

SALUTE in GRATA

N04 | 2013

ANNO 6 - APRILE - 2013

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



Buongiorno amore!

I diritti fondamentali

Nelle carceri Kosovare funziona la stanza dell'intimità di coppia

PAG 4-5

Amore universale

Stranieri! Oltre agli affetti, mancano anche i contatti e le notizie quotidiane

PAG 6-7

Il coraggio di affrontarsi

Come vivere un rapporto affettivo e sessuale duraturo

PAG 18-19

“Il Fuori si accorga
che il Dentro è una sua parte”



Angelo Maj
Direttore



Massimo D'Odorico
Vice Direttore



Vito Lotrecchiano
Grafico



Roberto Danese
Dirigente Sanitario



Andrea Tarantola
Segretario di redazione



Lorenzo Gravellini
Volontario



Livio Volpi
Grafico



Elisabetta Dal Corso
Volontaria



Gaetano Del Vecchio
Redattore



Luigia Russo
Sportello Salute Femminile



Bruno Ballistreri
Capo Redattore Rubriche



Ioan Mirela Maria
Laboratori Pupazzetti

REDAZIONE

DIRETTORE RESPONSABILE: Angelo Maj;
DIRETTORE EDITORIALE: Viviana Brinkmann;
VICE DIRETTORE: Massimo D'Odorico;
SUPERVISORE SCIENTIFICO: Roberto Danese;
SEGRETARIO DI REDAZIONE: Andrea Tarantola;
CAPO REDATTORE SERVIZI: Roberto Rossi;
CAPO REDATTORE RUBRICHE: Bruno Ballistreri;
REDATTORI: Gaetano Del Vecchio, Roberto Simeone;
INVIATO INTERNO: Antonino Di Mauro;
CORRETTORI TESTI: Luigi Bertolini, Paolo Viviani;
GRAFICI: Vito Lotrecchiano, Livio Volpi;

REDAZIONE FEMMINILE

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

EDITORE



HANNO COLLABORATO

Grazia Arena / Marta Bentivoglio / Luigi Bertolini / Salvatore Capizzi / Sergio Cianchino / Antonino Di Mauro / Marta Ferla / Carla Fregoni / Giovanni Marino / Franco Menna / Tatiana Mogavero / Mirela Popovici / Davide Rado / Roberto Rossi / Roberto Simeone / Anna Viola / Edoardo Velon / Paolo Viviani / Veronica Silvestri / C.I.P.M.

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 24/04/2013 alle ore 18:00.
Tiratura copie 6.000 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 I DIRITTI FONDAMENTALI
- 6 AMORE UNIVERSALE
- 8 SESSO PRIGIONIERO
- 10 AMORE E PSICHE
- 12 TRENT'ANNI DOPO
- 14 SESSO MALATO
- 16 LA FAMIGLIA COME RISORSA
- 18 IL CORAGGIO DI AFFRONTARSI

AREA SANITARIA

- 20 DANNI O BENEFICI?

RUBRICHE

- 22 SPORT / Coppie sportive
- 23 LEX / Principi disattesi
- 24 USI E COSTUMI / La Pasqua ortodossa
- 25 LINGUAGGIO DEI FIORI / Regine per sempre
- 26 VOLONTARIATO / La famiglia in casetta
- 27 BATTITORE LIBERO / Identità perdute
- 28 CARUGATI'S FAMILY / Il bunga bunga dell'Adalpina
- 29 AMICI DEGLI ANIMALI / Franz ai domiciliari
- 30 GRUPPO AFFETTIVITÀ / Chiusure e affetti
- 31 POESIA / Un amore sotto coperta
- 31 Lettera aperta della Redazione

E editoriale

Il tormento della solitudine

di Massimo D'Odorico

Una delle peculiarità negative determinate dalla detenzione è riconosciuta nel senso di solitudine. L'assenza protratta dalle persone e dai luoghi a cui è legato affettivamente il detenuto contribuisce ad accrescere questa spiacevole condizione. L'attuale Ordina-

mento Penitenziario non agevola il mantenimento di quei legami che permettono alle persone ristrette di mantenere vivo questo importante aspetto della vita di ogni essere umano. Estremamente risicati i momenti dedicati ai colloqui visivi, esigui quelli per i contatti telefonici e addirittura nulli per quel che attiene la sfera della sessualità. La conseguenza di questa attuale lacuna, che si spera possa essere colmata, è spesso il disgregamento di famiglie, la perdita del ruolo genitoriale e l'allontanamento di quella cerchia di affetti sui quali dovrebbe poggiare il ritorno alla società civile. Soprattutto quando le pene da scontare sono medio - lunghe è possibile trovarsi a elaborare eventi luttuosi che devono essere affrontati, per condizioni oggettive, contando sulle proprie risorse e soprattutto in solitudine, nonostante il contesto carcerario quotidiano dove è quasi impossibile rimanere soli. È una solitudine profonda quella che vivono i detenuti, avulsi dalle vicende del mondo, pur facendone parte. È forte il senso d'impotenza, l'impossibilità di essere partecipi e d'aiuto ai problemi delle famiglie. Ognuno nel proprio Io soffre questa condizione che prima o poi colpisce tutti, anche chi ha la fortuna di usufruire puntualmente dei colloqui o chi riceve molta corrispondenza. Mancano le carezze, il contatto fisico, i momenti di tenerezza con i propri cari, quei piccoli grandi gesti che favoriscono e rinsaldano i rapporti interpersonali. Si è totalmente privi di conforto se non quello che proviene dai compagni che, essendo partecipi e a loro volta protagonisti di questa condizione, comprendono e cercano di aiutare ogni qualvolta percepiscono i momenti di difficoltà. È di fondamentale importanza favorire il mantenimento degli affetti dei reclusi, solide basi per sostenere il cambiamento, il reinserimento e l'inclusione sociale.

I diritti fondamentali

DETERMINANTE
CONTRIBUTO DELLA
POLIZIA PENITENZIARIA

● Ispettore Polizia Penitenziaria
Davide Rado



A seguito delle missioni internazionali di pace lanciate in Kosovo, inizialmente dalle Nazioni Unite e successivamente dall'Unione Europea, a cui l'Amministrazione Penitenziaria ha partecipato a decorrere dal 2000, con il presente articolo si cerca di fornire un breve panorama dell'attuale Sistema Penitenziario del Kosovo evidenziando anche gli sforzi compiuti dagli operatori Italiani per rendere il Sistema all'altezza di un Paese che con determinazione vuole essere considerato parte integrante dell'Unione Europea. L'intervento dell'Amministrazione Penitenziaria Italiana nella regione del Kosovo ha preso avvio nel maggio 2000, quando sono partiti per Pristina (capitale del Kosovo) i nostri operatori, in qualità di consulenti internazionali. L'apporto iniziale dell'Amministrazione Penitenziaria italiana, nel corso della



missione ONU, è stato determinante e si può riassumere con i seguenti risultati conseguiti: riapertura di due importanti Istituti penitenziari di Istok/Dubrava e di Pec; stesura dei regolamenti interni dei due istituti, attuazione delle disposizioni di servizio, ed implementazione e perfezionamento delle procedure di immatricolazione dei detenuti. Si è provveduto, inoltre, ad affiancare gli operatori kosovari, che svolgono servizio negli istituti, al fine di attuare una formazione del personale locale "on the job", attraverso l'illustrazione, la sperimentazione e l'attuazione concreta delle operazioni di servizio indispensabili per la gestione dei reparti detentivi nel rispetto delle regole di sicurezza e degli standard internazionali in materia di diritti umani. L'Amministrazione Penitenziaria italiana ha partecipato alla stesura del nuovo codice penale della regione inserendo all'interno dell'impianto normativo le misure alternative alla detenzione. È stato realizzato un progetto per l'attivazione dei servizi di traduzione e scorte dei detenuti; tale progetto è stato concepito alla stregua del modello organizzativo adottato dalla nostra Amministrazione che in ben due edizioni ha addestrato personale Kosovaro in Italia. Un medico penitenziario Italiano, ha contribuito fattivamente all'organizzazione di un Centro Clinico (l'unico in tutta la regione del Kosovo) presso il grande istituto di Dubrava al fine di soddisfare le esigenze di salvaguardia della salute e cura delle malattie della popolazione detenuta. Attualmente la popolazione detenu-



ta in Kosovo si attesta intorno ai 2000 ristretti, detenuti in 7 penitenziari così suddivisi:

- 6 Detention Centers, ovvero Centri di Detenzione, destinati a detenuti in attesa di giudizio, o a quelli con condanne definitive sotto i 3 anni. Di questi, quello di Lipjan, ospita anche "Juveniles" (minorenni) e donne;

- Dubrava prison, la Casa di Reclusione più grande del Kosovo che attualmente ospita circa 800 detenuti. All'interno dell'area del carcere vi è una sezione "Semi-Open", ovvero di semi liberi che ospita circa 60 detenuti e una recentissima struttura destinata ai collaboratori di giustizia. È interessante notare che come tipologia di reati commessi dalla popolazione detenuta, spicca percentualmente l'omicidio, questo si può spiegare probabilmente in ragione di una persistente influenza dell'antico codice Albanese chiamato "Kanun", che fissava, tra le varie norme da rispettare, anche il diritto di vendicare l'uccisione del proprio familiare, colpendo fino al terzo grado i parenti maschi dell'assassino. Un esempio positivo su tutti (forse non tutti sarebbero d'accordo in Italia), è quello che la normativa contempla per quei detenuti ritenuti meritevoli, la possibilità di effettuare il cosiddetto "family visit", ovvero colloquio di famiglia, che prevede la possibilità di effettuare 3 ore di colloquio con la propria moglie, ovvero la propria compagna, in una stanza attrezzata come albergo (letto matrimoniale, bagno con doccia, tavolo, etc.), senza alcuna sorveglianza, al fine di coltivare i rapporti affettivi. Aldilà delle normative

che, come in precedenza evidenziato sono di primissimo ordine, di seguito si rappresenta quello che lo scrivente ha potuto constatare sul campo in 5 anni di missione in Kosovo e che contrasta in parte con le previsioni di Legge. Le strutture penitenziarie del Kosovo sono per la maggior parte fatiscenti, realizzate con materiali di scarsa qualità, la manutenzione degli immobili risulta carente per scarsità di risorse economiche; il volume delle celle detentive risulta assolutamente inadeguato poiché ospitano anche 4/6 detenuti in spazi molto inferiori rispetto alle indicazioni fornite dall'ONU in materia di spazi detentivi; l'igiene delle sezioni spesso è deplorabile e il servizio sanitario, seppur garantito, riflette le insufficienti conoscenze professionali degli operatori del settore. Infine, ultimo elemento degno di nota è costituito dal fenomeno della corruzione che riguarda tutti i livelli dell'organizzazione penitenziaria, dagli Agenti addetti alla custodia sino ad arrivare ai livelli dirigenziali; tale fenomeno contribuisce a compromettere la sicurezza degli istituti e a destabilizzare l'intero sistema penitenziario. In conclusione, si ritiene che il sistema Penitenziario del Kosovo abbia tutte le basi per potersi sviluppare sino a raggiungere gli standard dei Paesi più evoluti, tuttavia molti ostacoli si pongono lungo il suo cammino dovendo superare difficoltà corruzione e avverse condizioni economiche e una mentalità ancora ancorata al passato basata sull'immobilismo e assistenzialismo. //

