

**Annuccia** Domenica, 30 Settembre 2018 18:29

Buona domenica a tutti . Feffe, fatto.... grazie

**feffe81** Domenica, 30 Settembre 2018 14:22

Grazie a tutte coloro che dedicano 7 minuti al sondaggio! Se riuscite diffondete!!

Da Napoli tutto bene, questa città è pazzesca, siamo appena usciti dalla Napoli sotterranea 😊

**paula1** Domenica, 30 Settembre 2018 09:39

Buon giorno a tutti...qui sole e nemmeno tanto freddo...domani hanno messo la pioggia...sono di riposo e tra poco usciamo per goderci la bella giornata...stamattina ho fatto il sondaggio proposto da

FEFFE...grazie ancora a chi si prodiga per la nostra salute... 😊

**mamma\_lara** Domenica, 30 Settembre 2018 09:02



### Messaggio del Dottor Di Lorenzo

Buongiorno, questa è una comunicazione per le persone del Lazio, in particolar modo della zona sud. Stiamo conducendo uno studio su di un fitoterapico già in commercio da molti anni in Italia per validarne l'efficacia. Se qualcuno fosse interessato, è pregato di contattarmi al fine di poter valutare l'idoneità alla partecipazione. I criteri d'inclusione sono l'aver emicrania dai 2 ai 15 giorni al mese, non abusare di analgesici e non fare profilassi.

È richiesto un impegno minimo da rispettare, cioè venire ai 7 appuntamenti richiesti dal protocollo nei 9 mesi di durata della sperimentazione.

Grazie a chi vorrà partecipare.

Facciamo uno studio in doppio cieco con un integratore per il mal di testa, già in commercio e giudicato innocuo ed efficace. Lo studio ha due fasi.

Nei primi 3 mesi si assume a sorte o il prodotto reale o il placebo. Nei secondi 6 mesi si assume il prodotto reale per valutare come va.

Lo facciamo presso il polo Pontino della Sapienza, presso l'ICOT di Latina.

**Chi fosse veramente interessato mi scriva in privato. Spedirò il numero di telefono per mettersi in contatto con la persona**

**mamma\_lara** Domenica, 30 Settembre 2018 08:57

Ora devo uscire, ma dopo arrivo purtroppo per voi è finita la pacchia. 😊

**mamma\_lara** Domenica, 30 Settembre 2018 08:57

Nico, anch'io mi cucio la bocca anche se non sembra 😊

Bella l'idea del contenitore della gioia. Ma i tuoi bimbi hanno un'età che ancora ascoltano. Aspetta che abbiano 14 anni e vedi se il contenitore della gioia funziona. 😊

Però fin che ascoltano va benissimo.

Poi te ne inventerai della altre e ci racconterai.

**mamma\_lara** Domenica, 30 Settembre 2018 08:50

Buongiorno a tutti.

Ho un bel po' di cosine in arretrato da fare, però fra un po' esco così il tempo è sempre poco.

**nico26** Domenica, 30 Settembre 2018 08:17

Buona domenica dal lavoro .Lara lo sai bene e mi cucio la bocca x la tua situazione 🤔

Tornando al discorso di eiri sui ragazzi ,beh...ieri sera ho detto a tutti ....dopo la partita andiamo tutti a mangiare la pizza.Bene....I ragazzi erano 8 .Bene.Arrivati al ristorante,seduti ,tirano fuori tutti il telefono e si mettono tutti a guardare il telefono .Sono stata l'unico genitore che ,in maniera ironica sono andata la con il sorriso ed ho detto tenendo le braccia aperte a mo di contenitore:Ragazzi buonasera questo contenitore e' il contenitore della gioia.Depositare nelle mie mani il cellulare ed iniziate a parlare tra di voi!!Beh...si sono diveriti tutta sera ,relazionandosi tra di loro.QUESTO X DIRE.....MA GLI ALTRI GENITORI DOVE SONO!!!!!!I giovani sono meravigliosi vanno solo aiutati in questa societa di

M@@@a che nulla fa x farli crescere con sani valori!!  
Scusate il monologo!BUONA DOMENICAAAAAAA

**Margaret** Sabato, 29 Settembre 2018 13:33

FEFFE grazie parteciperò volentieri al sondaggio! Goditi Napoli che io adoro  
Un abbraccio a tutti

**feffe81** Sabato, 29 Settembre 2018 12:59

FRANCESCA copia il link e incollalo direttamente nella barra del browser

**francesca63** Sabato, 29 Settembre 2018 12:14

SIMONA scusami....un saluto pure a te...

**mamma\_lara** Sabato, 29 Settembre 2018 10:37

Feffe, Napoli è una delle città che amo di più. Mi piacciono le persone. Sono speciali.  
Poi mi rilassa il loro modo di parlare.  
E' fantastico.

Per la spedizione nessun problema, ho fatto anche una foto per segnare dove cambiare la lingua per essere di aiuto. Però serve lo stesso un supporto logistico. Mi spiace che fra un po' devo andare a riposarmi e dal telefono faccio fatica a rispondere a tutti. Ma piano piano faremo anche questo 😊

**mamma\_lara** Sabato, 29 Settembre 2018 10:32

Nico, hai detto bene, l'unico modo per educare bene un figlio è esserci e dialogare con loro, ma la cosa più importante è l'esempio.  
Poi ci sono le eccezioni e si sa che non sempre le cose vanno come vogliamo, la fortuna serve eccome se serve 😊

**mamma\_lara** Sabato, 29 Settembre 2018 10:31

Paula, fai bene a fare tutti i concorsi.

Per la notizia che hai sentito in tv è verissima ed è in mano alla stessa persona, l'Onorevole Arianna Lazzarini che quando era Consigliera della regione Veneto ha fatto approvare lo stesso provvedimento nella sua regione. Mi ha detto che lei non ha nessuna intenzione di mollare. Mi fido di lei perchè è una tostissima.

