento, ma non mi ha ancora visto: sono impaziente di mostrarmi nella mia nuova bellezza che spero possa destare un piacevole stupore. Mi trovo a immaginare il difficile momento in cui rivedrò i miei figli che i casi della vita mi hanno costretto a non vedere ormai da tanto tempo.

Com'è stato il suo rapporto con l'odontoiatra? Ha fatto svanire le sue paure?

Ho avuto un ottimo rapporto con la dentista, che da subito mi ha dato un senso di fiducia, anche perché, diabetica quale sono, ho bisogno di attenzioni e cure particolari. La dottoressa e la sua équipe sono state bravissime a mettermi a mio agio e a far svanire le mie paure.

Siamo lieti per lei; ha qualcosa da aggiungere a questa intervista?

Vorrei esprimere i miei più sentiti ringraziamenti innanzitutto all'Associazione Gli amici di Zaccheo che ha ideato e realizzato questa nobile e altruistica iniziativa denominata "Dona un sorriso". Sono grata a tutti coloro che materialmente hanno reso possibile il concretizzarsi di questo progetto. La raccolta dei fondi necessari al pagamento delle costose

protesi è il risultato di una catena di solidarietà, buona volontà e lavoro di molte persone, volontari impegnati nei tre laboratori, due nei reparti maschili e uno al femminile, che stanno creando con abilità e fantasia dei simpatici e colorati pupazzetti di cartapesta, raffiguranti svariati soggetti, ceduti poi, a fronte di una libera donazione volontaria, a detenuti e loro familiari ed amici durante i colloqui all'area verde e in ludoteca, anche in occasione di altre manifestazioni interne ed esterne. Stupisce davvero constatare come, dopo solo sei mesi dall'inizio di questa attività, già alcune di queste costose protesi sono state approntate, ed altri compagni hanno iniziato il percorso di cure.

Un grazie particolare e di cuore, dunque, da chi ha ricevuto il più bel dono di Natale. //



Il regalo più bello

UN DONO PER
IL VECCHIO
MERLINO

di Mario Castiglioni



Cucciolotti, venite vicino allo zio Benjamin che vi racconto una storia. Era un inverno rigido e si avvicinava il Natale, ci stavamo rilassando passeggiando nei boschi con l'immane pallina in bocca, ero poco più avanti del mio amico, quando all'improvviso lui si ferma sedendosi su un vecchio pino abbattuto dal peso della neve, caduta abbondantemente in quei giorni; ho ancora il profumo di resina nelle narici, e negli occhi il magnifico quadro che l'immensa vallata davanti a noi dipingeva in tutte le sue forme e colori, mentre in fondo valle le prime luci di un paesino in riva al lago ricreavano l'atmosfera di un presepe. Dopo qualche

minuto che la mia pallina giaceva ai suoi piedi invitandolo a lancia-la, fece uscire quelle parole "questo è l'ultimo Natale di Merlino, e dopo tante feste passate in quell'inferno di canile, non so cosa fare per regalargli una festa diversa". Che cosa poteva fare di più, trovare qualcosa era veramente un'impresa. Lo aveva letteralmente strappato alla morte portandolo via da quel canile lager, curato per la leishmaniosi e molto altro. Dentro casa siamo già in otto cani dei quali sei tutti con grossi problemi, tre gatti e uno di questi è la Maffi, e figurati se vuole un altro cane in casa, tre tartarughe di terra, quattro di acqua, un furetto e Civi, la civetta. Non vorrà mettere in canile me o Nat visto che siamo i più giovani e sani, vuoi vedere che tutta questa moina è per darmi questa bella notizia! Allora mi ripresi la pallina e feci finta di nulla standogli alla larga, dicendomi, vedi tu che bel regalo mi vuole rifilare quest'anno il mio amico. Tornati a casa, divulgai subito l'accaduto ai coinquilini, mi sdraiai vicino al camino e nei pochi giorni che ci separarono dal Natale, tutti noi di casa fingemmo di stare male e lui non disse più nulla, comportandosi nel solito modo fino al giorno di Natale, quando preparò per tutto il giorno presepe e addobbi mai più usati dalla morte del padre, avvenuta cinque anni prima. Tutti eravamo disorientati vedendo quelle mille luci accendersi e





spegnersi, ma in quella magica atmosfera si percepiva l'importanza di quel giorno. Mancava poco ormai alla mezzanotte e noi tutti avevamo abbandonato le nostre immaginarie malattie, preparandoci a ricevere il regalo che di prassi consisteva in qualche leccornia, invece lui sorprese tutti. Le leccornie furono destinate agli amici in canile mentre a noi egoisti, donò il regalo più bello, la compagnia di Merlino, che in un primo momento nessuno di noi apprezzò molto. Subito dopo però fummo investiti da una bellissima sensazione tutti insieme alzammo la testa verso il cielo, dal canile si udì l'ululato dei nostri amici e noi ci unimmo a loro, mentre Merlino alzando la testa verso il suo viso, con un delicato bacio gli asciugò una lacrima, e muovendo con le ultime forze la coda, lo ringraziò del calore familiare che fino a quel momento non aveva mai conosciuto. Così noi tutti salutavamo con

quei semplici gesti l'evento. Con questo miei cari nipoti, voglio insegnarvi che non conta il tipo e il valore del regalo, ma è il gesto, il significato per cui si fa. Io dentro di me porto ancora il ricordo delle fusa di Maffi sul mio collo, e stampata nella mente la foto di Merlino e di quel bacio, il mio amico aveva trovato un regalo e fatto capire a tutti la

parola: Natale. Ora tutti a nanna che stanotte arriva Babbo Natale. È giunto il momento di salutarci cari amici, per Mario non sarà solo il Natale, ma sarà una nascita vera e propria, andrà in articolo 21, ma da parte mia non è un'addio, io rimarrò un volontario de Gli amici di Zacheo, lui non lo so. Noi invece ogni tanto ci ritroveremo su queste pagine, se la redazione mi inviterà a scrivere. È stata una bellissima esperienza grazie a tutti! Bauuu. //