Amore universale

NAZIONI DIFFERENTI
MA AFFETTIVITÀ
UGUALE

● Dott.ssa Anna Viola
Agente di rete



Il tema dell'affettività in carcere è un tema molto delicato e complesso. È un argomento che mette in discussione un po' tutti noi che, nell'assistere le persone recluse e nel vedere i famigliari avviarsi verso la sala colloqui, mettiamo in gioco la nostra emotività e i nostri affetti. Ogni tanto cerco di calarmi nei panni delle persone con le quali lavoro e di domandarmi che cosa mi mancherebbe di più se mi trovasi in carcere: indubbiamente la mancanza dei figli, del vederli crescere e accompagnarli (anche con una certa fatica) a entrare nel mondo adulto. Mi mancherebbero le telefonate di mia madre che mi chiede se tutto è a posto, le chiacchierate con gli amici di sempre. Poi mi chiedo: ma se fossi in un altro paese? Ecco, lì la situazione si complicherebbe. Non solo per la mia difficoltà a imparare le lingue, ma anche per la nostalgia di alcuni piccoli, ma fondamentali frammenti di quotidianità italiana che fanno parte del mio DNA. Penso alla musica con la quale sono cresciuta, al profumo di alcuni sughi, ai colori del cielo, alle battute di certi film classici italiani. Ancora di più penso all'idioma, ai modi di dire per esprimere dei sentimenti, usare la mia lingua che è quella con cui sono stata educata, con la quale ho parlato per la prima volta con mia madre. Ho cercato di condividere con voi queste riflessioni un po' disordinate, un po' personali per entrare nel merito della questione che mi è stata posta: in che modo vivono l'affettività le persone straniere private della loro libertà perso-

nale? Non c'è una risposta precisa perché ci sono una serie di varianti che vanno prese in considerazione. La prima, fondamentale, è la variante dell'individualità. Mi spiego meglio. Credo che ognuno di noi sia totalmente diverso dall'altro. La nostra storia, le nostre origini, il nostro intimo ci crea, fortunatamente, unici; unici nel modo di vivere, nelle scelte e nell'affettività, appunto. Altra variante fondamentale è il paese di origine della persona e, quindi, la propria cultura: un conto è essere asiatico, un altro è essere americano, altro ancora essere dell'est Europa. In questa variante giocano, non solo le varie culture, ma anche le distanze: è più facile per una persona albanese, per esempio, venire per qualche giorno in Italia a trovare il proprio caro, che per una persona pakistana. La variante che



Nella foto a destra
la Corte Federale
di Kuala Lumpur

ha maggior peso in tutto questo discorso è legata al percorso migratorio della persona e del suo nucleo famigliare. Alcune delle persone straniere presenti in Istituto hanno vissuto sul territorio italiano regolarmente per parecchi anni; si sono formate una famiglia, hanno creato una rete amicale e, in qualche modo, hanno modificato la propria cultura mischiandola con quella europea. Molti di loro hanno lasciato il proprio Paese quando ancora non erano adulti, pienamente formati. Ovvio il legame con la Terra d'origine, ma i loro legami forti sono qui, in Italia; viene da sé che il modo di vivere l'affettività in carcere è simile a quello di un cittadino italiano. La vera differenza è in quelle persone che non hanno nessuno in Italia, l'unico legame che hanno qui è legato ad un reato. Parlo di quelle persone che sono partite dal loro paese recentemente con l'obiettivo di trovare "fortuna" in Europa per vivere meglio e, soprattutto, far vivere meglio i propri cari. Spesso su di loro tutta la famiglia ha fatto un investimento non solo economico, ma anche di aspettative di miglioramento dello status sociale. Ecco, è per questi detenuti che la questione affettività è maggiormente dolorosa. Non solo, una volta in carcere, devono fare i conti con il fallimento del proprio viaggio migratorio al quale, almeno moralmente, dovranno rispondere alla propria famiglia, ma spesso per tutta la pena non hanno la possibilità di vedere i propri famigliari. Spesso si trovano ad aver notizie solo per telefono o per lettera. Vedere i figli cresce-

re solo in fotografia! Non poter essere presente alla morte di qualche famigliare! Tutti questi elementi vengono aggravati per le persone che provengono da paesi in guerra: ricordo una persona della Costa d'Avorio che aveva sentito alla televisione che era stato bombardata la sua città ed era impossibilitato a chiamare qualche parente per avere notizie dei figli e della moglie. Di lui ricordo lo sguardo carico di paura e il sorriso che fece quando gli abbiamo comunicato che ai suoi cari non era successo nulla. Aggiungo una questione che sembra banale, ma non lo è, la domanda che si pongono spesso gli stranieri: cosa sta accadendo nel mio Paese? Purtroppo l'informazione italiana dedica poco spazio alla politica estera, se ne parla solo in relazione alla politica italiana o in casi eccezionali. Per avere delle informazioni è necessario cercare in rete o avere la tv satellitare, modalità che non sono ammesse in carcere. Penso in particolare alle persone del Nord Africa che in questi anni hanno vissuto i grossi cambiamenti solo tramite i pochi racconti dei famigliari, nei pochi minuti al telefono. Uno degli obiettivi che mi sono data come agente di rete che si occupa dei detenuti stranieri, è quello di trovare realtà di volontariato legato alle comunità straniere presenti a Milano; immagino che, per esempio, per una persona tunisina possa aver senso interloquire con dei connazionali sia all'interno dell'Istituto che durante eventuali permessi premio. //

Sesso prigioniero

IL DESIDERIO
TRA QUATTRO
MURA

● Dott.ssa Grazia Arena
Sessuologa



“Quello che a voi manca di provare non appartiene all'uomo, capisco quello che volete dire... ma il carcere sì, il carcere è dell'uomo; devi dire anzi che è nell'uomo”.
<Leonardo Sciascia>

Mettendo piede in carcere, l'individuo deve accettare le regole dell'amministrazione penitenziaria, non solo la mente si adatta alle regole, ma anche il corpo viene "rinchiuso". La privazione contiene in sé la sospensione dei rapporti umani e delle relazioni personali. Nel punire gli individui che hanno commesso reati, si reprime anche l'espressione della sessualità dell'individuo. Significa, quindi, che risulta difficile affrontare tematiche che derivano dai bisogni naturali affettivi e sessuali, visto che riguardano il nucleo della personalità globale, cioè il progetto di vita del soggetto. La sessualità è definita dall'enciclopedia Treccani "Il complesso dei fenomeni che concernono il sesso", ma, prosegue la Treccani, "quella che è la funzione base della riproduzione diventa nella specie umana un groviglio inestricabile di sentimenti e comportamenti che assumono un'importanza fondamentale nella vita dell'uomo e coincide solo parzialmente con l'attività riproduttiva". C'è una sorta di rispettabile pudore ad affrontare i problemi della sessualità negata, e parlare di autoerotismo, di masturbazione, di fobie e os-

sessioni sessuali non è facile. Il sollievo che proviene dall'autoerotismo, diviene insufficiente: si desidera toccare, lasciarsi accarezzare, sentire; di conseguenza è il cambiamento nell'identità di genere che provoca dissociazioni a livello psichico, incrinando precedenti fragilità, sino a perdere la stima di sé. U. Galimberti sostiene che la sessualità di una persona non è semplicemente e riduttivamente una pulsione biologica, ma è molto di più: è dimensione fondamentale per capire chi siamo, ed un modo di essere diverso per il maschile e per il femminile. Il corpo, maschile o femminile, determina l'orientamento e il significato della presenza nel mondo del soggetto. La condotta sessuale, come ogni altro comportamento umano, risponde a molteplici bisogni di



Nella foto in alto:
Bollate al risveglio

base, persegue un insieme di obiettivi. Se il trattamento del reo, si basa sulla personalità dello stesso, non può prescindere dal considerare l'aspetto della sessualità che è infatti, l'unico aspetto della vita dei detenuti a non essere normativizzato. Non esistono né espliciti divieti né esplicite autorizzazioni: si tratta di un aspetto semplicemente non contemplato dalla legge penitenziaria. La frustrazione è un particolare stato in cui si viene a trovare un soggetto quando la realizzazione dei suoi bisogni è ostacolata. Una sorgente inesauribile di sostituzione compensatoria è la fantasia, ciò che è proibito può essere posseduto nella fantasia. Col ricorso alla fantasia vengono meno le rigide barriere imposte dal contesto sociale cedendo alle esigenze di soddisfazione dei bisogni. Le persone detenute danno, quindi, sfogo a fantasie e ricordi, ma la memoria tende a "lasciar andare", a dimenticare le informazioni, in questo caso visive, quando manca lo stimolo capace di rievocare il ricordo. Nell'autoerotismo la coscienza individuale si assenta dal mondo, si ritira momentaneamente per raccogliersi nel proprio corpo, per agire su di esso che diventa in tal modo il luogo di pulsioni e fantasie. La masturbazione è un'esperienza diffusa e consente, negli anni della crescita, una autoconoscenza del proprio corpo, una conferma di sé come essere sessuato. Essa, dunque, al contrario di

quello che si pensava in passato non è dannosa per lo sviluppo psico-fisico. Diverso è il discorso riferito all'adulto dal momento che un normale e sano sviluppo sessuale prevede il bisogno di passare all'atto sessuale completo, pur potendo mantenere la pratica della masturbazione. Riconoscere ai detenuti il diritto all'affettività rappresenta un passaggio culturale non scevro da difficoltà, indigesto. La possibilità di svolgere degli incontri nei quali non si è controllati a vista forse garantirebbe la possibilità di non interrompere drasticamente i rapporti personali: la sessualità andrebbe sempre intesa all'interno della più ampia accezione dell'affettività. Ciò che però ai detenuti manca è la possibilità di non distruggere il proprio mondo relazionale e affettivo. Come ricorda T. Mathiesen, il termine "riabilitazione" significa rendere nuovamente abile, funzionale ad un nuovo ruolo. Il carcere potrebbe essere concepito come un "particolare" rito di passaggio, che ha inizio con un periodo di separazione dalla precedente situazione, cui segue il reinserimento nella società con la nuova condizione acquisita. L'individuo non esce dall'istituzione con una condizione migliore, con delle qualità in più. Il carcere non realizza così la sua finalità riabilitativa. //