La vedrò il giorno 31 ottobre a Roma, sono stata invitata in rappresentanza dei pazienti dal Presidente dell'Istituto Superiore della Sanità all'evento "Emicrania malattia di Genere" e sentiamo cosa salta fuori.

In ottobre e novembre devo stare bene per forza con tutti gli impegni che ho. 😊

Dopo vi mando una mail così saprete giorno per giorno dove sarò

**mamma\_lara** Sabato, 29 Settembre 2018 10:22

Annuccia, è sempre così quando i figli tornano a casa, succede anche a me quando ho qui Zeno, ma anche con Emma, passa e lascia acceso le luci in tutte le stanze. Poi non ti dico il disordine. Però meno male che ogni tanto mi riportano la vita per casa. 😊

A me è spiaciuto tantissimo che per tutto il tempo che c'è stato qui Zeno io sia stata stesa sul divano. Penso che abbia sofferto anche lui nel vedermi così. Una notte mi ha detto che sembra sia un destino malefico, non ho fatto in tempo a dormire la notte per l'assenza della grappolo ed ecco che arriva qualcos'altro che mi tiene alzata.

L'ho tranquillizzato dicendogli che con la caviglia sarei stata meglio e avevo ragione.

Sai che Gabriele mi fa il trattamento talmente bene che ha trovato anche un altro punto dove intervenire e che poteva causare dolore anche quello. Filippo ha detto che Gabriele ha talento. 😊  
Quanto è vero. ♥

Carissima, i ripulisti fanno sempre male. Dovrò decidermi a lasciare andare delle cose anch'io, ma

nonostante siamo passati anni e anni sono ancora qui che dico di doverlo fare.  
Lascio andare una cosina alla volta, ma come te ho i bauli pieni

**mamma\_lara** Sabato, 29 Settembre 2018 10:10

Soldi spesi inutilmente 😞

Ma questo io non lo immaginavo.

Dicevo che avevo male alla caviglia e ci sia stato qualcuno che me l'abbia toccata 😞

**mamma\_lara** Sabato, 29 Settembre 2018 10:07

Francesca. mi sento già guarita anche se non è così. Devo limitare le ore che sto seduta e riposarmi tanto.

Mi aiuta quello che fa Filippo e Gabriele.

Mi sa che non se ne verrà a capo di niente. Va tutto bene e il mio medico non aiuta.

Un ortopedico mi ha detto che dovrebbero tenere presente la cisti radicolare sacrale, però mi ha anticipato che si sa poco o niente di questa cosa, così fanno prima ad ignorarla. Io sono stanca di spendere soldi per visite ed esami, in due mesi me ne sono partiti quanti ne avrei spesi per 2 mesi in un resort di lusso ai Caraibi . Mi sembra di essere tornata a 50 anni quando dicevo che avevo MDT.

Il 2 vado da un fisiatra e sentiamo cosa dice.

Dopo però basta.

Vado a farmi trattare da Filippo e Gabriele continuerà a fare quello che Filippo gli dice e vediamo cosa succede

**francesca63** Sabato, 29 Settembre 2018 08:59

Salve a tutti.

FEFFE81 non sono riuscita ad accedere al sito.

Mi spiace...

Spero che il tuo week end sia senza dolore si da godere delle meraviglie di quei luoghi. ...

LARA mi sembra di intuire che un po di beneficio tu l'abbia conseguito...

Felice giornata a tutti.

Un saluto a STELIA ELISABETTA MARGARET VALE ISA E CRI69.ROSSANA. WILLIE ..E..spero di non dimenticare altri...non vogliatemene. ..

**feffe81** Sabato, 29 Settembre 2018 08:37

Sono a Napoli per il weekend 😎 con l'uomo 😊 il viaggio in treno di ieri è stato impegnativo, una nausea forte tutto il tempo, ultimamente mi da meno fastidio la nave 😊

**feffe81** Sabato, 29 Settembre 2018 08:36

Buongiorno a tutti. Grazie MAMMALARA!

**mamma\_lara** Sabato, 29 Settembre 2018 08:20

Feffe, ho già spedito tutto a tutta la mia lista

**mamma\_lara** Sabato, 29 Settembre 2018 08:20

Buongiorno a tutti.

Ieri è stata una giornata un po' così.

Avevo un bel po' di cose da fare e siccome riesco a stare seduta anche per un'ora sono andata a fare commissioni che avevo in sospeso da due mesi.

**mamma\_lara** Venerdì, 28 Settembre 2018 18:53

Feffe, faccio la spedizione questa sera o mani mattina, sono rientrata ora e sono un po' stanca. Scusami cara.

**feffe81** Venerdì, 28 Settembre 2018 16:52

Ciao a tutti, vi invito caldamente a partecipare al sondaggio Eemicrania e Lavoro che trovate a questo link

<https://es.surveymonkey.com/r/FCKZ3GR?lang=en>

I risultati del sondaggio verranno elaborati per migliorare le condizioni di lavoro dei lavoratori con emicrania

**feffe81** Venerdì, 28 Settembre 2018 16:41

Ciao a tutti, vi invito caldamente a partecipare al sondaggio Eemicrania e Lavoro che trovate a questo [link](#)  
I risultati del sondaggio verranno elaborati per migliorare le condizioni di lavoro dei lavoratori con emicrania

**mamma\_lara** Venerdì, 28 Settembre 2018 11:15

Buongiorno a tutti. Dopo arrivo non preoccupatevi.  
Intanto leggete un po' qui e ne sarete felici.