Natale in casa Carugati

ANCHE LA CLASSE OPERAIA VA IN PARADISO

di Luigi Bertolini



Oramai il Natale era alle porte, nella cascina Carugati i preparativi si facevano sempre più febbrili coinvolgendo tutti i componenti della famiglia. Nella casa s'aggiravano: l'acciaccato Severino, l'Armando con l'immane sigaretta che penzolava dalla bocca, il Federico che parlava ormai lingue in-

comprensibili e l'Adalpinina che svolazzava tra i parenti a ritmo sincopato di paso doble, tutti felicemente uniti in una sorta di rincorsa all'iniziativa o idea migliore, che avrebbe dovuto rendere irripetibile l'evento. Durante un momento di pausa si trovarono tutti riuniti per una merendina a base di polenta taragna, la nonna Adalgisa, con antiche movenze rovesciò al centro del tavolo un'enorme e fumigante impasto giallo, che inondò la stanza disperdendo i fumi all'esterno. Si racconta che quel pomeriggio nei dintorni del casolare ci furono vari incidenti per un'anomala ondata di nebbia ed alcuni malcapitati che si trovarono a passare nei pressi vennero ricoverati d'urgenza per sospetta intossicazione da gorgonzola. Per il Natale che stava alle porte volevano riunire tutti i componenti della grande famiglia Carugati, anche i parenti più lontani dovevano far parte dell'evento, fu così che durante quella storica merenda decisero all'unanimità di pubblicare l'invito su tutti i quotidiani, sicuri che anche il parentado più distratto, attraverso i giornali, avrebbe partecipato all'evento, compreso i parenti residenti all'estero, come lo zio GianMario che si era trasferito da anni nell'entroterra Toscana. Alla vigilia dell'evento i Carugati erano tutti schierati nel grande cortile della casa aspettando con ansia l'arrivo dei primi parenti, in fondo alla strada s'udiva un





minaccioso brontolio ed improvvisamente apparve una folla che si riversò sciamando festante nel cortile, alcuni alzavano cartelli con scritto CARUGATI-ANSALDO altri CARUGATI-MAGNETI MARELLI e quello più strano recitava CARUGATI-ESODATI. La cosa più inquietante era che dietro alla folla alcuni pulman stavano strombazzando per farsi strada innalzando cartelli come HASTA LA VICTORIA SIEMPRE-CARUGATI HAVANA oppure CARUGATI FOREVER altri ancora LES AMIS DE PARIS CARUGATI.

I Carugati (quelli della cascina) si guardarono attoniti poi con un sorriso aprirono la casa a tutti i presenti. La serata fu uno

spettacolo d'abbracci, amicizia e allegria senza fine. L'Adalpina con il suo paso doble ricevette ovazioni ed applausi a non finire, il Federico parlava in tutte le lingue sentendosi finalmente realizzato, il Severino gettò alle ortiche le sue presunte patologie e ballò come un forsennato per tutta la notte e l'Armando passò l'intera vigilia fumando ottimi Havana mentre a nonna Adalgisa spuntarono le lacrime incontrando vecchi amici coi quali condivise toccanti ricordi. Per la famiglia Carugati quello fu il Natale più intenso e bello della loro vita! La dinastia dei Carugati per la prima volta aveva indiscutibilmente vinto! //



Il rosso e il nero

UN APPROFONDITO
STUDIO SUL GIOCO
D'AZZARDO

● Prof. Riccardo Zerbetto
Dott.ssa Cinzia Foglia

Sponsorizzato dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri – Dipartimento Politiche Antidroga e dal Ministero della Salute, in collaborazione con UNICRI e la Società Italiana di Neuroscienze, è stata effettuata una ricerca nelle carceri milanesi riguardante gioco d'azzardo e detenzione. Lo scopo della ricerca nei tre istituti milanesi (Opera, Bollate e San Vittore) è quello di trovare soggetti a rischio per poi avviare gli stessi ad un percorso di sostegno e prevenzione. Il progetto sperimentale, chiamato “Il rosso e il nero”, si articola in tre attività principali: formazione sul GAP (Gioco d'Azzardo Patologico) destinato agli operatori penitenziari, ricerca sul gioco in carcere e presa in carico di alcuni detenuti – giocatori. È stato accertato grazie a dei questionari che il 64% giocava prima della reclusione e il 58% gioca anche in carcere, inoltre il 29% di essi gioca con

posta in palio e nel 23% dei casi risulta essere soldi, bene di cui i detenuti non dispongono in contanti, ma che barattano con sigarette, beni alimentari o quant'altro abbia un valore. È stato costatato inoltre che negli ultimi anni, molti ex detenuti, si sono rovinati con le macchinette, tanto da portare i familiari a chiedere aiuto. È stato appurato dall'ASL 2 di Milano, che ha trattato 30 giocatori patologici, alcuni di essi in carcere o comunque provenienti dal circuito penale, provando che la maggior parte degli ex detenuti, per far fronte ai debiti di gioco sono costretti a tornare a delinquere. Inoltre è emerso da questa ricerca che la problematica riguarda anche soggetti incensurati, che per far fronte alle ingenti perdite di denaro, sono costretti a commettere il loro primo reato. In questo progetto sono stati chiamati in causa tutti gli enti facenti parte del sistema carcerario e ministeriale, l'obiettivo principale è stato quello di fornire un supporto nella prevenzione delle prime fasi di dipendenza da gioco. Nella formazione sono state affrontate varie tematiche di tipo introduttivo, es: che cosa è il gioco d'azzardo, quali sono le categorie a rischio, la correlazione tra gioco e criminalità, le conseguenze personali e familiari. La particolare complessità del fenomeno, prevede un percorso curativo sia individuale sia di gruppo, con e sulla famiglia del giocatore, al fine di motivare la completa presa di coscienza dell'individuo. L'obiettivo è stato quello di indagare e individuare i potenziali giocatori; sono risultati efficaci due test auto-compilati-