“ D E T E N Z I O N E ,
S O L I T U D I N E E S E S S U A L I T À
N E G A T A : E S I G E N Z E B I O L O G I C H E
E A B I S S I A F F E T T I V I ”

Amore e psiche

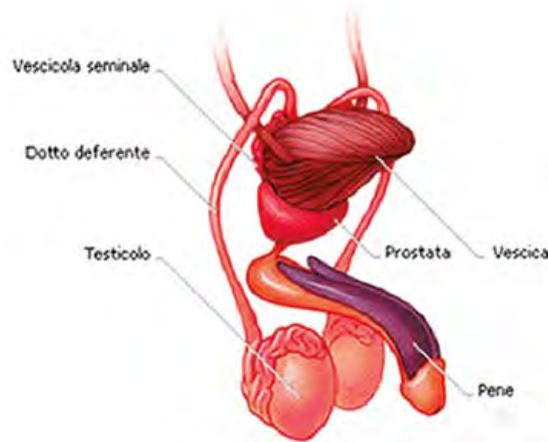
QUANDO CORPO
E CERVELLO IMPONGONO
LE REGOLE

di Paolo Viviani



Parlare di sessualità e affettività è certamente compito arduo e complesso, dove fattori come la biologia, la psicologia e la cultura sono componenti fondamentali che coinvolgono l'essere umano in tutta la sua vita relazionale. Al riguardo, vorremmo affrontare un argomento che si riallaccia a quello che è il contatto più diretto con il nostro partner e cioè l'impulso sessuale biologico: ovvero il coito. Ogni individuo sano ha un impulso sessuale determinato geneticamente, anche se nel corso della vita, circostanze o eventi lo possono deformare o rendere inefficace. Negli uomini, le disfunzioni sessuali si riferiscono alla difficoltà di avere un rapporto sessuale attribuita all'erezione peniena, comunemente chiamata dai profani "impotenza", significato che oggi si fa carico di connotazioni negative. Queste

disfunzioni possono comprendere una varietà di problemi che interessano il desiderio sessuale, nello specifico: la libido. Fattori psicologici e fisici o l'associazione di entrambi sono colpevoli a trasformare un piacevole desiderio in un dubbioso complesso. Ora, lasciati alle spalle gli anni trascorsi nel burrascoso labirinto della privazione della libertà, finalmente arriva l'atteso giorno del ritorno al proprio nucleo familiare, in particolare il vero congiungimento più diretto con la compagna, che durante il lungo tempo della carcerazione è stato condiviso e ristretto nelle poche ore di colloquio concesse con la presenza di altri. Molto probabilmente il desiderio di avere una partecipazione più intima e quell'abbraccio fisico diretto senza occhi indiscreti con la propria amata, procurerà un evolversi di cataclismi emozionali a volte forse confusi e di non facile gestione; ci saranno un susseguirsi di molteplici messaggi sensoriali che il nostro cervello trasmetterà al corpo. A questo punto entra in gioco la descritta libido. Probabilmente la lunga inattività sessuale e il ritorno repentino, al cambio di vita e/o altri fattori, potranno mettere in discussione il momento in cui si sarà pronti ad avvalorare quella prestazione d'amore che si completerà nel reciproco e desiderato atto sessuale. In questo momento non si sarà immuni dall'aver dubbi o domande che coinvolgeranno la vostra psiche, poiché il lungo tempo trascorso lontano e il sentirsi in obbligo verso se stessi o verso la



partner di avere prestazioni sessuali eccellenti, potranno far sorgere la ben nota "ansia da prestazione", grande ostacolo di non facile soluzione. La risposta sessuale è il risultato della collaborazione tra mente, sistema nervoso, apparato circolatorio ed endocrino (ormonale); talvolta, disturbi legati alla produzione di Testosterone, malattie, astenia, stress e l'assunzione di particolari farmaci quali, per citarne alcuni: anti-ipertensivi, antidepressivi, sedativi, litio e antipsicotici, possono provocare una disfunzione erettile così da impedire l'atto sessuale. Una diminuzione o l'assenza del Testosterone può produrre un repentino calo della libido, di conseguenza un uomo con tale problema pensa meno al sesso. Tutti questi meccanismi portano a ritenere di essere divenuti impotenti, ma si sa che si parla d'impotenza quando il problema è frequente o continuo. Forse per molti sarà difficile comprendere come questi automatismi tra cervello e corpo s'interfaccino fra loro, ma lo è anche per il mondo scientifico che, nel continuo studio, si adopera per scoprire tali misteri. Un semplice esempio che possiamo prendere in considerazione, per capire cosa fa scattare la relazione di dialogo tra mente e corpo, è il comune bacio. Quando è dato come un semplice gesto di amicizia o affettuosità viene captato dal cervello e trasformato in una sensazione di compiacimento o gioia, al contrario, se il bacio è più intenso, diviene prelude di desiderio sessuale, ecco che il no-

stro cervello manda una cascata di segnali alla corteccia somatosensoriale (spazi dove vengono elaborate le informazioni primarie provenienti dalla cute, muscoli e articolazioni) e al sistema limbico (si trova nella regione profonda dell'encefalo), così gli impulsi neurali spingono il nostro corpo a produrre una serie di neurotrasmettitori e ormoni, tra cui ossitocina (ormone), dopamina e serotonina (neurotrasmettitori). Il tutto si organizza per essere pronti ai principi fisiologici che ci permetteranno di adempiere, speriamo con successo, all'atto sessuale vero e proprio, in cui amore e affettività saranno di rinforzo e anelli importanti per una permanente e più stretta unione con il nostro partner e, sicuramente altri elementi integranti di maturità sessuale. Tornando a parlare d'impotenza sessuale, se tutto ciò descritto accadesse, non facciamoci prendere dal panico pensando che tutto è perso e non c'è soluzione. Se il problema è di carattere psicologico, parliamone liberamente e apertamente senza vergogna con il nostro partner; qualora la soluzione diventasse, difficile e ingestibile, insieme, potrete chiedere un valido aiuto a specialisti del settore; sessuologi o psicoterapeuti sapranno consigliare nel giusto senso. Anche se subentrassero patologie o complicanze fisiche che potrebbero pregiudicare la fisiologia erettile, così da impedire l'attività sessuale, la medicina e in ultimo la chirurgia, anche quella protesica, saranno un valido aiuto risolutivo. //

Trent'anni dopo

IN VIAGGIO
CON I MIEI
RICORDI

di Antonino Di Mauro

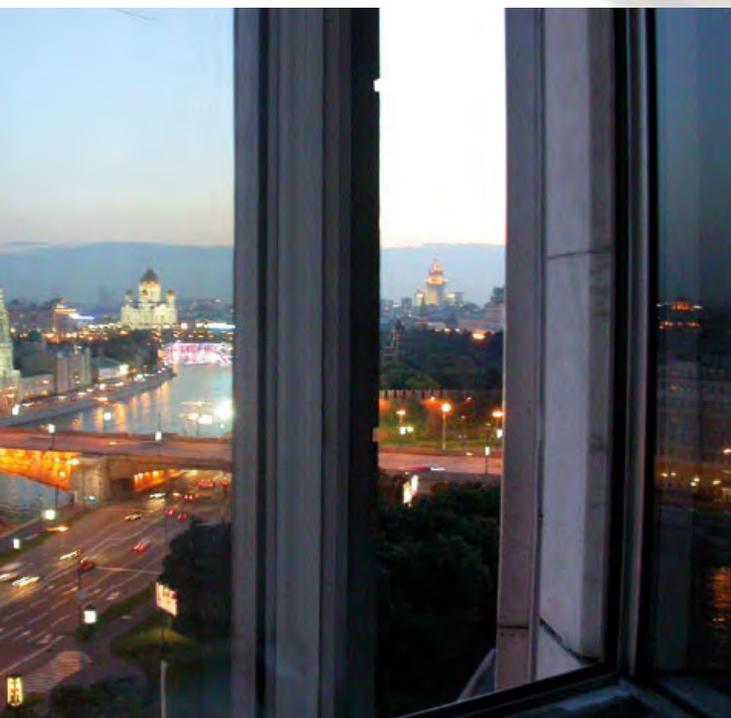


Era una giornata caldissima e la mia cella era completamente invasa dall'odore salmastro proveniente dal mare sottostante... fischiando un antico ritornello originario del mio paese ero affaccendato nel disbrigo quotidiano. Ero ospite nella casa di reclusione di Porto Azzurro, fortezza Spagnola seicentesca situata nella bellissima isola d'Elba. Era il 31 luglio dell'anno 2006, anno storico per

noi detenuti, perché finalmente il Governo italiano, dopo sedici anni, si era deciso a emanare un atto di clemenza consistente in tre anni d'indulto per i reati comuni; io ero uno dei beneficiari poiché sulla pena complessiva di trent'anni il rimanente pena era di circa venticinque anni e sei mesi e avendo già scontato ventiquattro anni, in pratica avevo già pagato il mio debito. Ero letteralmente in fermento, ogni istante era valido per poter finalmente riacquistare la mia libertà. Parecchi dei miei compagni di pena avevano già raggiunto la libertà fin dalle prime luci dell'alba in seguito all'atto di clemenza. L'attesa, per me, fu un vero calvario, i giorni trascorrevano lunghi e interminabili, il provvedimento che avrebbe permesso la mia scarcerazione doveva essere inviato dalla Procura Generale di Milano e non capivo i motivi di tanto ritardo. Poi, inaspettatamente, arrivò l'undici d'agosto, erano circa le ore 14:00, mi trovavo in compagnia di un mio amico ergastolano che in quel momento cercava di tranquillizzarmi con parole del tipo: "Dai non prendertela, vedrai che arriverà anche per te, abbi pazienza". In quel preciso istante udii qualcuno che gridava il mio nome, dirigo lo sguardo verso quella voce; era l'addetto dell'ufficio matricola che brandendo un foglio mi disse: "Vai a prepararti la roba che stai uscendo". Sentii come una fiammata che dallo stomaco arrivava fino al cervello. Il mio amico er-