<https://www.federfarma.it/Edicola/Filodiretto/VediNotizia.aspx?id=17819>

**paula1** Venerdì, 28 Settembre 2018 10:27

Buon giorno a tutti...qui sole...tra poco scendo in città con l'autista blu 😊, la corriera insomma 😊 oggi pomeriggio (terzo venerdì) mi aspetta il reparto pieno, ma da chiudere 😊😊 i miracoli da noi accadono 😊😊😊 stamattina mi sono anche iscritta al concorso per la Romagna...mi iscrivo poi vedo se farò le prove...non si sa mai...  
stamattina prestissimo alla tv hanno dato la notizia (veloce) che propongono le cefalee (alcune) per un riconoscimento di malattia sociale....alla buon'ora dico io, ma prendo la notizia con le molle..... sembrava dovesse cambiare anche la legge sulle pensioni e invece siamo ancora in alto mare..... la mia testa ora sta benino quindi credo che non usufrirò di benefici se ce ne saranno...ora sono preoccupata per il male alle gambe....durante la notte non ho fatto fatiche fisiche e ieri ho cercato di riposare bene...ma ieri sera il dolore era davvero forte...e avevo anche preso una pastiglia nel pomeriggio....ora se prendo coraggio magari riprendo la terapia col Palexia...così a fine ottobre che ho la visita magari posso dire qualche cosa in più....

**nico26** Venerdì, 28 Settembre 2018 10:07

Buongiorno a tutti/e.

Lara hai ragione che la vita e' c@@o ma io credo che dalla mia piccola esperienza che la famiglia gioca un ruolo importantissimo in questa fase della crescita.  
Hanno bisogno di risposte, hanno bisogno di punti fermi in una società che purtroppo li fa crescere solo senza relazioni umane e tutto si svolge in una scatola chiamata telefono.I segnali di un preadolescente ci sono e sta a noi adulti capire le motivazioni di certi atteggiamenti e non dire solo....Eh..ci siamo passati tutti.Ragazzaini/e che a 12 anni fanno cose che si dovrebbero fare a 18 ....e poi potri portare tanti tanti esempio.lo come genitore cerco per quel che posso di educarlo coltivando le relazioni,coltivando il rispetto,coltivando la gioia per la vita unica ed irripetibile e coltivando il dialogo e questo lo cerco di trasmetterlo anche al gruppo che seguo che quest' anno zio bonino e numerosoooooooo!!!!che spettacolo!!!E poi e' vero si spera sempre di aver del c@@o.Ma ci proviamo!!!!!! 😊

**Annuccia** Giovedì, 27 Settembre 2018 14:39

MAYA, anche io dovrei fare ripulisti in cantina. Ho anche due bauli con le cose di mio padre.... sarebbe il cso che lo facessi ora il lavoro 😊

**paula1** Giovedì, 27 Settembre 2018 14:34

Buon giorno a tutti...qui sole, ma fresco davvero...la notte è andata bene nella solita routine che comunque è un ospedale, quindi ci sono persone sofferenti...i bimbi sono sempre il top, con una capacità di sopportazione grandiosa...mentre le 3 signorine con il seno nuovo 😊 erano più gnolose... 😊 ma alla fine si fanno convincere quando spieghi bene le cose.... 😊 sono contenta che la testa è stata brava...ho riposato almeno 3 ore...e per fortuna senza i rumori dei vicini faccendieri...più tardi scendo a portare Selladicavallo al meccanico per un lavoretto un po' grosso ma di routine così per l'inverno è a posto pure lui... 😊

**Annuccia** Giovedì, 27 Settembre 2018 14:32

CRIS83 anche io ho una compagna di liceo che vive a Calci. Spero bene. Quando abitavo a Pisa e il mio papà era comandante dei vigili del fuoco il Monte Serra era il suo incubo..... purtroppo.... prendere quei mascalzoni sarebbe un successone. Malefiche persone

**Annuccia** Giovedì, 27 Settembre 2018 14:31

L'altro ieri Andrea è rimasto a dormire a casa perchè voleva stare con il fratello. La mattina, tanto per non smentirmi, quando si sono alzati mi hanno trovato nella mia poltrona del dolore e ho detto loro "nulla è cambiato, mi dispiace!"

**Annuccia** Giovedì, 27 Settembre 2018 14:29

Buon giovedì a tutti!

ho avuto Enrico a casa e, come sempre accade, è passato un ciclone!!!!!!!!!!!!!! gli è successo di tutto, anche la macchina rotta..... quindi carro attrezzi e varie altre rogne.

Stamani è partito per Parma con una 500 in sostituzione della sua passat familiare. Macchina dell'azienda, per fortuna, quindi le "rogne" automaticamente si limitano.

**mamma\_lara** Giovedì, 27 Settembre 2018 08:47

Oggi vengono a trovarmi le mie sorelline 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 27 Settembre 2018 08:46

Nico, purtroppo non è sempre così. Ci sono genitori che dedicano la loro vita ai loro figli e lo stesso questi prendono brutte strade o cadono i giri poco raccomandabili.

Ci vuole tantissima fortuna anche lì.

Quando Enzo aveva neppure 20 anni mi disse una cosa che ancora penso sia sensata: "mamma, tu ti impegni e ti fai in quattro per noi, fai bene, ma ricorda che fare il genitore non è come fare una partita a scacchi, se fai anche tutto bene hai solo fatto pari"

Aveva ragione, solo che alle volte si perde anche se non sbaglia nessuna mossa.

Non conosco i caso di Modena quindi non mi permetto di dire niente.

Parlo di me e dico che sono stata fortunatissima con i miei figli, sono stati bravi ragazzi nonostante io abbia fatto errori. Ora sono adulti per fortuna e non invidio mia figlia e mio figlio che hanno figli da far diventare adulti. Neppure con loro dico niente di come educano i loro figli e credimi che è un bel pensiero in meno. Ettore lo vedo poco ed è ancora piccolo però mi sembra un bimbo educato, Emma è diventata una ragazzina di 14 anni e da un bel da fare ai suoi genitori. Però mi sembra sgamata ma con l'animo buono. Io però faccio la nonna e seguo le indicazioni educative dei genitori.