vi, il primo chiamato “Questiongap”, utile per la ricerca in oggetto, con la finalità di poter indagare sullo stato di gioco-dipendenza sia prima della detenzione sia durante. Il secondo questionario distribuito, il “SOGS”, è un test auto-valutativo che aiuta a individuare il rapporto problematico con il gioco d’azzardo, lasciando ai detenuti la possibilità di auto-segnalarsi, in modo da comprendere anche la loro volontà di aiutarsi. A Bollate, carcere sperimentale in cui i detenuti sono impegnati in varie attività, si è concordato con l’amministrazione penitenziaria di distribuire questionari a tutti quando si trovano in reparto, valutando con gli operatori il momento di massima presenza, così da ottenere la più alta percentuale possibile. Raccolti i questionari, si è potuto procedere con l’analisi dettagliata dei dati, che hanno portato un esito significativo. Occorre inoltre tener presente che ogni istituto ha i suoi servizi e le proprie risorse. Pertanto è utile sapere che da questo punto di vista, i risultati ottenuti in questi progetti, meriterebbero ulteriore approfondimento. Stimare la rilevanza del gioco d’azzardo negli Istituti di pena aiuta a valutarne al meglio le potenzialità in termini di socializzazione e stimolo intellettuale e anche di rischio di perpetuazione dei comportamenti autolesivi. Inoltre, favorisce una presa di coscienza dei giocatori compulsivi che soffrono di questa patologia, nella



prospettiva di avvio, già dal carcere, in un percorso terapeutico - riabilitativo, che prosegua nel periodo successivo alla dimissione tramite strutture specialistiche sul territorio. In conclusione si costata che, esaminando il numero di coloro che riconoscono la propria problematica, possiamo dedurre quale può essere l’efficacia del percorso psico-socio-educativo volto sia al trattamento dei detenuti ed ex detenuti-giocatori, sia all’ orientamento e sostegno alle loro famiglie. Si deduce infine che il progetto “Il rosso e il nero” dà un accurato contributo nel prevenire e combattere questo fenomeno in forte ascesa. //

	BOLLATE	OPERA	SAN VITTORE
Gratta e vinci	37%	32%	39%
Lotterie	13%	12%	16%
Gioco del Lotto	22%	22%	24%
Superenalotto	24%	27%	23%
Videolotterie	6%	9%	10%
Videopoker	29%	24%	39%
Bingo	11%	12%	24%
Gioco di carte con posta in palio	20%	14%	27%
Gioco di dadi con posta in palio	9%	8%	11%
Riffe	1%	5%	6%
Giochi di abilità (biliardo, freccette)	18%	19%	20%
Totip	8%	11%	10%
Totocalcio, Totogol, Totosei, Formula 101	13%	17%	20%
Corse di cavalli, cani	12%	11%	20%
Snai, calcio scommesse	18%	16%	28%
Fondi di investimento, titoli di borsa	2%	3%	5%

L'Anno che verrà

SENTIAMO UN PO'
COSA CI DICONO
LE NOVELLE

di Mario Castiglioni



Come tutti gli anni, di prassi, bisogna conoscere almeno sommariamente come andrà l'anno che sta per arrivare; le attività, dalla più piccola alla più grande devono fare le previsioni di fatturato e bilancio, programmare la produzione, pianificare spese ed eventuali investimenti usando le statistiche storiche e le previsioni dei mercati, considerando le commesse da evadere e gli ordinativi in portafoglio. Ma per noi comuni cittadini, programmare qualche spesa nell'immediato futuro è diventato assai difficile. Ci si dedica allora a prevedere con curiosità cosa ci riserva l'anno che verrà. I più gettonati mezzi di esplorazione sono: l'oroscopo, i tarocchi e le sibille; entra così in gioco il nostro Oroscopo dei Tarocchi, utilizzato in uno dei sistemi più usati per interpretare gli Arcani Maggiori: il "cerchio del tempo". Dodici Arcani vengono disposti in circolo antiorario estraendoli in sequenza dal mazzo, mentre al centro viene depresso capovolto il rimanente mazzo; questo Arcano chiude il gioco. Comincia così l'interpretazione degli Arcani, leggendo quello che immagini e colori ritratti combinati fra loro vogliono svelarci dell'anno prossimo. I tredici Arcani vogliono dirci che si incomincerà con un mese tendenzialmente caotico e un po' frustrante, "Il Matto" ma non bisogna abbattersi per un inizio in sordina: non è detto che non ci siano i "botti" nel suo scorrere. Il secondo mese ci vede protagonisti, prendendo

decisioni che porteranno dei cambiamenti nel lavoro o nell'amore, ma la maggior parte del tempo sarà impegnata in scelte per curare le ferite, che il soldato italiano ha riportato nella resistenza contro la situazione economica, l'arcano è "Il Demonio". Il terzo mese è da affrontare senza incertezze, si sta riaprendo quel cielo nuvoloso degli ultimi tempi e come veri condottieri bisogna proseguire spediti e sicuri affrontando i vari impegni, l'arcano è "L'imperatore". Siamo al quarto mese, le scelte fatte danno il via dalle fondamenta ai primi lavori per un futuro meno austero, l'arcano è "Gli amanti". Siamo quasi a metà dell'anno, la primavera comincia a riscaldare l'aria ed è il momento di rivedere un po' quello che si è fatto, tirando le prime somme; alcuni non troveranno soddisfatte le proprie aspettative ma non bisogna perdersi d'animo e fermarsi, l'Arcano è "l'Eremita". Siamo al giro di boa e l'arrivo dell'imminente estate ci fa sentire vivi e carichi di energia: è il momento di spingere sull'acceleratore, l'arcano "La Fortuna". Periodo di stanchezza ma all'orizzonte si vedono giungere le ferie, anche se per questo anno non saranno faraoniche, ma meritate sì e si avverte sempre di più un futuro meno nero e compare qualche piccola luce anche nel buio più scuro e lontano, l'arcano è "Le Stelle". Ormai ci siamo abbondantemente inoltrati nell'anno che avanza e per qualcuno è giunto il momento di chiudere con passato e presente, volgendo il proprio sguardo



esclusivamente al futuro, sicuramente roseo visto che tutte le novità di quest'anno saranno positive e durature nel tempo, l'arcano è **"La Torre"**. Ferie, ormai solo un bel ricordo, piano piano si ricomincia con il ritmo frenetico, ma per molti sarà più facile affrontarlo rinvigoriti dal fatto che le decisioni prese stanno iniziando a dare i primi frutti e la strada può essere più chiara e rassicurante, l'arcano è **"La Papessa"**. Non bisogna farsi assalire dalla frenesia, non è ancora il momento. Procedere con moderatezza e non perdere di vista la contabilità delle proprie finanze, l'Arcano è **"La Temperanza"**. Ormai possiamo esserne sicuri: alle porte sta arrivando la ripresa e non solo dell'Italia

ma anche per molti di noi che nei tre ultimi anni siamo stati sbeffeggiati dalla fortuna, l'Arcano è **"Il Giudizio"**. Siamo a fine anno, ormai le novelle sono già proiettate verso il futuro e sicuramente tutti noi vivremo delle novità positive, dirvi di più forse è possibile, ma sapere già tutto ci potrebbe togliere la forza motrice di vivere giorno per giorno inseguendo sogni e desideri, l'Arcano è **"La Luna"**. La tredicesima carta ci dice come affrontare l'anno, l'arcano è **"Il Magico"**; bisogna essere ancora abili a gestire le nostre finanze, pronti per afferrare le opportunità, avere un pizzico di coraggio e sentirsi un po' avventurieri non guasterà. Buon Anno a tutti. //