gastolano, mi abbracciò dicendomi: "Dai corri! I tuoi cari ti aspettano". Lo salutai frettolosamente e mi recai nella mia cella singola che mi aveva ospitato per tredici anni, raccolsi lo stretto necessario e con un ciao a tutti e una stretta di mano, a quelli che erano presenti, mi recai con l'Agente verso l'ufficio matricola per eseguire le pratiche di routine inerenti alla scarcerazione. In men che non si dica il portone d'uscita si chiuse alle mie spalle, non c'era nessuno ad aspettarmi, anche se, fortunatamente, in quel periodo una delle mie nipoti si trovava in vacanza a Porto Ferraio con la sua famiglia. Mi recai presso il bar vicino e chiesi un caffè e un gettone, l'addetto alla cassa mi rispose che per il caffè non c'era nessun problema, ma per il gettone, purtroppo erano anni che non esisteva più. Mi diedero una scheda e m'indicarono il telefono. Grazie alla gentilezza del proprietario del bar, che mi aiutò spiegandomi come si usava quell'oggetto misterioso che aveva sostituito il gettone, chiamai mio nipote e gli dissi che ero fuori dal carcere. Dopo pochi minuti arrivò e ci abbracciammo saltellando per poi dirigerci in auto verso l'agognato Terminal in attesa del volo che mi avrebbe riportato a casa. Durante il tragitto che mi separava da casa mia, erano tanti i pensieri che attraversavano la mia mente ma uno, però, in particolare aveva attratto la mia attenzione. Stavo rivivendo con un po' di

tristezza il dialogo avuto con il mio amico ergastolano che m'incoraggiava ad aver pazienza, nonostante la sua "fine pena mai", cercando attraverso le sue parole di lenire il mio disagio. Questa pura solidarietà, spassionata e sincera l'ho conosciuta solo in un luogo di sofferenza. Il rientro a casa fu condensato da eventi imbarazzanti, faceva caldo e decidemmo di rinfrescarci nella veranda dell'appartamento sito al settimo piano. Con nonchalance mi affacciai dal balcone per gustare il panorama poi imprudentemente abbassai lo sguardo e... l'unica cosa che ricordo è di essere stato steso da braccia amorevoli sul letto. Intanto, nonostante la potente emicrania che mi accompagnava, una lunga escursione di parenti e amici passò ininterrottamente a festeggiarmi sino all'imbrunire. Con gioia stavo pensando che la giornata stava terminando con l'apoteosi finale: poter finalmente dormire con mia moglie! Sprofondai in un sonno profondo e ristoratore quando ad un tratto durante la notte, mi sentii toccare e il semplice contatto delle mani di mia moglie mi fece sobbalzare svegliandomi con un urlo. La solitudine di ventiquattro anni si era presentata in tutta la sua brutalità. Provai un senso di fastidio solo per il semplice fatto di essere toccato. Dopo tanti anni di solitudine e di letti desolatamente vuoti ci vuole molto tempo prima di riabituarsi ad un semplice, confortante e gioioso contatto umano. //



Sesso malato

PREVENIRE E DIAGNOSTICARE PER NON CONTAGIARSI

● Dott. Segio Cianchino
Infettivologo



L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) per prima ribadisce che una soddisfacente vita sessuale è un diritto di ogni essere umano, al pari del mantenimento di un buono stato di salute generale. Si moltiplicano, infatti, le evidenze della stretta correlazione tra sessualità sana e promozione/mantenimento della salute del singolo. Fin dal 1985 direttive Europee invitavano gli stati appartenenti alla Comunità Europea ad adottare misure necessarie a tutelare la vita intima dei detenuti. Da allora esperimenti simili si sono succeduti in: Russia, Olanda, Danimarca, Spagna, Svizzera, Svezia, Finlandia, Norvegia, Germania, Belgio, e più recentemente in Francia, Portogallo, Austria e persino in Albania. Nel panorama europeo l'Italia raggiunge punte estreme di oscurantismo; molte e autorevoli sono le espressioni di dissenso a questa restrizione della libertà sessuale dell'individuo, quindi l'altra faccia della medaglia è che di sesso "fuori legge" ci si ammala. Il fenomeno dell'omosessualità compensatoria è conseguenziale alla privazione sessuale. L'omosessualità in carcere è diffusa (secondo alcune statistiche il 60% dei detenuti delle carceri penali riferisce di rapporti omosessuali) ma, non si può pensare che non abbia ripercussioni sul piano psicologico; per

un eterosessuale forzarsi a un comportamento omosessuale costituisce una violenza, una frustrazione e una caduta di autostima. Inoltre nelle carceri, dove è vietata l'introduzione dei preservativi (unico vero rimedio a parte l'astinenza sessuale alla trasmissione di malattie sessuali), le malattie sessualmente trasmesse, in primis l'infezione da HIV, si diffondono a macchia d'olio. Bisogna, infatti, ricordare che l'HIV si trasmette per via parenterale (es. trasfusioni di sangue o emoderivati infetti) e per via parenterale inapparente (sessuale) la dove nell'atto della penetrazione si formano mi-

“ LA CONVIVENZA FORZATA COMPORTA RISCHI DI CONTAGI INDESIDERATI E PERICOLOSI

crolesioni della cute e delle mucose, evento più frequente con i rapporti anali. Anche i rapporti orali non sono esenti dal rischio di trasmissione di virus e batteri. Oltre l'HIV anche altri patogeni riconoscono la via sessuale come principale via di trasmissione:

Treponema pallidum (batterio agente eziologico della sifilide), HSV 1-2 (Herpes Simplex Virus), HCV e HBV (virus della epatite C e B), Neisseria gonorrhoeae (batterio responsabile della gonorrea), Chlamydia trachomatis (batterio responsabile delle uretriti/prostatiti non gonococciche). In questa occasione mi soffermerò sulla descrizione delle ultime patologie citate e tralascio le infezioni croniche (HIV ed epatiti B/C) in quanto già precedentemente trattate. La si-



TREPONEMA PALLIDUM

filide è una malattia spesso asintomatica nelle fasi iniziali, si presenta dopo un periodo d'incubazione di 10-90 giorni con la comparsa di una papula che presto si erode dando luogo a un'ulcera normalmente localizzata agli organi genitali (glande, prepuzio, ecc. nell'uomo; clitoride, piccole labbra ecc. nella donna) denominata sifiloma. L'ulcera tende spontaneamente alla guarigione ma, se l'infezione non è trattata con terapia antibiotica (normalmente è sufficiente una iniezione intramuscolo di penicillina a lento rilascio), si svilupperà la sifilide secondaria caratterizzata da eruzioni cutanee di tipo eritematoso o maculo-papuloso. Oggi grazie al diffuso uso di antibiotici a largo spettro si assiste raramente a forme secondarie e tanto meno terziarie di sifilide. La **gonorrea** è l'altra infezione sessuale più rappresentativa: si tratta di una infezione della uretra (il canale dove scorre l'urina dalla vescica verso l'esterno) ma anche della mucosa ano-rettale e della faringe (rapporti orali). Il periodo d'incubazione è di 2-7 giorni quindi compare dolore nell'atto di urinare, arrossamento dell'orifizio uretrale esterno e fuoriuscite di materiale purulento. Se non trattata la sintomatologia può persistere per settimane o mesi e dare luogo a complicanze. Anche il **virus Herpes** può essere trasmesso sessualmente e dare luogo a formazione di vescicole dolorose a carico degli organi genitali e a rischio di ulteriori sovra infezioni. L'omosessualità tra i prigionieri è un argomento de-

licato e poco esiste, in letteratura, sul ruolo che questa potrebbe avere nella diffusione dell' HIV in carcere; comunque, quel che è stato pubblicato sull'argomento fa pensare che si tratti di un fenomeno da non sotto stimare per la tutela della salute. Nelle carceri italiane, accanto ai problemi di sovraffollamento, di gestione, di natura sociale e giuridica, il problema infezioni e malattie correlate acuisce ancor di più il degrado in cui versano. Da un'indagine epidemiologica, condotta nel 2007 in quattordici carceri italiane, risulta che il 38% dei detenuti ha infezione da HCV, mentre il 6,7% presenta infezione manifesta da HBV (HBsAg+) e il 52,6% infezione occulta da HBV (anti-HBc+ con HBsAg-), mentre la sieropositività per HIV è del 7,5%. Purtroppo, esiste un numero non quantificabile di casi ancora non riconosciuti che eleverebbe le presenze a un totale compreso tra il 7 e l'8%; generalmente, solo una minoranza dei soggetti che accedono al sistema carcerario accetta di sottoporsi al test diagnostico per l'infezione da HIV (35%). Detto questo voglio in questa occasione ricordare che la convivenza con i concellini affetti da infezione da HIV, HCV, HBV non comporta alcun rischio così come non vi è rischio di trasmissione con baci, abbracci o altri contatti fisici di natura non sessuale. Anche altre malattie sessuali come la gonorrea e la sifilide non possono in alcun modo trasmettersi in assenza di contatti di tipo sessuale. //

La famiglia come risorsa

PERCORSI INTEGRATI PER REINSERIRSI

● Dott.ssa Veronica Silvestri
Assistente Sociale S.S. Carcere di Bollate e Tribunale – ASL Milano