P?oi mi dicono che vorrebbero tornare indietro con gli anni.

Ma non sia mai 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 27 Settembre 2018 08:15

Buongiorno a tutti.

Francesca, anche qui oggi fa freschino e si sente.

Io ho rinforzato un po' tutto e la mia pelle già si ribella.

Ieri Gabriele si è spaventato quando gli ho detto che sarebbe bene che partissimo per il Brasile o l'Australia. Pensava dicessi sul serio 😊😊

Mi spiace per le vertigini, anche a me ogni tanto succede, però non ho ancora capito bene cosa sia a procurarmele.

Ma non è che presto sempre attenzione a tutte le cose che ho forse è per questo che non capisco da dove arrivano i miei mali.

**nico26** Giovedì, 27 Settembre 2018 07:05

Buongiorno a tutti e a tutte sotto una mattina con l'aria frizzante forse un pochino troppo frizzante qui da me ci sono 7 gradi 😊

Paula la situazione del ragazzino di Tiola l'ho saputa Perché amici abitano proprio fianco. Mi chiedo.... è vero L'adolescenza è un'età veramente tremenda perché basta un'amicizia sbagliata per farti precipitare in compagnie destabilizzanti. Ma io mi chiedo dove sono i genitori se sono in primis ad essere assenti in famiglia, ad essere sempre collegati un mondo digitale che perde di vista le relazioni umane, che perde di vista il guardare le persone negli occhi.... che perde di vista le esprimere le proprie emozioni anche nel momento di difficoltà..... Poi mi fermo Carissimo forum perché ci sarebbe da stare

a chiacchierare ore ore ore perché Ricordiamoci i giovani sono un portento di energia Bisogna solo indicargli la strada affinché non inciampino e non riescano più ad alzarsi... vi Voglio bene

**francesca63** Mercoledì, 26 Settembre 2018 21:09



Buonasera a tutti.

Il vento mi ha scatenato delle vertigini micidiali...e poi l'emicrania. ..iniezione di bentelan...e via!!!!

LARA ah guarda ho rinforzato il calzino....sono ridicola ma così è.

La temperatura in casa è diminuita di diversi gradi in un battibaleno. ...

PAULA1 fai bene a camminare...se riesci ...Compatibilmente con il tuo lavoro...

Buonanotte a tutti.

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Settembre 2018 20:44

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

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Settembre 2018 17:20

Paula, è vero, gli adolescenti danno un bel da fare, ma sono più di impegno per i genitori, almeno

Emma è così. Va molto d'accordo con il nonno Gabriele perché anche lui è adolescente come lei 😊

Per camminare fai bene se riesci a farlo, pensa che io cammino avanti e indietro per casa ore intere. Ancora camminare fuori non me la sento, devo fare troppa attenzione e camminare con il bastone per paura dei sassi (anche piccoli) che rischiano di farmi cadere. Però in casa faccio i miei 27 metri avanti e indietro per più di un ora.

Speriamo che la notte non sia troppo dura.

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Settembre 2018 17:15

Monica, anche qui è arrivato un bel freschetto. Io vorrei l'estate tutto l'anno, ma dico sempre alle stagioni che facciano quello che vogliono, tanto io non è che le posso cambiare.

Intanto mi sono già bardata come se fuori ci fosse il ghiaccio 😊

Per le mie vampate di calore se non fosse che alle volte divento paonazza come fossi piena di vino e con il cuore che viaggia sempre più forte, sarebbero l'ideale per me.

**paula1** Mercoledì, 26 Settembre 2018 12:36

Buon giorno a tutti...qui sole e aria bella fresca oltre che vento un po' fastidioso.....stamattina mi ha chiamato la caposala chiedendomi se potevo fare la notte stasera e ho detto proprio di sì...a me piace fare le notti ogni tanto...poi sarò con un infermiere abbastanza bravo...inoltre avremo i bambini e dopo che li hai rifocillati 😊 solitamente stanno buoni...

ieri ho fatto la ginnastica e le gambe mi facevano davvero male...dovrei mettermi in testa di camminare...lo dico sempre 😊😊 ora che le temperature sono scese cercherò di impegnarmi...(non c'è la faccina col naso di Pinocchio ?????? 😊😊😊)...

NICO mi fa piacere che ti abbiamo dato un incarico così importante e certamente molto delicato...io credo che saprai fare tutto egregiamente.....

certo che gli adolescenti sono molto cambiati rispetto ai nostri tempi..io penso sia un bene, ma devono essere seguiti meglio dai genitori...avevo seguito il caso di scomparsa del ragazzino di Zocca....e

l'epilogo è stato davvero tragico! 😊 mi chiedo così a caldo...ma la pistola quel genitore dove la teneva?.....

ultimamente la cronaca italiana è sempre più drammatica...per l'incendio di Pisa...che dire? spero trovino i colpevoli e pensieri positivi per le persone che così di punto in bianco devono stravolgere il proprio vivere..... 😊

**Monica** Mercoledì, 26 Settembre 2018 10:52

Lara allora ti auguro di avere le vampate tutti i giorni per tutto l'inverno 😊

**Monica** Mercoledì, 26 Settembre 2018 10:45

Ho il ciclo dea 2 giorni ma niente mdt, per fortuna e chissà perché. Comunque mi sono convinta da alcuni segnali che ho avuto, che lo scorso mese il ciclo non è arrivato in ritardo per un principio di menopausa. Vabbè è meglio così

**Monica** Mercoledì, 26 Settembre 2018 10:42

Buongiorno a tutti. È arrivato il freschetto. Stamattina sullo scooter l'ho sentito tanto anche se ero ben coperta

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Settembre 2018 10:20

Francesca, a proposito di scrivere cose poco interessanti 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Settembre 2018 10:19

Dimenticavo di dirvi che da un po' di tempo ho le vampate di calore ogni mezz'ora, speriamo continuo anche in pieno inverno così faccio la doccia senza riscaldare il bagno fino a 36 gradi 😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Settembre 2018 10:15

Cris, non so dove abitano le ragazze di Pisa che sono iscritte al forum. Così ho unito ai miei pensieri per loro anche quelli per la tua amica.