La pizza di Papà Natale

MAGICA EMOZIONANTE
SERATA CON
TRACCE DI PIZZA

di Livio Volpi



Dopo una robusta spaghetтата, sprofondai in un torpore che dolcemente mi portò a sognare che c'era la possibilità di passare la notte di Natale con la famiglia. Dappertutto aleggiò l'euforia per l'iniziativa che coinvolse tutti nell'organizzare al meglio la serata. Ci si organizzò, chi preparò i dolci, chi le pizze e chi addobbò la sala per la festa, ma tutti avevano un dubbio, chi tra loro avrebbe fatto il Babbo Natale? Dubbio risolto: tutti concordarono che Luigi-Michele sarebbe stato un perfetto Babbo Natale. Lo convincemmo con pizze e cibi, e il buon Luigi-Michele acconsentì. Furono preparati il vestito e il sacco con i doni, le Istituzioni fornirono qualche cavallo travestito da renna

con tanto di slitta. Arrivata la vigilia di Natale, preparati presepe, albero di natale, addobbi e latte e biscotti per le renne, all'arrivo delle famiglie iniziò l'allegro cenone. L'attesa di Babbo Natale e dei cavalli - renne trascorse tra risate e giochi. A mezzanotte, dal cortile coperto di neve, si udì rumore di zoccoli e la vociona di Babbo Natale che gridava: "Oh, Oh, Oh, Buon Natale a

tutti!!!" Il nostro amico era in ritardo e sporco di pizza: aveva fatto una sosta per rifocillarsi dal duro lavoro che lo attendeva. I bambini più piccoli, affacciati alle finestre, videro con stupore Babbo Natale più in carne che in ossa, e i più grandicelli li convinsero che quello era proprio Babbo Natale. Alcuni rimasero un po' guardinghi, nascosti dietro i papà, i più coraggiosi si avvicinarono piano piano a lui. Un bimbo, con le lacrime agli occhi per la felicità e la sorpresa, corse da Luigi-Michele e gli saltò addosso. Babbo Natale lo sollevò con un solo braccio e sorridendo lo portò fino al grande albero di Natale posto al centro della stanza. I bambini erano eccitati e aspettavano che Babbo Natale tirasse fuori i doni. Luigi-Michele rovesciò il sacco, e con i doni uscirono anche tranci di pizza e patatine. Imbarazzato, il nostro eroe rimise a posto i resti del suo spuntino e consegnò i regali ai bambini attorno a lui. Qualcuno, visti i resti della pizza sul vestito e sulla barba, dubitò sulla reale identità di Babbo Natale: non pensava che mangiasse la pizza. Uno si avvicinò e gliene chiese un pezzo, al che Luigi-Michele, sopraffatto dalla fame, chiese scusa e fulmineamente si defilò fuggendo nel corridoio. Tutti restarono stupefatti, e dal cortile si sentì Babbo Natale che gridando Buon Natale spariva con slitta e renne. I ragazzi videro Babbo Natale salutare con la mano destra mentre nella sinistra teneva stretta l'ultima pizza. Mi risvegliai, i sogni a volte si avverano o forse no, l'importante è credere che tutto sia possibile. //



Errare è umano ma...

L'IMPORTANTE
È RITROVARE
LA RETTA VIA

di Tiziano Pedone



Una situazione familiare economicamente difficile, comporta il rischio che un'adolescente possa deviare dalla legalità. Vi racconto la storia di un ragazzo che non si accontentava mai. A quindici anni aiutava già la madre e due fratellini abbandonati dal padre. Lavorava come barista, il suo salario bastava a malapena a sostenere la famiglia. Pensò quindi al modo di cambiare la situazione. Pieno d'inventiva, iniziò a frequentare una piazza con strani movimenti, a conoscere i personaggi, dediti a vendere sogni avvolti in involucri contenenti droga. Si creò una clientela tale che in due anni aveva guadagnato tanto da comprar casa per la famiglia. La sua vita prese una via senza ritorno; frequentava persone soggiogate dalle droghe e a sua volta si spinse in quell'inferno da cui usciva solo con la "dose" quotidiana. Precipitò nel decadimento fisico e morale e si ritrovò, a soli diciannove anni, a San Vittore, con l'anima in pezzi e la paura della spietata realtà di quella drammatica situazione. Si rese conto di aver bisogno di aiuto per combattere la devastazione della droga e fu aiutato dai servizi sociali del Sert; incominciò così un percorso terapeutico. Dopo due anni di carcere, ottenne la concessione dell'affidamento in prova. Il tempo passato e l'aiuto degli operatori lo avevano trasformato in una persona capace di rimettersi in gioco. Le difficoltà svanirono in un lampo, il nostro amico era proiettato nel futuro, al fianco di una meravigliosa ragazza

e relegò tutto il passato nel dimenticatoio dei suoi pensieri. Trovò un buon lavoro, nacque dei figli e tutto era meraviglioso, però... Quel però apparve sedici anni dopo, complice una crisi esistenziale, che lo deviò dalla via maestra che stava percorrendo. Improvvisamente, quello per cui aveva lottato e costruito si sgretolò miseramente. La sua esistenza si bloccò e la pellicola della sua vita si riavvolse a ritroso nel tempo sino al giorno del suo primo arresto. Tutti gli eventi che una volta già l'avevano distrutto, gli si ripresentarono e lo travolsero totalmente e, nel giro di pochi mesi si ritrovò ancora in carcere, con accuse molto pesanti. Era tornato al punto di partenza. Beh, questa è la storia della mia vita. Mi chiamo Tiziano, sono uno dei nuovi redattori del giornale Salute inGrata; ho voluto presentarmi così, raccontandovi di me, sicuro che molti leggendo la storia della mia vita risconteranno diverse analogie con le loro. A tutti auguro di ritrovare ciò che hanno perso. //