L'Ordinamento Penitenziario considera il mantenimento delle relazioni familiari, un elemento fondamentale del trattamento indispensabile per l'auspicata risocializzazione del condannato. L'attribuzione d'importanza alle relazioni affettive fa parte del più ampio processo di trasformazione culturale che nasce dalla Legge 354/1975, normativa che presenta per la prima volta il detenuto al sistema giudiziario e alla società come "persona" dotata di bisogni ed esigenze specifiche e comuni al resto della popolazione. L'Ordinamento Penitenziario precisa che "particolare cura è dedicata a mantenere, migliorare o ristabilire le relazioni dei detenuti e degli internati con le famiglie". Come accade spesso in sistemi sociali complessi come il nostro, non sempre sussistono le condizioni oggettive per rispettare quanto stabilito e auspicato dai fondamenti della società stessa, come dettati normativi rivolti alla tutela e alla sicurezza sociale. A testimonianza della possibilità reale di "fare qualcosa di più" possiamo portare ad esempio il nostro Istituto, che più di ogni altro in Italia s'impegna nell'avvicinarsi il più possibile al compimento dei dettati legislativi. La gestione dell'affettività in carcere costituisce una risposta al problema della sicurezza sociale, il mantenimento delle relazioni familiari riduce il senso di abbandono del recluso, condizione che a sua volta porta al peggioramento delle condotte devianti e all'aumento del rischio di recidiva. La detenzione rappre-

senta un evento gravemente traumatico per l'individuo che si trova a fare i conti con l'impossibilità di gestire i rapporti diretti con i propri cari e di assolvere i propri compiti di cura o di mantenimento economico della famiglia. Spesso questa condizione d'impotenza porta le persone a duri crolli psico-fisici e conseguente ulteriore difficoltà a gestire l'esperienza detentiva. Anche la famiglia del detenuto risente del crollo esistenziale del proprio congiunto, con la conseguenza della frantumazione del rapporto emotivo-sentimentale. Ricerche sociologiche hanno riscontrato che se un individuo fallisce nel suo ruolo economico di capo famiglia, si riscontreranno conseguenze negative anche su tutti gli altri suoi ruoli sociali e vi deriveranno inoltre gravi effetti sulla vita degli altri membri della famiglia. Nel migliore dei casi il nucleo familiare si riorganizza in attesa del ritorno del congiunto, ma non si può escludere che



ciò generi l'esclusione del familiare recluso. Un riguardo particolare dovrebbe avere la relazione genitore detenuto/figlio. La Convenzione ONU sui diritti dell'infanzia all'art. 9 stabilisce che "il bambino i cui genitori, o uno dei due, si trovino in stato di detenzione, deve poter mantenere con loro dei contatti appropriati". Dando per scontato l'assunto che il sano sviluppo psico-fisico di un bambino necessita di buone relazioni con i genitori, si può facilmente notare come la detenzione di un genitore rappresenti un fattore disadattivo a carico dei figli. L'allontanamento improvviso del genitore da casa può portare il bambino a subire un forte senso di ansia, soprattutto in quelle situazioni in cui i genitori non forniscono loro una sincera spiegazione dell'accaduto, che alimenta nei bambini paure e fantasie peggiori rispetto alle conseguenze che avrebbe la conoscenza della verità. Il mantenimento del legame genitore detenuto/figlio quindi si rivela importante sia per il bambino, per consentire la costruzione della propria identità, sia per il genitore, per cui è matrice di nuove risorse affettive e porta maggiore motivazione al cambiamento e all'assunzione di responsabilità. In direzione contraria alla rieducazione del condannato viaggia la negazione della sessualità in carcere. Uno studio sociologico del lontano 1949 sosteneva che la mancanza di privacy e d'intimità cui sono sottoposti i detenuti potrebbe rivelarsi fortemente patologica, creando anche cali di autostima e sensi di persecuzione. Diverse sono state le proposte di legge che negli

anni si sono affacciate nel sistema legislativo italiano promuovendo la creazione di stanze in cui il detenuto potesse passare alcune ore con il proprio partner lontano dallo sguardo della Polizia Penitenziaria. Fino ad ora però, a differenza di molti paesi europei come Francia, Germania, Spagna e Olanda, nessuna è giunta all'accettazione da parte dei nostri governanti. Un buco legislativo di non poca rilevanza che ancora una volta aumenta la sofferenza e la violazione del diritto alla dignità delle persone detenute e che aumenta i rischi per la sicurezza sociale. Se è condivisibile quindi che il mantenimento dei rapporti familiari costituisca una risorsa di grande importanza nell'esperienza della detenzione, tanto da costituire un fattore determinante nella resistenza all'adattamento alla vita carceraria, è da considerare allo stesso tempo anche che essa rappresenta l'elemento maggiormente indicato dai soggetti detenuti come principale causa di sofferenza. Spesso le relazioni familiari disfunzionali sono riscontrabili tra le cause della devianza delle persone che commettono reati. Sarebbe opportuno cogliere l'occasione della detenzione soprattutto per migliorarle, come dice l'art. 23 dell'Ordinamento Penitenziario, incentivando il supporto alle famiglie e promuovendone, quando necessario, un percorso educativo che vada di pari passo e completi quello del congiunto detenuto. Questo è quello che sarebbe utile ricordare alle Istituzioni e alla società tutta, che tanto desidera più sicurezza per se' e per chi vivrà il nostro Paese in futuro. //

Il coraggio di affrontarsi

COMUNICAZIONE
ED EMPATIA
PER GUARIRE

● C.I.P.M.

Équipe del Trattamento Intensificato



Come Équipe del Trattamento Intensificato siamo lieti di poter contribuire alle riflessioni sulla salute e il 'benessere' che il vostro giornale propone. In particolare, siamo lieti di poter trattare, seppure in modo molto sintetico, un tema così coinvolgente come quello delle emozioni, degli 'affetti', nella sessualità. Coinvolgente per tutti, ma soprattutto per chi è costretto alla lontananza dai propri cari e dalle persone amate. Per ragioni di spazio, ci limiteremo ad accennare solo ad alcuni temi di un argomento che, come potete immaginare, è assai vasto e complesso. La sessualità, come i vostri compagni che partecipano al "Trattamento Intensificato" hanno imparato a riconoscere, si



esprime prima di tutto all'interno di rapporti affettivi. Infatti, oltre alla funzione biologica di generare dei figli, la sessualità svolge anche un altro fondamentale compito: permettere di esprimere i sentimenti, e l'amore è quello più significativo. I sentimenti positivi, affettuosi, rendono più vivo l'erotismo. Quando si fondono l'amore e la sessualità, si crea quell'armonia somatopsichica che rende l'individuo il protagonista appagato di una sessualità appagante. Se invece la componente affettiva è povera, la sessualità appare meno significativa, se non deludente, perché porta a vivere sensazioni che diventano sempre meno intense, fino alla freddezza e al distacco emotivo. Dunque, affetti e sesso non sono necessariamente tra loro fusi. Ad esempio, alcune persone, per esperienze affettive problematiche, hanno difficoltà a esprimere i propri sentimenti d'amore. A volte non riconoscono di provarli, a volte se ne difendono perché li vivono come pericolosi, in quanto, espongono al timore di esserne travolti, ricevere dei rifiuti e sentirsi feriti. Il rischio è dunque che le emozioni legate alla sessualità parlino una lingua diversa da quelle dell'amore. Così può accadere che il sesso sia vissuto senza l'amore o l'amore senza il sesso, come nella versione platonica. Più spesso, le persone vivono l'amore con parecchi gradi d'implicazioni sessuali e, viceversa, molteplici forme di sessualità con diversi gradi di amore. Questi differenti vissuti vanno comunque in un'unica direzione: il tentativo di costruire un'intimità, basata sulla reciproca fiducia, allo scopo di vivere un



rapporto affettivo sempre più profondo, intenso e duraturo. In questo modo, la miscela affettiva e sessuale arricchisce la vita e contribuisce a renderla il più possibile serena. La relazione di coppia, sia etero o omosessuale, senza pregiudizi di genere, è il campo emozionale in cui siamo immersi fin dalla primissima infanzia e dove i sentimenti vengono scambiati. Se al primo incontro tra due persone l'entusiasmo, l'attrazione fisica e l'innamoramento possono essere la principale fonte del legame attrattivo, col passare del tempo sorgono inevitabilmente problemi di vario genere: idee differenti, incomprensioni, momenti difficili. Una buona comunicazione permetterà di superare i problemi, le incomprensioni, le situazioni difficili e approfondire la reciproca conoscenza. Cosa vuol dire una buona comunicazione? Vuol dire condividere la vita di coppia con l'intento di essere il più possibile presenti e partecipi, nel bene, ma soprattutto quando si hanno idee o desideri diversi. Discutere e arrabbiarsi è spesso il segno di una grande condivisione emotiva, a patto che tutto si traduca in ascolto e comprensione reciproca e non si scivoli in un'aggressività distruttiva. Anche la sessualità si può mischiare a svariate forme di aggressività, proprio allo scopo di difenderci e difendere sentimenti che sono stati feriti, magari in un tempo lontano. E spesso i sentimenti feriti si nutrono di credenze erranee, pregiudizi e un'ignoranza in campo sessuale che distorce alla radice la percezione di ogni relazione affettiva. Attraverso la relazione di coppia si soddisfano

dunque i bisogni primari di amare ed essere amati, di comunicare, di non sentirsi soli. La lunga astinenza sessuale per chi è carcerato non produce nessun danno alla funzione sessuale, ma può creare difficoltà con i propri partner, in particolare per l'impedimento di comunicare le emozioni dovute alla lontananza quotidiana e la scarsa frequentazione. Allora, ansie e disagi potrebbero disturbare la relazione di coppia e anche quella sessuale. Un altro aspetto profondamente umano della comunicazione tra partner può aiutare chi si trova in queste situazioni: la capacità di ascoltare l'altra persona mettendosi nei suoi panni e cercando di capire che cosa ci vuole dire con le parole o, talvolta, al di là delle parole stesse. Anche la possibilità di fare auto critica, quella capacità di riconoscere i propri difetti e limiti che preludono ogni cambiamento umano, è fondamentale per ritrovare quella serenità che ognuno desidera nella propria vita affettiva. Mentre scrivevamo queste brevi note su un argomento di così vasta e complessa portata, ci siamo resi conto di aver in parte descritto molti dei temi che trattiamo nella nostra unità. Se il nome importante di "Trattamento Intensificato" sembrerebbe rappresentare chissà quali disfunzionalità e gravità da correggere, in realtà si rivolge a chi, e oramai sono molti, ha il coraggio di affrontare se stesso, mettendosi in discussione e cercando prima di tutto di capire dentro di sé la natura delle proprie responsabilità nelle relazioni affettive e sessuali, per un futuro migliore per tutti. //

Danni o benefici?