Per i farmaci antidolorifici fai bene a porre attenzione a quelli che assumi perchè esagerare fa veramente male.

Ma si sa che alla fine si fa sempre quello che si può.

Però è un bene tenere sotto controllo anche i nostri impegni, quando si hanno dei bimbi piccoli si hanno impegni maggiori del presidente di una società multinazionale.

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Settembre 2018 10:10

Francesca, quest'anno devo trovare il modo di potermi mettere le calze. Con la caviglia messa così se metto le calze scivolo dentro le scarpe e non sto proprio in piedi. Ho pensato di mettermi sotto delle suolette, vedrò di fare delle prove. Ho provato con delle calze antiscivolo ma sono state un fallimento. Però i miei piedi sono sempre freddi anche a letto nonostante abbia lo scaldaletto. Quindi mi sa che loro sono così di natura.

E non preoccuparti cara se metti notizie che non sono di rilievo. Io racconto qui la mia vita anche se non gliene frega niente a nessuno. Sapessi quante cose di rilievo poco interessanti ho scritto. Ma fa bene a me raccontarvi le mie cose, poi se c'è chi non vuole leggere ne ha tutto il diritto e può benissimo passare oltre.

Non ho letto ancora dell'incendio di Pisa, spero che sia andato tutto bene

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Settembre 2018 10:05

Maya, anch'io adoro mettere in ordine le mie cianfrusaglie, poi getto via pochissimo, ma mi sto impegnando e piano piano quando getto o regalo cose che non uso non ho più la sensazione di diventare più povera, ma mi sento più ricca.

Se hai l'occasione di vedere la tua responsabile salutala per me, è una persona che non dimenticherò mai. mamma mia che bella giornata, pensa che anche ieri parlavo del matrimonio tuo e di Lory.

La testa c'è che è già ottimo.

Sai, tempo ero ad un convegno, ero per caso vicino ad un Professore (lui stesso ha detto di avere 85 anni) al quale hanno chiesto se avesse ancora MDT, lui sorridendo ha risposto che sì, aveva ancora MDT, poi ha aggiunto: "meno male che ho ancora MDT, quello è un segno che la mia testa funziona ancora bene.

Ecco questo è. La nostra testa funziona ancora egregiamente. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Settembre 2018 09:54

Maya, non ricordo tutto quello che scrivo e penso che sia una frase che avremmo potuto scrivere tutte noi.

Però ti ringrazio per avercela fatta notare.

La metterò sulla locandina del nostro evento, nel titolo dell'argomento che vedrà voi come relatori.

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Settembre 2018 09:50

Nico, io scrivo di cacca anche senza il vocale 😊

Se vuoi do il tuo numero al suggeritore automatico così ti dici dove sbagli. 😊

Poveretto, sarà un po' risentito visto che non rispondo più ai riservati. 😊

Dai va che gli adolescenti sono tremendi solo con i genitori. Vedrai che te la caverai benissimo.

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Settembre 2018 09:44

Buongiorno a tutti.

Oggi vado da Filippo e gli faccio notare un'altra cosa della caviglia che ho notato ieri, speriamo di venirme a capo.

**nico26** Mercoledì, 26 Settembre 2018 08:19

Vocale scrivo veramente da cacca.... 😊

**nico26** Mercoledì, 26 Settembre 2018 08:18

Buongiorno a tutti e a tutte mentre sto facendo il tapis roulant in casa e ascoltando la musica. Oggi pomeriggio alle ore 16:30 ho la prima riunione come educatore dei preadolescenti e domani avrò l'incontro per i genitori. Aiutoooo vediamo cosa ne viene fuori ♡ da ottobre inizierò questo percorso con i 2005-2006 e li porterò fino al 31 maggio. Spero che non diventino balenghi come me. Pensiero per tutte le persone che in questo momento hanno difficoltà nella vita e vorrei abbracciarli tutte e digli di tenere duro. Lara fantastico ♡ ♡ ♡

**Maya** Martedì, 25 Settembre 2018 22:49

Nico26.... La frase che ho spedito a Mami....e' una sua frase ,lasciata qui in un suo messaggio ,e quando ha chiesto,il titolo per il convegno ,mi è' proprio,sembrata una bella frase.tante cose qui del forum le ho,fatte mie,per migliorare ,per stare meglio,e son cresciuta con voi..... 😊 😊 ...buona

notte 😊

**Maya** Martedì, 25 Settembre 2018 22:42

Ciao a tutte-i...qui abbastanza bene,io,e Lory stupiamo facendo un sacco di lavori in casa,in particolare abbiamo riordinato la cantina,e ora cerchiamo di sistemare meglio,alcuni mobiletti,e nel frattempo ,tutte le cose inutili e vecchie buttate.....al lavoro bene c e' molto da fare ,e va' benissimo,la, testa e' bravina.

**francesca63** Martedì, 25 Settembre 2018 21:51

Salve a tutti.

CRIS83 certo i pensieri saranno tutti per la tua amica...e anche per tutte le altre persone. Avevo sentito che gli evacuati sono circa un migliaio..

La situazione è critica...mi spiace proprio....

LARA spero tu possa mantenere i risultati ottenuti...

Ah..ti confesso una cosa che certo non è di rilievo e interessante...ho già messo i calzini. ..anche i miei piedi sono congelati anche con l Afa! !!!

Buonanotte a tutti.

Senza dolore....