Dolce Natale

SEMPRE SPERANDO
CHE SIA UN
LIETO NATALE

di Bruno Ballistreri



A dire la verità era mia intenzione rendere nota una ricetta in uso da secoli, dall'appennino modenese sino alla "bassa", come si usa dire dalle parti di Medolla, Mirandola e Cavezzo, luoghi ahimè tristemente noti per i recenti accadimenti tellurici del Maggio 2012. Volevo quindi parlarvi del "pane di Natale", un dolce a base di farina di castagne, frutta secca, farina di carrube e sàba (una sorta di mosto cotto, parente stretto del più famoso ed ahimè abusato aceto balsamico). Il vero simbolo

gastronomico delle "Feste", tant'è che le massaie ne iniziavano la preparazione il giorno dell'Immacolata, terminandone il confezionamento per la Notte Santa. Notte in cui ne era concessa la prima fetta. Un pane, simbolo immutabile di dedizione alla famiglia e dell'infinita pazienza e maestria delle nostre madri, che dovevano riunire ben tre impasti diversi, nei primi tre giorni, per poi continuare a pennellare con la sàba, i pani (cotti il quarto giorno nel forno a legna) operazione ripetuta al sorgere e al calare del sole, in un crescendo di





profumo e dolcezza sino alla vigilia di Natale. Come dicevo: stavo per scrivere la lista degli ingredienti occorrenti, quando mi sono ricordato che per colpa di quel perdigiorno e girovago di Cristoforo Colombo (nel nome il destino?) forse quest'anno non ci sarà Natale. Sì! Perché il tapino prezzolato, al servizio della Regina Isabella di Spagna, invece di portarsi a casa soltanto: pelati, patate, e altre meraviglie per la tavola, non si è accontentato e in cambio di stragi, distruzione e malattie sconosciute portate nelle Americhe, ha permesso con la sua bella scoperta che fossero portati dalle nostre parti problemucci come tabacco, coca e non ultima la previsione dei Maya che danno per certa la fine del mondo per il 21/12/2012.

Ora, da buon ottimista, io sono convinto che i Maya abbiano messo in giro questa balla, perché erano incavolati per la distruzione della loro millenaria civiltà e quindi tanto valeva vendicarsi, con una previsione a lungo termine difficile da contestare. Comunque, anche considerando il momento di recessione economica che stiamo vivendo, ritengo poco opportuno correre il rischio di sprecare tanto lavoro, e tante buone cose che costano. Pertanto vi darò indicazioni per un altro dolce, che se pur buono e di tradizione, può essere preparato anche soltanto il giorno prima. //

PANDOLCE

Tempo: Per lievitare l'impasto: 4 ore circa.

300g di farina, 25g di lievito di birra, 10g di zucchero, 200g di latte, 200g di miele, 60g di uvetta, 60g di pinoli, 30g di cedro candito, olio extravergine d'oliva, 1 uovo, sale

1) Ammorbidisci in acqua tiepida l'uvetta e tosta in forno i pinoli. Taglia a pezzettini il cedro candito. Sgocciola l'uvetta, asciugala e tagliuzzala grossolanamente i pinoli.

2) In una terrina setaccia 60 g di farina, unisci il lievito e lo zucchero, poi mescola, aggiungendo l'acqua tiepida necessaria per ottenere un impasto compatto. Forma una palla, copri-la con un canovaccio umido e lascia lievitare per 2 ore in luogo caldo.

3) Setaccia la farina rimasta sulla spianatoia, formando la fontana. Al centro metti la pasta lievitata, l'uvetta, i pinoli, il cedro, l'uovo, il miele, un pizzico di sale e comincia ad amalgamare gli ingredienti, aggiungendo man mano il latte tiepido. Impasta bene fino a ottenere un composto morbido, copri-lo con un canovaccio umido e fallo lievitare per 2 ore in luogo caldo.

4) Passa sulla spianatoia infarinata l'impasto e incidi una croce sul pane. Disponilo sulla placca del forno, unta d'olio e leggermente infarinata, e fallo cuocere in forno preriscaldato, a 160°C, per 1 ora. Sforna e fai raffreddare.

Concreti sviluppi

UN PENSIERO
POSITIVO PER
IL FUTURO

di Paolo Longinotti



Ciao sono Paolo, un nuovo “ospite” di Bollate da poco più di tre mesi. Ho sentito molto parlare di Bollate e della sua efficienza che lo rende unico tra le carceri italiane, mentre questa realtà dovrebbe essere la regola e non l’eccezione. Arrivando qui ci si accorge che le condizioni di vita sono molto più agevoli, vi sono più vantaggi, più libertà, e molti altri dettagli grandi o piccoli che rendono dignitoso lo sconto della pena, che dovrebbe consistere nella rieducazione e non come succede spesso nel far passare il tempo e basta. Mentre mi adattavo alla nuova realtà di Bollate, durante il solito girovagare senza meta e scopo per i corridoi del reparto, notavo che tutto era molto bello, però il circolo vizioso del non far nulla e della noia era predominante anche qui. Un giorno un amico mi disse: “Paolo perché non chiedi di far parte del giornale Salute

inGrata che è un’interessante esperienza?” Ascoltando il suo consiglio, imbucai la domandina; passarono alcuni giorni e venni chiamato per un primo colloquio, poi per un secondo, e infine cominciai il periodo di prova che tuttora prosegue. Sin dall’inizio mi resi conto che il giornale tratta prevalentemente di salute, argomento che in carcere sta a cuore a tutti noi. I miei nuovi compagni di lavoro sono stati tutti molto disponibili e pazienti con me sin dai primissimi momenti; non importa se sono impegnati, di qualsiasi cosa io abbia bisogno subito si liberano e si prodigano per darmi un aiuto in quello che mi occorre. La redazione è formata da un gruppo molto affiatato, e per quanto riguarda la mia personale impressione dopo un mese, posso dirvi che sentirsi utile, far parte di un gruppo, avere un scopo per la giornata quando ci si alza la mattina fa sentire bene e soprattutto nuovamente vivo, e restituisce quella dignità che viene tolta con l’obbligo dell’ozio che purtroppo abbonda nelle nostre carceri. Sono soddisfatto di questa mia nuova avventura perché far parte di un giornale, vedere dal suo interno come si costruisce, discutere delle problematiche che sorgono in fase di ultimazione e l’esperienza di scrivere per gli altri è qualcosa che mi affascina molto. Ringrazio Salute inGrata per avermi accolto nel suo gruppo e un pensiero lo rivolgo all’amico senza il quale non avrei forse mai fatto quella domandina. //