SPEGNI LA SIGARETTA
E RIACCENDI
LA SESSUALITÀ

Dott.ssa Marta Bentivoglio
Dott.ssa Marta Ferla
Psicologhe

Il fumatore, nei nostri pensieri, viene facilmente e immediatamente associato a virilità, forza e sovente anche seduzione. Fumare una sigaretta è un gesto che nell'immaginario collettivo rimanda a forza, potere, coraggio, sfida. Fin dall'adolescenza i ragazzi vedono in chi fuma caratteristiche desiderabili: autonomia, coraggio, trasgressione, mentre, chi non fuma è spesso additato come 'sfigato', pauroso, poco desiderabile. I forti sono in genere sessualmente ambiti. A questa visione contribuiscono lar-

gamente i media, attraverso numerosi film e personaggi fumatori, basti pensare al James Bond interpretato da Sean Connery, a Humphrey Bogart in "Casablanca" o ai film di Tarantino, dove i protagonisti sono fumatori che racchiudono le caratteristiche di fascino e virilità. Invece, le protagoniste femminili fumatrici, ci evocano giovane età, libertà, emancipazione, indipendenza rispetto al passato e soprattutto seduzione: chi può dimenticare Sharon Stone in "Basic Instinct" nella celebre scena vedo non vedo. Ecco che i

media, attraverso i film, influenzano le nostre idee con campagne subliminali che trasmettono associazioni e legami fittizi fra sigarette e seduzione. Così le persone si ritrovano a sviluppare idee infondate: "fumando sarò più attraente, farò più conquiste e sarò sessualmente vincente e capace". La realtà è, però, un po' diversa; a livello evolutivistico, secondo il modello Darwiniano, la prosecuzione della specie è garantita dagli animali che possiedono forza fisica associata a salute del corpo, sono queste, infatti, le caratteristiche che le femmine sembrano ricercare nei maschi per la riproduzione. Gli animali stessi ci insegnano che a diventare desiderabile è il corpo "sano", in salute. Nella specie umana un corpo sano è quello capace di massimizzare le possibilità riproduttive della specie, attraverso un liquido seminale sano e attivo e un'attività sessuale frequente. Qual è l'influenza del fumo sulla sessualità? Non tutti



conoscono gli innumerevoli effetti nocivi che il fumo di sigarette può avere direttamente e indirettamente sull'attività sessuale. Numerose ricerche condotte negli ultimi 30 anni dimostrano che il fumo è un importante fattore di rischio per la disfunzione erettile maschile. Fumare porta, infatti, a un calo dell'afflusso arterioso e impedisce il blocco dello scarico venoso, meccanismi sottostanti all'erezione maschile. Non sono ancora chiari i meccanismi specifici con cui le sigarette incidono sulle disfunzioni erettili, la comprensione del legame tra fumo e impotenza è, infatti, complicata dal fatto che la sigaretta contiene più di 4000 principi attivi. Altri studi più recenti si sono focalizzati sugli effetti acuti e immediati che il fumo può avere sull'attività sessuale, la risposta fisiologica di eccitazione misurabile nell'uomo con l'erezione e nelle donne con la lubrificazione. Una ricerca ha dimostrato che la nicotina

riduce l'eccitazione sessuale in giovani uomini non fumatori. I partecipanti allo studio hanno ricevuto una gomma da masticare con o senza nicotina e 40 minuti dopo è stata misurata la loro eccitazione sessuale (circonferenza pene, battito cardiaco e pressione) in risposta ad un filmato erotico. I risultati mostrano che, a pari condizioni, il gruppo che aveva assunto nicotina ha riportato una minore attivazione sessuale: in tale gruppo la circonferenza del pene era percentualmente inferiore, mentre il battito cardiaco e la pressione erano maggiori rispetto al gruppo di controllo. Per le donne è stato eseguito uno studio equivalente in cui veniva misurata l'ampiezza delle pulsazioni vaginali in risposta ad un filmato erotico. Anche in questo caso le partecipanti, che avevano assunto nicotina prima del filmato, mostravano in proporzione una minore risposta rispetto al gruppo che non aveva fumato. L'aspetto

interessante di questi effetti è che sono estinguibili. A prova di questo, uno studio recentemente pubblicato sul "British Journal of Urology International" ha visto coinvolti sessantacinque tabagisti incalliti, sani e non affetti da impotenza sottoposti a una terapia per smettere di fumare della durata di otto settimane. L'indagine ha analizzato il desiderio sessuale e la funzionalità erettile di questi soggetti prima, durante ed al termine del programma antifumo; dei 65 volontari iniziali, 45 uomini non sono riusciti a smettere di fumare, mentre per tutti i 20 che hanno smesso, è stato registrato un aumento della libido e della qualità dei rapporti sessuali ed un notevole miglioramento delle erezioni. Conoscere i risultati di queste ricerche suscita qualche effetto nei nostri pensieri, a questo punto la domanda diventa: siamo sicuri che la sigaretta sia davvero segno di virilità e arma di seduzione? A noi qualche dubbio è venuto!

Coppie sportive

COMUNQUE SIA,
IL SESSO FA
SEMPRE BENE?

Salve ragazzi e amici lettori, in questo numero si parlerà di una tematica molto delicata ma allo stesso tempo importante, sesso e affettività e siccome la mia è una rubrica sportiva cercherò di parlarvi in maniera sobria e leggera delle coppie famose nell'ambito sportivo. Chi è dotato di buona memoria sicuramente si ricorderà della celebre coppia Luiz Nazario da Lima meglio noto col soprannome di Ronaldo, asso brasiliano del Calcio contemporaneo acquistato dall'Inter nell'estate del 1997, che si sposò con Suzanne Wueber anche lei calciatrice brasiliana, non a caso chiamata Ronaldinha, in Italia giocò nel Monza con



ottimi risultati. Si vocifera che la nostra bella atleta una volta riuscì a eseguire più di 1400 palleggi scatenando l'invidia di alcuni suoi colleghi più o meno famosi. I due ebbero un figlio ma il loro matrimonio durò circa quattro anni. Un'altra coppia famosa è André Agassi statunitense campione di Tennis, salito nei primi anni della sua carriera agli onori delle cronache per il suo look stravagante e i legami sentimentali; nel 2001 il fuoriclasse americano si sposò con la tedesca Steffi Graf, anche lei indiscussa campionessa della racchetta. I due ebbero tre figli e ancora oggi insieme, sono tra le coppie più longeve dello sport. Sicuramente gli sportivi più accesi ricorderanno, ancora, una delle coppie più chiacchierate, formatesi alle ultime Olimpiadi quella tra il nuotatore Filippo Magnini e la bella e statuarica Federica Pellegrini campionessa mondiale di nuoto. I due salirono alla ribalta delle cronache rosa per come avvenne la loro unione, infatti i più informati dicono che il Magnini soffiò la prorompente Federica al suo migliore amico, anche lui nuotatore, quindi finì un'amicizia ma cominciò una storia d'amore



che dura ancora oggi. I nostri due beniamini si dividono tra sport e televisione, prestando il loro volto come testimonial di prodotti alimentari e abiti di alta moda. In una recente intervista alla domanda un po' indiscreta del giornalista se faccia bene oppure no fare sesso prima di ogni performance sportiva, la nostra dolce Federica senza il minimo imbarazzo rispondeva che lei faceva sempre l'amore prima di ogni gara. Però, cari lettori, vedendo come sono andate a finire le ultime Olimpiadi per i due atleti non so quanto abbia loro giovato aver fatto sesso prima delle gare. Amici io non sono in grado di dire se faccia bene oppure no avere rapporti intimi prima di una gara, per me va sempre bene! Ora lascio a voi l'ardua sentenza, a presto cari lettori.



Principi disattesi

DIRITTI ALL'AFFETTIVITÀ
PROIBIZIONI E
TACITE TOLLERANZE

Nell'ambito dei diritti del detenuto, uno dei più delicati ma anche dei più discussi è rappresentato dal diritto all'affettività, sfera questa la cui importanza non ha trovato e non trova ancora il giusto riconoscimento. Recentemente, un Tribunale di Sorveglianza (a Firenze) ha interpellato la Corte Costituzionale in merito ad un ricorso presentato da un detenuto che si è visto negare la possibilità di stare in intimità con la propria moglie all'interno dell'Istituto Penitenziario. Il comma 2 - L.354/75 O.P. prevede che le visite con i detenuti siano svolte unicamente in locali sottoposti a sorveglianza visiva del personale addetto; il Tribunale di Sorveglianza su citato si è posto domande sulla costituzionalità di tale norma, considerata lesiva dei cosiddetti diritti inviolabili del cittadino, in quanto ostacola lo sviluppo del condannato non favorendone la rieducazione ma compromettendone il quadro psico-fisico considerando che il detenuto è una PERSONA e che vive una condizione difficile che richiede tutti gli interventi più opportuni diretti a permettere una cresci-

ta e una migliore conoscenza di sé e dei rapporti con la società; sarebbero da considerare ormai superate certe visioni "oscurantiste" tipiche della cultura e costume italiani, tendenti a dare della pena una concezione puramente "punitiva". L'orientamento dell'Organo Costituzionale adito, che ha rigettato l'istanza, ha rivelato ancora una volta un atteggiamento "provinciale", non aperto alla sperimentazione (da tempo già presente in altri Paesi UE) e comunque lesivo dei principi di uguaglianza sostanziale e di umanità sanciti negli artt.3 e 27 della Costituzione. La normativa attualmente vigente dà una soluzione solo parziale al problema (permessi premio) ma non dà luogo ad una rivisitazione più adeguata e moderna della questione. Il diritto all'affettività andrebbe inteso più ampiamente e quindi dovrebbe ricomprendere anche una funzione importante quale quella sessuale. In ultima analisi, e in un senso più critico, tutta la questione sembra apparire come un "falso problema" dagli aspetti addirittura ipocriti e autoridiccolizzanti: se da un lato sono "tollerate" pratiche sessuali



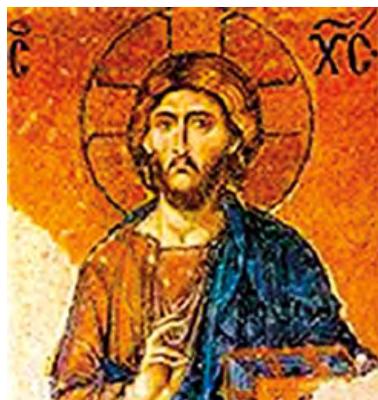
"alternative" - ricercate o imposte che siano - notoriamente discriminate su un piano culturale e sociale, perché dall'altro non dovrebbe essere autorizzata una spontanea espressione sessuale/affettiva della propria personalità con i propri congiunti?