**Cris83** Martedì, 25 Settembre 2018 21:03

Vi chiedo pensieri positivi per quella mia carissima amica che vi dicevo prima.. Li hanno evacuati. Ancora non ha raggiunto la loro casa ma proprio non riescono a domarlo. Speriamo bene.

**mamma\_lara** Martedì, 25 Settembre 2018 17:40

Sono di corsa (si fa per dire)

Dopo arrivo. Ora ho un po' da fare.

**Cris83** Martedì, 25 Settembre 2018 11:12

MAMMA LARA chi sono le altre amiche da quelle parti che non le conosco? o non me lo ricordo.. 😊 😊

**Cris83** Martedì, 25 Settembre 2018 11:11  
CIAO A TUTTI!

Finalmente è arrivato un po' di fresco!! Ieri attaccone.. me ne sono stata buona buona a casa aspettando che passasse, avevo preso decisamente troppa roba nella settimana scorsa e dovevo lasciarlo sfogare. Stanotte verso le quattro ho cominciato ad avere un po' di sollievo ed è diminuito fino quasi a passare del tutto. Ora ho la testa delicata ma sto bene. Ora sono a lavoro e oggi pomeriggio dopo il pisolino di chiara andiamo dalla nonna Bruna, la lascio lì e faccio qualche cosa da quelle parti.. e poi restiamo a cena lì. Anche stanotte chiara è stata bravissima è ha dormito tutta la notte nel lettino nella sua camera. Anche se ieri sera le abbiamo fatto guardare un po' di cartoni in tv.. io stavo troppo male e michele era stanco da morire. Cerco di non farla diventare un'abitudine ma se ogni tanto ci scappa pace.

ANNUCCIA mi dispiace per l'ansia... ma menomale che va tutto bene!! Ma ero sicura che fosse così. Però magari il medico potrebbe evitare ogni volta di farti prendere paure.

MAMMA LARA sono super contenta del tuo miglioramento.. spero che duri.

Forse non sono i farmaci e sono proprio così.. non lo so.. e non è una cosa a lungo termine, ma nei periodi in cui sono costretta a prendere più triptani mi sento più confusa e distratta. In ogni caso che siano i farmaci o no devo assolutamente starci più attenta e non prenderne così tanti. E infatti questa settimana mi sono imposta che se sto male sto a casa senza prendere nulla e pace per tutti gli impegni. E ho fissato l'appuntamento con la nutrizionista x me e mia mamma.. e da lunedì riparto con la cheto.. perché ho vacillato e sgarrato un sacco di volte.

MARGARET per lo xylitolo a me sembra di sì.. ma piera e lara ti sapranno dire meglio.. Io prendo l'eritritolo dove prendiamo le proteine. È molto buono e sono sicura che quello vada bene. Mi dispiace per tutto il dolore e per Frodo.. spero si possa risolvere o che almeno non soffra troppo..

PAULA in bocca al lupo per il concorso di bologna, soprattutto per le condizioni pessime in cui lavori adesso avresti bisogno di un bel cambiamento.

**Cris83** Martedì, 25 Settembre 2018 11:10

NICO l'incendio è nel pisano. Sul monte serra, a Calci. a causa del vento non riesce a fermarsi. Sono già bruciati più di 5 ettari di bosco e hanno evacuato un sacco di persone. Io ho un'amica che sta sulla collina accanto.. ma per adesso almeno lì non arriva. Comunque qui sono lontana, la casa di michele è più dalle quelle parti ma comunque lontano dall'incendio.

**mamma\_lara** Martedì, 25 Settembre 2018 08:58

Nico, Quando la testa molla la presa ci si sente proprio sollevati.

Ho sentito ciò che sta succedendo in Toscana.

Speriamo che Cris stia bene.

Ma abbiamo anche altre amiche che abitano da quelle parti.  
Speriamo♥

**mamma\_lara** Martedì, 25 Settembre 2018 08:53

Francesca, io non mi lamento mai delle stagioni se non quando succedono disastri. Non è che mi lamento, ma io ho già un po' freddo, ieri ero gelata. Meno male che ogni tanto mi arrivano le mie vampate di calore, però i piedi rimangono sempre gelati. 😊

Tu però lamentati pure del freddo, io sento già che mi devo preparare per il Natale. Ieri ho detto a Gabriele: "sta arrivando Natale". Mi ha guardato e secondo me pensava già ai panettoni e alla casa piena di tutto il necessario per farli. Ma quest'anno mi sa che ne faccio un po' di meno ..... se resisto alla tentazione 😊😊😊

**mamma\_lara** Martedì, 25 Settembre 2018 08:44

Paula, mi spiace proprio per la condizione di lavoro che hai. Certo che se non tutti i tuoi colleghi fanno il loro dovere, chi invece lo fa sicuramente sarà caricato anche del lavoro che gli altri non fanno. Brutto lavorare e anche brutto essere ricoverati li mi sa.

Speriamo ti vada bene il concorso di Bologna.  
E speriamo che tu stia bene.

**mamma\_lara** Martedì, 25 Settembre 2018 08:41

Buongiorno a tutti.

Il miglioramento che ho avuto lo scorso giovedì sembra si sia stabilizzato, da quel giorno non ho più avuto ricadute. Ora non è che ne approfitto, ma riesco a stare seduta per mangiare e anche per scrivere un po'.

Gabriele continua il suo trattamento giornaliero e domani torno da Filippo.

Avanti così 😊

**nico26** Martedì, 25 Settembre 2018 07:08

Buongiorno cara mia famiglia. La testa ha mollato un po' nel pomeriggio poi andava e veniva ed è finito tutto stanotte. In effetti come dice la nostra amica il vento ha influito e non poco. Forza e coraggio e mentre scrivo sento che in Toscana vi è un incendio spaventoso...ma non ho capito dove....

**francesca63** Lunedì, 24 Settembre 2018 21:52

Salve a tutti.