L'importante è cominciare

TANTA COSTANZA
PER CONCLUDERE
IL PERCORSO

di Roberto Simeone



Buongiorno amici lettori, mi presento: mi chiamo Roberto e sono detenuto da circa 6 anni, il mio fine pena è fissato nel lontano 2019 quindi avremo tutto il tempo di conoscerci meglio. Ho avuto diverse esperienze in vari istituti di pena sparsi sul territorio, vivendo sulla mia pelle situazioni carcerarie non certo edificanti; ora mi trovo a Bollate da tre mesi, catapultato in questa nuova avventura e posso tranquillamente affermare di essere stato indiscutibilmente “fortunato”. Il primo mese mi è servito per ambientarmi e metabolizzare questa inaspettata situazione, mi avevano spesso parlato di questo carcere fuori dal comune per la situazione carceraria e le sue molteplici iniziative. In questo contesto, mi è stata offerta l'opportunità di partecipare, come volontario, al giornale “Salute inGrata”; il periodico tocca svariati argomenti, parlando in prevalenza di problematiche inerenti la salute e dando ampio spazio anche ad articoli dal risvolto sociale. Adesso faccio parte della redazione da quasi un mese, il mio incarico è quello di correttore testi, questa mia nuova dimensione mi fa sentire utile e responsabilizzato, cosa essenziale quando vieni privato della libertà. L'editore e tutti i ragazzi della redazione mi hanno accolto con grande cordialità e simpatia. Spero che questa esperienza mi porti ad accettare con filosofia il tempo che mi separa



dall'essere un uomo libero, nel frattempo cercherò di fare tesoro di tutte le esperienze che potrò vivere all'interno della redazione, scrivendo, interagendo con gli altri e forse riuscirò a capire meglio il senso delle cose. Inoltre voglio aggiungere che per la prima volta mi sono messo in discussione, mettendomi in relazione con altre persone che perseguono il mio stesso obiettivo, cioè quello d'essere a disposizione degli altri. Pochissimo tempo prima mi risultava assai difficile, avendo un carattere chiuso e spigoloso, rapportarmi con gli altri; quindi senza giri di parole posso affermare di aver smussato in parte il mio caratteraccio e di avere scoperto un lato di me finora sconosciuto. A tutti voi un saluto e sono certo che attraverso il giornale approfondiremo a breve la nostra conoscenza. //

Danza lenta

UN ADDIO PREMATURO
UN INSEGNAMENTO
DI VITA

Dall'infinita ragnatela del web, in redazione arriva dopo un percorso tortuosissimo ma fulmineo la poesia che qui pubblichiamo. L'autrice è un'adolescente malata terminale di tumore. Ha espresso un ultimo desiderio: che il suo messaggio sia trasmesso a quante più persone possibile. S'è messa in moto una interminabile catena di diffusione e solidarietà. Controlli accurati e rigorosi attestano l'autenticità della storia. Per ovvi motivi non viene menzionato il nome della ragazzina. Non sappiamo, né sapremo mai, se il suo tempo continua. Forse purtroppo no, ma continua il suo spirito in questa poetica esortazione che, commossi, facciamo nostra.



Hai mai guardato i bambini in un girotondo?
O ascoltato il rumore della pioggia
quando cade a terra?

O seguito mai lo svolazzare irregolare di una farfalla?
O osservato il sole allo svanire della notte?

Faresti meglio a rallentare.
Non danzare così veloce.
Il tempo è breve.
La musica non durerà.

Percorri ogni giorno in volo?
Quando dici "Come stai?"
ascolti la risposta?

Quando la giornata è finita
ti stendi sul tuo letto
con centinaia di questioni successive
che ti passano per la testa?

Faresti meglio a rallentare.
Non danzare così veloce
Il tempo è breve
La musica non durerà.

Hai mai detto a tuo figlio,
"lo faremo domani"
senza notare nella fretta,
il suo dispiacere?

Mai perso il contatto,
con una buona amicizia
che poi finita perché
tu non avevi mai avuto tempo
di chiamare e dire "Ciao"?

Faresti meglio a rallentare.
Non danzare così veloce
Il tempo è breve.
La musica non durerà.

Quando corri così veloce
per giungere da qualche parte
ti perdi la metà del piacere di andarci.

Quando ti preoccupi e corri tutto
il giorno, come un regalo mai aperto...
gettato via.

La vita non è una corsa.
Prendila piano.
Ascolta la musica.



Germi del malessere

RICERCA DI SOLUZIONI
PER UN LAVORO DI
COSTANTE PREVENZIONE

● Dott.ssa Alida Parisi



Le vite degli altri. Spesso sono sentieri tortuosi, altre volte vicoli ciechi, altre ancora misteri, in ogni caso decidere di incrociarle, stazionarci e in qualche modo attraversarle, lasciando qualche volta traccia di sé nel passaggio o conservandone qualche ricordo sfumato nel tempo, è solo una questione di inclinazione, che coinvolge alcune persone più di altre in una serie di azioni rivolte ad un impegno “prosociale”. Attività prosociali, come il volontariato, esulano da una organizzazione sociale strutturata, dove tutte le prestazioni sono vincolate a specifiche richieste e ad onorari, come del resto lo stesso termine prosociale non ha un posto nel dizionario e, per capirlo, non bisogna intendere tutto ciò che non è asociale ma è molto altro. È una tenden-

za, una passione, un’attrazione forte. Non è spiegabile né comprensibile; è uno stato mentale. Al carcere sono arrivata, da insegnante, dopo anni di “osservazione”, tra le pareti della scuola, di comportamenti a rischio, di pensieri pericolosi, di vissuti difficili e di azioni illegali, legati agli studenti. Ho osservato e molto spesso ho aperto “finestre di dialogo”, ho acceso dibattiti, ho inventato sporadici percorsi sulla legalità, ma mi è sempre mancato un tassello, o almeno così pensavo. Non ho mai saputo né ho mai capito, e mi sono sempre chiesta, quale potesse essere il momento di passaggio di alcuni miei studenti da un Istituto di formazione ed educazione ad un altro di ri-educazione e di reclusione. Con l’entrata in carcere, nel 2009, ho trovato il tassello. L’illuminazione è arrivata casualmente un giorno quando,