La Pasqua ortodossa



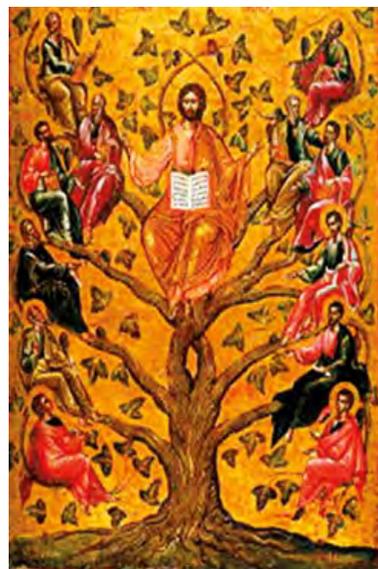
UNA CERIMONIA
CHE UNISCE
ALLEGRIA E CULTO



Per quaranta giorni antecedenti la celebrazione della Pasqua, in Romania, si attuano i fioretti della Quaresima, durante la quale non è consentito consumare carne, latte e uova. È necessario tenere un comportamento sobrio e corretto, ci si reca a seguire le funzioni religiose il lunedì, il mercoledì e il venerdì. Tradizionalmente in questo periodo i bambini preparano insieme al prete un canto liturgico che ha 42 strofe il cui nome è **Prohodul**, il sacerdote (popa) si reca in visita presso le abitazioni per benedirle accompagnato da un seminarista che ha il compito di intonare i canti. Contestualmente nello stesso periodo si usa fare visita ai defunti per sistemare e

abbellire con fiori le tombe. L'inizio della Settimana Santa si ha con quella che per i Cattolici è la domenica delle Palme mentre per gli Ortodossi è la domenica dei fiori, ci accomuna per ben augurio donare un rametto d'olivo; i bambini e gli adulti sono vestiti con nuovi abiti e debbono passare per tre volte sotto il tavolo dove sono sistemati tutti i paramenti sacri e questo ha il valore di una benedizione. Se qualcuno per qualche motivo ha disatteso ai fioretti, ha la possibilità di rimediare astenendosi completamente dal cibo e dalle bevande il Venerdì Santo, naturalmente è severamente proibito fumare, bere alcolici e fare attività sessuale. Il sabato si usa preparare l'agnello che simbolicamente rappresenta il sacrificio di Gesù, si preparano delle uova colorandole di rosso e si cucina un tradizionale dolce (cozonac) che obbligatoriamente deve essere preparato in casa. La stessa sera alle diciotto si partecipa alla funzione religiosa più importante, s'intona il Prohodul che dura per sei ore, quindi alla mezzanotte, il prete accompagnato dai seminaristi entra nell'altare dove ac-

cende un grosso cero che successivamente verrà trasportato tra i fedeli per accendere candele di personali, uscito dalla cattedrale farà tre giri con tutte le persone intorno alla chiesa. Si rientra in chiesa per continuare la funzione che durerà sino all'alba quando il prete distribuirà dei piccoli sacchetti contenenti del pane (pasca) che vanno portati a casa insieme alle candele per portare a domicilio la luce divina. Quest'anno la Pasqua ortodossa cadrà il 5 Maggio, quindi buona Pasqua a tutti! Hristos a inviat.



Regine per sempre



IL GIOIELLO PIÙ DESIDERATO
CON IL BIANCO E
PROFUMATO FIORE

Questo mese abbiamo scelto un bianco fiore profumato, il **Narciso** che orna tante nostre aiuole, il suo significato intrinseco per il linguaggio dei fiori è: Nuovi inizi. Quale miglior auspicio poteva essere dato da un fiore? Nel giardino del reparto femminile, dove effettuiamo i colloqui con i nostri famigliari e amici, sono sbocciati numerosi e meravigliosi narcisi. Nella nostra condizione di detenute, l'agognato obiettivo è riconquistare la libertà, quindi ci alleniamo a un "nuovo inizio" coltivando il nostro piccolo angolo di paradiso floreale. Per la sua intensa fragranza è comunemente usato per la preparazione di profumi. Nelle ore notturne il suo aroma ci culla dolcemente allietando i nostri sogni. Certamente la prima idea che vi sarà venuta in mente sarà stata il legame con il mitologi-



co Narciso, eroe greco che si beava del proprio aspetto esteriore ma come avrete capito il significato è diverso. Speriamo che curandoli in giardino ci indichino la via per avere un "nuovo inizio" che sia realmente diverso dal presente, che ci dia la possibilità di ricongiungerci con i nostri cari e finalmente di vivere un'esistenza serena. In alcuni paesi europei questo nome è dato ai bambini. Al nostro fiore abbiamo abbinato una pietra preziosa molto rara, estremamente costosa e prestigiosa, gioia e delizia di ogni donna, il favoloso **Diamante**. La gemma più preziosa per antonomasia; si usa dire che un diamante è per sempre, infatti, il famoso solitario è un pegno d'amore che dovrebbe

durare per l'eternità. Da sempre diademi e anelli accompagnano teste coronate e signore dell'alta società. Se volete conquistarci sicuramente con un diamante avrete buone possibilità che vada a buon fine rendendo noi signore al pari di regine. Detto questo, passiamo a spiegarvi il suo significato: si crede che assorba e amplifichi i pensieri di chi lo indossa, nello stesso modo in cui forza e debolezza vengono acquisite dagli utilizzatori di altre pietre. Gli antichi usavano il diamante anche per la disintossicazione in quanto sembrava proteggere dai veleni. Vi aspettiamo il prossimo mese per un nuovo viaggio nel profumato mondo dei fiori e delle pietre preziose.



La famiglia in casetta

TRANQUILLITÀ, INTIMITÀ
PER RECUPERARE I
RAPPORTI FAMILIARI



Dal 2005 a Bollate c'è la "stanza dell'affettività", nota a tutti come "casetta". Il progetto nasce dalla considerazione dell'importanza, per i genitori detenuti e i loro figli minori, di usufruire di uno spazio più accogliente di quelli a disposizione per i colloqui, pur se a misura di bambino come la ludoteca o in estate l'area verde, in modo tale da potersi concentrare sulla relazione e non distratti da altre storie familiari, come avviene negli spazi comuni. Uno spazio allestito come un ambiente domestico, con la possibilità di cucinare, un tavolo da pranzo, un divano, un angolo riservato ai giochi; insomma una dimen-

sione familiare che permette di sperimentare-risperimentare gesti quotidiani, e consente tranquillità per affrontare argomenti difficili e spinosi. L'intervento con ogni nucleo familiare prevede colloqui di supporto che consentono l'esplorazione dei vissuti, delle criticità rispetto l'essere genitori in condizioni ristrette e incontri con i propri figli all'interno della "casetta". Si predispongono un progetto di lavoro, condiviso con i genitori coinvolti, che procede per obiettivi individuati. L'equipe di operatori è costituita da psicologi, esperti di sistemi e dinamiche familiari, e da una criminologa. Sulla base delle caratteristiche delle persone coinvolte si definisce la cadenza degli incontri. Il progetto si realizza grazie alla collaborazione di operatori e agenti di polizia penitenziaria, certi che il mantenimento e recupero di una dimensione affettiva e familiare sana sia parte integrante di un processo d'inclusione sociale efficace. Per tutti i bambini sarebbe importante incontrare i loro genitori in "casetta" e tanti genitori chiedono la stessa per occasioni familiari particolari, ma il progetto non

si esaurisce nella fruizione dello spazio ma comporta un profondo lavoro di osservazione delle dinamiche relazionali al fine di promuovere e sostenere cambiamenti tesi al maggior benessere di tutti i membri coinvolti. L'esperienza di questi anni di lavoro ha mostrato come la "casetta" funga da "detonatore emotivo", cioè da innesto per smuovere situazioni di stasi e di cronicità, aiutando a contenere-gestire situazioni conflittuali tra coniugi ed incanalare risorse genitoriali verso comportamenti più funzionali per una crescita armonica dei propri figli. Nel nostro operare siamo costretti a dare la precedenza a situazioni in cui le criticità assumono le caratteristiche dell'emergenza e dell'urgenza. Esiste una lista di attesa che assorbiremo nei prossimi mesi, ma sarebbe auspicabile un aumento di questi spazi riservati, considerando anche l'aumento di richieste di monitoraggio delle visite genitori-figli da parte dei Servizi Sociali territoriali. Il lavoro di cura delle relazioni familiari iniziato dentro il carcere è imprescindibile per un rientro a casa sereno.

Identità perduta

UN PERCORSO
PER RITROVARE
SE STESSI



Aldilà del bene e del male, a 57 anni suonati, mi sono messo in discussione dopo una vita d'abusi legati principalmente all'uso di sostanze proibite, delinquenza ed intolleranza verso il prossimo. Ho provato, errando, a sentirmi padrone e gestore della cocaina che mi ha distrutto il vivere quotidiano per oltre 40 anni. Dal carcere ho chiesto aiuto e la mia richiesta è stata accolta. Ora, da circa un mese mi trovo, per mia volontà, provvisoriamente affidato a una comunità terapeutica; è una struttura immersa in un parco naturale, dove ho riprovato la gioia di sdraiarmi nell'erba, ascoltare il fruscio degli alberi sbattuti dal vento e osservare la neve cadere da essi. Mi sento colmo di gratitudine per coloro che mi seguono quotidianamente accompagnando il mio percorso interiore, trovo davvero interessante il confronto con gli operatori che, a volte con durezza mettono a nudo la mia incapacità di accettare regole e norme da rispettare all'interno della comunità. Ricostruirmi, sarà senz'altro un cammino impervio e non privo di ostacoli ma ho iniziato e ciò mi rende particolarmente felice: am-

mettere le proprie responsabilità è un primo passo. Io sono certo che dovrò camminare parecchio per recuperare il cuore, la mente e l'animo così acquistando: sincerità, semplicità e serenità. Il futuro degli uomini liberi dovrebbe essere senza "il farsi di qualcosa"; la droga del domani dovrebbe essere la lucidità per donare ai nostri figli un mondo migliore. Desidero non combattere più per essere schiavo di qualcosa, vorrei tanto battermi per la mia libertà, ho bisogno dell'amore di mia figlia che non vedo da 4 anni, del bene di mia madre sempre gratuito ed del rispetto degli altri che desidero mi vedano come un uomo dallo sguardo pulito. Detto ciò, quotidianamente, mi ripeto la frase di Gandhi: "Sii tu il cambiamento

che desideri vedere nel mondo!" Forse io non sarò il cambiamento del pianeta Terra, poiché mi sento ancora un granello di sabbia che dall'Himalaya deve giungere al mare ma, con la decisione che ho preso, sono certo e consapevole di poter modificare il mio cammino volto alla risocializzazione, al reinserimento e alla riconciliazione con gli esseri umani di questo assurdo splendido pianeta. In questo mondo c'è posto per tutti, Madre Natura è ricca e sufficiente per tutti noi, la vita può essere felice e magnifica: io tutto ciò l'avevo depositato in un ripostiglio e l'avevo dimenticato. Grazie alla comunità per avermi rimosso le mie buone vibrazioni e per avermi donato la possibilità di poterle mettere in atto!!!