Buona settimana. ..oggi il vento ha messo KO l'umidità. ...Scusate ma proprio non ne potevo più. ...

Ovviamente tra qualche giorno mi lamenterò del freddo. Tutto nella norma!!!!

LARA grazie per pubblicare articoli preziosissimi....

PAULA1 Buon concorso allora. Tifo .....

NICO anche tu credo sentissi la bora...dell'adriatico. .mi auguro il MDT abbia mollato la presa!!!!

Buonanotte a tutti.

**nico26** Lunedì, 24 Settembre 2018 11:27

BUON LUNED' A TUTTI/E CON LA TESTA CHE INVECE OVATTATA COME IERI È UN APIETRA DURA E DOLORANTE .HO IL MIO SOLITO MSD CHE È INIZIATO ALLE 4 STAMANE E SPERO CHE FINISCA SENNO ' ANDRÒ DI OKI.

VI LOVVVVVOOO 😊

**paula1** Lunedì, 24 Settembre 2018 11:12

Buon giorno a tutti...qui ha fatto n. 2 gocce di acqua e ora c'è il sole...scendo per il lavoro dopo un sabato e domenica da incubo nel reparto di chirurgia che ci sta sostituendo fino alla fine dei lavori nel mio reparto...una disorganizzazione paurosa e i colleghi che fanno sempre meno... 😞 😞 😞 spero

non mi mettano più lì... 😞 😞 sono stata ammessa al concorso di Bologna...e qui invece devo

ripassare alcuni argomenti...vorrei provare a farlo bene, sperando non ci siano delle preselezioni che

invece sono deleterie, perchè usano domande non inerenti e così eliminano tante persone che magari

sul lavoro sono invece brave.....ma siamo in Italia e quindi c'è da aspettarsi di tutto... 😞

Buona giornata a tutti..

**mamma\_lara** Lunedì, 24 Settembre 2018 08:32

Buongiorno a tutti.

Accettare se stessi come base per stare bene

Cosa significa veramente accettare se stessi? Perchè è così importante per stare bene e per favorire il cambiamento?

L'abbiamo sentito dire tutti in un modo o nell'altro: "accettare se stessi è fondamentale"; "per stare bene è necessario amare se stessi e quello che si è"; "devi accettare quello che sei per essere felice". Certo, più facile a dirsi che a farsi. Se bastasse dire a se stessi di accettarsi non esisterebbero i disagi

psicologici, i problemi di coppia, le dipendenze da cibo, gioco d'azzardo, alcol, droga e altri comportamenti compulsivi.

Accettare se stessi non significa perdere ogni ambizione e non avere obiettivi, significa semplicemente sentirsi bene e accettare quello che si è. Significa avere uno stato emotivo di contentezza genuina. Significa imparare a godere del momento attuale del "qui e ora" senza essere assorbiti costantemente dalle preoccupazioni e dai problemi. Questo fornisce energie e motivazioni per mettere in atto un cambiamento positivo.

Ma perchè può essere difficile accettare se stessi? Perchè si rigettano e rifiutano parti di se stessi? Ecco alcuni motivi

Critiche nell'infanzia.

Genitori, insegnanti, fratelli, compagni di scuola possono aver criticato quello che eravamo. E se una critica costruttiva può aiutare a migliorarsi spesso queste critiche sono convogliate in modi distruttivi. Un genitore che ha imparato a non accettare se stesso e quindi a rifiutare delle parti di sè, può fare lo stesso con le altre persone e con i figli ed essere costantemente critico nei loro confronti. E queste emozioni vissute nell'infanzia vengono interiorizzate e portate con sè nell'età adulta.

Devo essere perfetto/a.

Il bisogno di dover essere perfetti può derivare da pretese genitoriali di dover raggiungere l'eccellenza e risultati sempre maggiori per sentire di andare bene. Un genitore che si sente insoddisfatto per i risultati raggiunti nella sua vita può pretendere inconsciamente dai figli che essi raggiungano ciò che loro non hanno potuto o saputo raggiungere. E, a sua volta, il genitore ha molto probabilmente vissuto lo stesso tipo di emozioni con i suoi genitori, che a sua volta hanno molto probabilmente vissuto emozioni simili con i propri genitori e così via.

Inoltre, quando da bambini si sentono tensioni e un clima di disaccordo e litigi, il pensiero magico infantile può far autoconvincere che se si riuscirà ad essere migliori questo risolverà i disagi famigliari. Ma nonostante tutti i propri sforzi questo non avviene perchè i disagi dei propri genitori derivano a loro volta da problemi emotivi che hanno portato con sè nella coppia. Tuttavia in questa situazione quello che sente il bambino è che deve cercare di fare di più nella speranza che questo serva a far vivere emozioni positive nel contesto famigliare.

Vergogna tossica.

La vergogna tossica è il sentimento di sentirsi difettosi nel profondo, di non andare bene così come si è. E' una delle emozioni più devastanti. La vergogna deriva appunto dalle critiche interiorizzate su se stessi e su quello che si è e nel sentire che non si è fatto abbastanza, che bisogna fare sempre di più per andare bene. E questo porta a vivere sensazioni costanti interiori di stress perchè non importa quanto si fa o si riesce a raggiungere, ogni risultato non darà un genuino sentimento permanente di felicità e di contentezza.

Paura di sbagliare.

E' facile capire che le critiche distruttive, il bisogno di essere perfetti e la vergogna tossica che si instaura di conseguenza, portano la persona ad avere paura di sbagliare. Sbagliare significa infatti non essere perfetti e richiama automaticamente dei vissuti emotivi nei quali si è stati criticati e si sono vissute emozioni negative per tali errori.

Cosa fare.