nella scuola statale in cui lavoravo di mattina, nel corso di un dibattito sulle organizzazioni criminali, successivo alla visione di un film, è emersa la posizione alquanto raccapricciante di uno studente che sosteneva concetti come il “portare rispetto” o il dovere del silenzio, nel senso di “non cantarsela”, condannandone uno in modo molto particolare: l’infamia. Gli stessi concetti, espressi con le stesse parole e con la stessa energia, in particolare quello dell’infame, li ho ritrovati poi nel pomeriggio dello stesso giorno, in carcere, nel corso di un dibattito casuale su un argomento diverso. Allora ho capito. Non mi ero mai resa conto che i germi di ciò che, non molto tempo dopo, avrebbe trasformato un mio studente in un delinquente erano già presenti tra le sicure pareti della scuola. In quel preciso istante ho realizzato che oggi più che mai le nuove generazioni, che cambiano di anno in anno, sono tempestate da sollecitazioni di ogni genere e da tutte le parti, sono stimolate in modo ossessivo e spesso negativo, non afferrano e non capiscono tutti i messaggi che mass media e internet gli sparano addosso e non hanno nessuna difesa né alcun adulto che li aiuti a decodificare, se non occasionalmente; sfuggono a qualsiasi controllo, per quanto si voglia stare attenti, e per tutto questo sono in forte pericolo. Lo dimostrano i dati allarmanti sugli abbandoni scolastici e i dati in crescendo sulla microcriminalità giovanile. Alla fine finalmente ho trovato il tas-

sello mancante e ho capito che è ancora nella scuola che deve essere collocato, insistendo e inserendo in modo sistematico l’educazione alla legalità, e soprattutto ricorrendo all’appoggio e al sostegno degli Istituti di reclusione e soprattutto alla collaborazione dei detenuti, di cui avvalersi come preziosa risorsa in un lavoro continuo e costante di prevenzione. //



COMUNICATI UFFICIALI

Dal 2008 al 2012 lo "Sportello Salute" ha inoltrato sul periodico mensile Salute inGrata tutte le comunicazioni ufficiali provenienti dall'Area Sanitaria:

- Anno 1 n°2
- Trasferimento del Servizio Sanitario al S.S.N.: il Presidio Sanitario – la collaborazione – il riordino
- Anno 2 n° 3
- Le visite specialistiche interne
- Anno 3 n ° 10
- Sanità e attesa
- Anno 3 n°5
- Pratiche burocratiche, copia e ritiro della cartella clinica
- Anno 3 n °6
- Rinnovo patente
- Anno 3 n°7
- Acquisto apparecchi acustici – acquisto occhiali e lenti
- Anno 3 n° 8
- Acquisto farmaci
- Anno 3 n °9
- Procedure per l'ingresso del cibo per celiaci
- Anno 3 n °10
- Pratiche d'invalidità civile
- Anno 4 n °1
- Certificati medici per i lavoratori 1)
- Anno 4 n °2
- Certificati medici per i lavoratori 2)
- Anno 4 n° 3
- Maggiore responsabilità
- Anno 4 n°4
- Riunioni d'informazione con specialisti (giorni e orari)
- Anno 4 n° 6
- Dal Sacco all'A.O. San Paolo – riunioni con specialisti (giorni e orari) – entrata dell'odontoiatra privato
- Anno 4 n°7
- Giorni e orari servizio odontoiatria San Paolo
- Anno 5 n° 1
- Riorganizzazione sanitaria (bollini)
- Anno 5 n °4
- Dieci consigli per conciliare il sonno
- Anno 5 n ° 7
- Comunicato Area Sanitaria (rifiuto ricovero in infermeria)
- Anno 5 n ° 8
- Ulteriore organizzazione Servizio Sanitario – attività di medicina specialistica (calendario medici)

Inoltre, sono stati pubblicati, oltre ai comunicati ufficiali, molti articoli di medici e specialisti sui più richiesti argomenti sanitari.

Tombolata e musica

TUTTI INSIEME IN FESTA
PIZZE PANETTONI BIBITE
E TANTA ALLEGRIA!

● La Redazione

Soprattutto c'era l'allegria. C'eravamo tutti, noi volontari dell'Associazione "Gli amici di Zaccheo": redazione, Laboratori Pupazzetti maschile e femminile, Sportello Salute. Era la nostra festa di Natale e ci siamo ingozzati di pizze, panettoni, bibite; abbiamo giocato a tombola e tanti hanno vinto dolci e dolcetti, abbiamo chiacchierato tra noi, allietati dall'inconsueta e gradita presenza di signore e signorine; abbiamo giocato, ridendo molto, a qualche cosa a mezza via tra il musicchiere e ruba-bandiera. Insomma, un pomeriggio riuscitissimo. C'eravamo tutti. Ma soprattutto c'era l'allegria. //



Preghiera per un carcerato

Signore Gesù dagli la forza per andare avanti tu che hai salvato con il tuo amore i popoli sopraffatti spesso dall'egoismo che ci chiude in noi stessi; liberalo dalle tante paure e schiavitù specialmente dal peccato a volte incosapevolmente ma certamente per non offendere la tua maestà; inviagli il tuo Spirito guaritore in questo momento di grande tristezza, sanalo dalla disperazione mostragli la

luce dove con il suo sguardo possa vedere oltre le sbarre e intravedere la tua misericordia e il tuo perdono. Donagli Signore un cuore buono, asciugala le lacrime dei suoi occhi lucenti, confortalo della tua presenza e allontanalo dal mondo dei crudeli e dei malvagi. Ti ringraziamo per la tua grazia, Signore.