Il bunga bunga dell'Adalpina



AMOR CHE
A NULLO AMATO
AMAR PERDONA

In casa Carugati il sesso era qualcosa di nebuloso e confuso, le poche nozioni apprese erano figlie di mala informazione o deduzioni del tutto personali. Il Federico, che aveva trovato lavoro in una finanziaria, riusciva ad avere rapporti solamente quando s'alzava lo spread, l'Armando, con l'eterna sigaretta in bocca, pensava che cappuccetto rosso fosse un profilattico sovietico. Il patriarca Giovanni s'imbatté in un libro intitolato la principessa sul pisello e lo buttò nel cestino convinto che l'avesse scritto Rocco Siffredi! Il Severino invece prendeva il Viagra come tranquillante. Nonna Adalgisa conservava gelosamente una missiva appassionata di Nino Bixio che rileggeva all'infinito, mentre con lo sguardo languido accarezzava altre mille lettere provenienti da Marsala. L'Adalpina, che di esperienze amorose era a livello della media stagionale di Bolzano -8°, decise che era arrivato il suo momento, mise un'inserzione su seconda mano scrivendo: Marialina Ballagas Perez de Morales Carugatis - Pasionaria - cerco contatti con giovin virgulti. Fermo posta

Concorezzo. Tra le migliaia di lettere ricevute decise d'incontrarsi con un certo Marco Fabbricante credendolo un costruttore Tedesco e soprattutto non le ricordava nessun albero, pardon ragazzo, conosciuto prima. Il Fabbricante era soprannominato dagli amici SPEEDY GONZALES. Sembra che la sua migliore performance la ebbe quando, insieme alla sua fidanzata, decise di sfidare Bolt nei 200. Al via dello starter partì nella sua performance amorosa che finì in 18 secondi netti abbattendo il record del mondo. Un mito! Marco e l'Adalpina decisero di suggellare il loro incontro amoroso recandosi in un famoso albergo Svizzero con vista lago: il Guglielmo Hotel. L'Adalpina cinguettando andò in bagno, mentre il Marco si preparava alla sua nuova performance indossando i panni del velocista, dal bagno l'Adalpina lanciava messaggi: "Mandi vuoi la sottoveste azzurra da principessa?... no no forse è meglio quella stile impero per il mio re... quasi quasi ci ripenso e metto quelle bianca virginale"... poi ebbe un'idea straordinaria decise d'apparire in tutta la sua

folgorante nudità! Aprì la porta e... cu cu? Il Fabbricante la guardò a bocca aperta esclamando: "Uè sei fantastica... però potevi darci una stiratina"... La cosa si consumò in pochi secondi, L'Adalpina non ebbe neppure il tempo di spostare il cuscino, poi, stremata dalla felicità per il suo primo rapporto chiuse gli occhi e con un sospiro s'addormentò. Finalmente l'Adalpina attraverso l'effetto placebo era una donna soddisfatta!



Franz ai domiciliari



GABBIETTE SPYDER,
POLLI VOLANTI
E CANI SUBACQUEI

Il mio umano è un po' strano. Non mi lamento di lui, questo no. È bravo, buono e ubbidiente; certe volte intuisce abbastanza in fretta come la penso. Come quando m'ero stancato di essere come uno che sta agli arresti domiciliari, limitato a girare solo in casa e sui terrazzi, che aveva attrezzato con reti altissime per impedirmi di sconfinare dai vicini, dove abitava una bellissima micetta bianca e rotondetta, che mi sarebbe piaciuto conoscere da vicino. Ma lui, il mio umano, diceva che era una gatta snob come i suoi umani e perciò non adatta a me, figlio di padre ignoto e madre vagabonda. Però ha capito la mia noia e la mia delusione, e così ha fatto costruire dal suo amico ciclista un portapacchi anteriore, stile panettiere, con annesso parabrezza trasparente e materas-

sino a fiori, e mi ha portato a fare belle gite in bicicletta al fiume, tra alberi e prati, lontano dal traffico. Siamo anche andati in vacanza assieme, al mare, e per non lasciarmi a casa ai domiciliari, tutte le mattine all'alba con la solita gabbietta spyder montata sul motorino, mi portava al porto e con il suo vecchio e rumorosissimo gommone, apriva la gabbietta e andavamo a pescare. Il mare è un posto pieno d'acqua da tutte le parti, e certe volte è nervoso, io lo capisco perché cambia colore e si agita tutto, altre volte invece è tranquillo e immobile come uno specchio addormentato. Io stavo accoccolato e sonnecchiavo, lui tentava di pescare e calava qualche lenza, e regolarmente prendeva: niente; solo una volta un pesce talmente piccolo che ne ha avuto pietà e l'ha ributtato

in acqua. In mare si pescano solo pesci, che a me non piacciono, e di polli neanche l'ombra. Nel cielo volano tanti polli che si chiamano gabbiani ma con le lenze da pesca non si riescono a catturare, e pare che non siano neanche commestibili. Così dopo un po' mi sono stufato di andare al mare, anche perché lui continuava a dirmi di non graffiargli il gommone che sennò mi avrebbe usato come esca per i pescicani, che sono dei cani che fanno pesca subacquea e che mangiano di tutto, anche i gatti un po' rachitici come me. Ma mi deve spiegare come faccio, se non mi ancorò con le unghie, a tenermi ben saldo e non volare in acqua quando lui guida il gommone come un pazzo, come se volesse arrivare in Corsica in mezz'ora! Preferisco stare a casa sul divano ad aspettare che arrivi il pollo dalla rosticceria. Il mio umano finalmente ha capito, va a pesca da solo ma il pesce lo compra in pescheria e lo cucina in tanti modi, cioè sempre al forno con gli aromi e le patate, infatti tra un po' lui si trasformerà in un tubero con le branchie. Io continuo a mangiare il pollo della rosticceria e, dato che ho i peli, non corro il rischio di trasformarmi in gallina.



Chiusure e affetti

ANCHE
L'AFFETTIVITÀ
SI PUÒ IMPARARE

Lo svolgimento del Corso chiamato "LIBERA AFFETTIVITÀ", che si è tenuto in cinque sedute, ha dato modo di evidenziare molte emozioni. La più importante è quella di ritrovare se stessi, attraverso la comunicazione con altri e il confronto dei propri sentimenti, diversi l'uno dall'altro. Prima di questi incontri questo non si era mai verificato, per l'impossibilità di esprimersi al meglio senza il timore o la timidezza di dire ciò che si sente e si prova in queste circostanze. Personalmente, raccogliendo testimonianze degli altri partecipanti, ho avuto un risultato positivo sia sul lato delle emozioni, sia nel condividere per

la prima volta situazioni di affettività personale in un gruppo formato da miei compagni. Durante questi incontri svoltisi al 3° REPARTO, mi hanno colpito proprio l'affetto e le emozioni tra noi trasmesse. L'affetto non è una parola vuota, è un sentimento che si deve sentire dentro se stessi, per capire che esiste. Ho sentito e condiviso emozioni e sentimenti che prima pensavo di poter dedicare soltanto ai miei cari; ho trovato in me stesso una parte mai scoperta prima, e cioè l'impulso di aiutare chi come me ha magari sofferto o ancora soffre. Credo però che senza l'aiuto di questi corsi e di queste persone volontarie che vengono ogni

giorno a dare una mano dentro il carcere, molti di noi non riuscirebbero a esprimere le loro sofferenze e parlare di tutti questi sentimenti che all'interno delle carceri sono anche un po' tabù, visto che si trattano argomenti delicati come le emozioni site nel profondo di ognuno di noi. Molte disgrazie che ogni tanto avvengono nelle carceri, come i suicidi, spesso vedono protagoniste persone che hanno bisogno di sostegno; ma le loro richieste di aiuto, lanciate forse solo con dei segnali, non vengono quasi mai capite o interpretate, perché nessuno riesce a decifrarle come grida di sofferenza e richieste di ascolto. Credo che se dappertutto si tenessero questi corsi si potrebbero aiutare queste persone a esprimere ed esternare i loro timori, paure e angosce represses e che, costoro, riuscirebbero forse a comunicare con gli altri, per trovare così, con l'aiuto di tutti, il coraggio di accettare la situazione nella quale si vive con la carcerazione, e trovare la forza di cambiare quello che si può ancora modificare. Per questo spero e mi auguro che l'esperienza dei gruppi dell'affettività svolti da "Gli amici di Zaccheo" a Bollate si possa estendere in altri istituti di pena.



UN AMORE SOTTO COPERTA

*Non so più chiedere, perché il senso si perde tra mille parole
e ciò che sento di certo non cambierà più nulla
mentre conto con lo sguardo le poche luci rimaste
che si vanno spegnendo oltre il muro della mia resistenza.*

*Il cuore e il tempo sono come uno scontro
se li osservo da questo punto di vista, quando sfoglio immagini
dei nostri momenti insieme, che gelosamente nel mio profondo
l'anima conserva... Li tengo stretti e mi scaldo
immerso in questa coperta.*

Salvatore Capizzi

Lettera aperta della Redazione

Caro Massimo,

Ti conosciamo come uomo forte, schietto e risolutivo ed è a quell'uomo che abbiamo consegnato la nostra stima ma, in un momento in cui stai vacillando per il grave lutto che ti ha colpito, noi vogliamo stringerti in un ideale abbraccio che vuole significarti partecipazione, condivisione ed affetto.

In un momento triste come questo, dove la redazione è stata colpita di nuovo da un lutto, la nostra commozione si unisce a quello del caro amico Vito Lotrecchiano per l'improvvisa scomparsa della madre. Nella commossa partecipazione, le parole lasciano di diritto il posto alle emozioni.

Vogliamo manifestare il nostro dolore e l'identica partecipazione anche al nostro inviato Antonino di Mauro per la prematura scomparsa della moglie.

Forza amici! Vi siamo vicini.

Con immensa partecipazione

La Redazione



www.amicidizaccheo-lombardia.it
vivibk@libero.it Cell.3477402524

**Sostieni anche tu l'impegno e
la solidarietà dei detenuti
con un versamento
sul conto corrente dell'associazione:
IBAN: IT74F0306909498615315853985**

**UN PREZIOSO AIUTO NEL SOSTENERE LE
NOSTRE INIZIATIVE BENEFICHE CON IL
CONTRIBUTO DEL 5 PER MILLE
SUL VOSTRO CUD O MODELLO UNICO O 730.
INDICATE IL NOSTRO CODICE FISCALE**

C.F. 97431730155

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 domandina (mod.393).

Al Femminile il sabato dalle ore 16,00 alle ore 18,00.