Gaetano Del Vecchio

HANNO SCRITTO PER NOI NEL 2012

Agente PolPen, Al Waki Khaled, Andronache Sorin, Associazione Altrinoi Onlus, Associazione Sesta Opera, Ballistreri Bruno, Barbàra Elena, Bargna Valentina, Beretta Simone, Bertolaja Angelo, Bertolini Luigi, Bezzi Roberto, Bianchi Catia, Boccalari Luca, Bortolozzo Walter, Bossio Isidoro, Buccolieri Cosima, Caboni Marco, Careccia Franco, Castiglioni Mario, Chicco Marco, Cianchino Sergio, Ciciric Catalin, Civiero Tommaso, Coldesina Silvia, Confalonieri Cristina, Corelli Luisa, D'Agostino Massimo, Dal Corso Elisabetta, Danese Roberto, De Cesare Danilo, De Martin Elena, Delia Christian, Desiderio Gaia, Di Bari Giuseppe, Di Mauro Antonino, Dina Massimo, D'Odorico Massimo, Dragani Cristiano, Ezio e Franco, Fabbri Elena, Falduto Gianluca, Foti Massimo, Francini Maurizio, Frezzini Lorenzo Ivan, Gallo Simona, Garegnani Alessandro, Genziani Antonio, Giacco Antonino, Giuliani Elpidio, Gravellini Lorenzo, Laboratorio Pupazzetti, Laera Loris, Lotrecchiano Vito, Maccione Mario, Maietta Roberta, Manfrinato Settimo, Manigrasso Lucia, Martini Pietro, Mattei Alessandra, Mattei Alessia, Maxia Michela, Pappalardo Mario, Pedronetto Paola, Perego Marta, Pezzetti Ilaria, Popovici Mirela, Redazione, Riva Alessandro, Rizzuti Giovanni, Rossi Roberto, Russo Luigia, Scaccia Cruciano Emanuele, Schiavone Alberto, Scimone Ilaria, Scognamiglio Dario, Sestagalli Franco, Sonya, Soressi Ilenia, Sorice Antonio, Sportello Femminile, Timis Petre, Troielli Walter, Tucci Vincenzo, Valdameri Fausto, Velon Edoardo, Venuto Alessandro, Volpi Livio, Zambotti Marco.



A TUTTI UN GRAZIE DI CUORE!

Team Pupazzetti

LE ECO ARTIGIANE SI PRESENTANO



Ciao mi chiamo Giovanna Biondillo e quando mi hanno offerto di far parte del progetto mi sono entusiasmata e ho cercato di dare il massimo del mio impegno. L'aiuto alle persone indigenti che hanno bisogno di protesi dentarie è nobile e sono, ogni giorno di più, orgogliosa del risultato raggiunto. Il Laboratorio è una fucina di idee, proposte e sorrisi. Sì, perché se l'armonia regna in noi, riusciamo a trasmetterla agli altri anche attraverso i nostri lavori.



Ciao mi chiamo Daniela Giacconi, nella vita reale, lasciata circa un anno e fa, ho un gran curriculum di volontaria Unicef, AGV, Telefono Azzurro e altro, per cui mi è sembrato naturale occuparmi, anche in questo ambito di volontariato. Tra le tante attività che svolgo a tempo pieno il Laboratorio Pupazzetti è quello che si contraddistingue per il nobile scopo di regalare un sorriso a chi, per casi della vita, non l'ha più. Ogni manufatto che creo lo dedico a tutti coloro che credono ancora nell'amore per gli altri, che è poi l'unico modo per amare se stessi.



Sono Michela Vallario, da pochi mesi mi trovo in carcere e provengo da una vita reale piena di lavoro e di affetti. Nel Laboratorio che ho l'onore di guidare, ho ritrovato la serenità che è propria dello star bene. Infatti, il tempo passa veloce e il pensiero di essere utile agli altri mi gratifica. Con il mio team si è creata sintonia e già dalla porta di ingresso del laboratorio si respira energia nuova. Grazie, Viviana, per l'opportunità che mi hai dato.

NEWS

...VANNO

La Redazione saluta il redattore Simone Beretta scarcerato, ringraziandolo per l'impegno profuso con il gruppo di lavoro, da tutti i compagni l'augurio di un prospero e radioso futuro.

...VENGONO

La Redazione accoglie con un caloroso benvenuto il nuovo correttore testi Paolo Viviani, gli auguriamo buon lavoro!



www.amicidizaccheo-lombardia.it
vivibk@libero.it
T. 02/33402990 - Cell.3477402524

Sostieni anche tu l'impegno e
la solidarietà dei detenuti
con un versamento

sul conto corrente dell'associazione:
IBAN: IT74F0306909498615315853985



Fondo Odontoiatrico

Forti dei primi successi ottenuti grazie all'aiuto di tutti voi, prosegue instancabile la nostra operazione "Dona un Sorriso". Come ormai tutti sanno, la missione della nostra Associazione Gli amici di Zaccheo ONLUS è quella di poter fornire a detenuti privi di mezzi e che ne hanno assoluto bisogno delle protesi ortodontiche. Continuiamo in questo sforzo, continuiamo a dimostrare con la nostra generosità che è bello "fare per dare".

Sportello Salute informa

I colloqui con i Volontari dello Sportello Salute si svolgono in Infermeria il mercoledì, giovedì e venerdì dalle ore 16,30 alle ore 17,30, previa domanda (mod.393). Al Femminile il sabato dalle ore 16,00 alle ore 18,00.



Laboratori Pupazzetti

I Laboratori Pupazzetti sono tre, due in reparti maschili e uno al femminile. La loro attività prosegue bene, abbiamo l'apporto delle donazioni e di contributi provenienti dall'esterno. Grazie a tutti, di cuore, perché senza di Voi, molti degli obiettivi raggiunti sarebbero stati una chimera. Stiamo già pensando alla festa degli innamorati, San Valentino, creando modelli adatti a quella ricorrenza. Non vogliamo fermarci, perché "fare per dare" ai più bisognosi è ormai una nostra missione e con il vostro prezioso aiuto siamo sicuri che ce la faremo.



Un tappo per la salute

L'associazione di volontariato "Gli amici di Zaccheo" desiderando incentivare la cultura del riciclaggio ecologico come iniziativa possibile a salvaguardia del pianeta, per noi oggi e domani per i nostri figli, invita tutta la popolazione detenuta e tutti gli operatori a continuare l'iniziativa della raccolta dei tappi di plastica (acqua, bibite, shampoo, detersivi, ecc.).

Un semplice gesto quotidiano può essere modello di sviluppo sostenibile a tutela del nostro benessere.

Grazie mille per la vostra collaborazione!