Certamente la prima cosa da fare è prendere consapevolezza dell'importanza di accettare se stessi. Tuttavia la comprensione razionale è solo il primo passo. E' necessario sentire di accettare se stessi prima di tutto con le emozioni, sciogliendo i nodi emotivi che portano automaticamente a sentire emozioni negative. E poi acquisire un nuovo senso di potere personale e di autoefficacia per raggiungere obiettivi nelle sfere più importanti nella vita: nella relazione di coppia (e nelle relazioni in generale) e nell'ambito lavorativo.

da:

<http://www.medicitalia.it/fabrizio.mardegan/news/4486/Accettare-se-stessi-come-base-per-stare-bene>

**mamma\_lara** Domenica, 23 Settembre 2018 18:17

Ho fatto una copia di tutti i documenti. Ne salvo sempre due copie perchè non si sa mai.

Non so chi è stato a dirmelo, ma una volta questa persona mi ha detto che se fossi un uomo per tenere su i pantaloni userei bretelle e cintura. Ha ragione. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Domenica, 23 Settembre 2018 09:16

Buongiorno a tutti.

Quando sono un po' in difficoltà con la salute, devo per forza diminuire il lavoro che faccio e questo mi spiace proprio perchè il tempo passa troppo velocemente. Una mia amica mi ha detto che non dovrebbe essere così e che è proprio quando si sta senza fare niente che il tempo non passa mai. Inutile dire che invece per me il darmi da fare mi dà l'impressione di avere tante cose da fare mi dà il giusto valore al tempo e mi sento come se ogni attimo desse il giusto prezzo alla vita. Come sempre mi sono sentita dire che sono fatta a rovescio.

Ma è così, spesso ho scritto che se penso a quello che ho fatto nella mia vita mi sembra di aver vissuto mille anni, ma questo mi dà l'entusiasmo come se ne avessi ancora altrettanti da vivere. Un paio di giorni fa ho dovuto spiegare ad una ragazza al telefono che ormai ho un'età e devo fare i conti con gli acciacchi, poi l'ho fatta ridere perchè in realtà di anni me ne sento una ventina. 😊😊😊

Vai mo a discutere con una così 😊

**mamma\_lara** Sabato, 22 Settembre 2018 16:53

Margaret, io non uso lo xylitol e neppure la stevia, uso il tic o l'eritritolo. Mi trovo bene con questi.

Mi spiace per Frodo. spero non soffra troppo, gli animali hanno una sopportazione molto alta e non si lamentano mai. 😞

**Margaret** Sabato, 22 Settembre 2018 15:37

Buon pomeriggio. Ieri e oggi di nuovo dolore folle. Niente da fare, continua sta schifezza di periodo. Adesso provo a calcolare tutte le percentuali di carboidrati negli alimenti che assumo, può essere che ho sgarrato o che c'è una questione ormonale in ballo. Chiedo solo a chi fa la cheto come me se lo xylitol è concesso e quale nome commerciale ha..con la stevia non ne posso più..Sul fronte lavoro e famiglia in queste condizioni sono una zavorra e gli altri lo sono per me, vorrei essere sola quando sto così..scherzo un pò, ma un pò è vero 😊 Poi il nostro vecchietto Frodo ha un tumore della pelle con responso bruttino. Fra 10 giorni con la seconda biopsia vediamo il da farsi. Vado a rimettermi orizzontale anche se con il dolore così mi sa che è peggio. Un abbraccio e poi provo a leggervi.

**mamma\_lara** Sabato, 22 Settembre 2018 08:41

Cris, anch'io dimentico spesso le cose, ma non mi preoccupo più di tanto perchè mi succede da quando ero più giovane. Un giorno ero ad un convegno e siccome stavo dimenticando un termine che volevo dire, un neurologo presente mi ha detto che è un problema che succede proprio per il tipo di farmaci che assumiamo.

Sarà vero? non so, però fai bene a parlarne con un medico e fai bene a vedere se riesci a controllare la loro assunzione.

Prendersi cura di se stessi fa sempre bene.

**mamma\_lara** Sabato, 22 Settembre 2018 08:37

Piera, mi unirò alle tue preghiere per la tua amica, le mamme che hanno bimbi piccoli dovrebbero stare bene sempre fino a che i loro bimbi sono diventati grandi.

Hai ragione, bisogna festeggiare quando si superano malattie di quel genere.

Sai che anche Gabriele vuole sempre fare quello che vuole lui, alle mie proposte dice sempre ma sempre di no, anche se gli consiglio una strada al posto dell'altra dice di no, il fatto che a me non importa un bel fico secco dei suoi no e faccio (quasi) sempre quello che mi pare. Poi chi mi ama mi segue. 😊😊

Però non dico di no alle sue proposte .... quando mi vanno bene. 😊😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 22 Settembre 2018 08:29

Annuccia, vedrai che ci arriverò a capo, anche se ormai mi sa che anche su questo fronte dovrò arrangiarmi come con il MDT, me lo tengo fino a che non trovo qualcuno che si prende la briga di ascoltare ciò che dico.

Pensa, se solo qualcuno si fosse soffermato 10 secondi a toccarmi la caviglia e fare il confronto con l'altra, avrebbe sentito che la caviglia che mi fa male è molto più calda dell'altra, senza trascurare il gonfiore che nonostante le manipolazioni di Gabriele (che dalla foga di farmi stare bene mi ha tolto la

prima pelle) ritorna sempre.  
Ma non dispero.

Spero di stare bene. in ottobre ho un bel po' di impegni, fra i quali il compleanno di Ettore, mi sono fatta fare il biglietto da Zeno che era ancora luglio e se non vado perdo troppi soldi. e non è che poi posso farne un altro quando sto meglio. Quindi se sto così vado.  
Poi non voglio mancare neppure agli altri appuntamenti. Troppo importanti. Se sto così va tutto bene, vorrà dire che farò un po' di passeggiate.

Annuccia, va la che è una notizia di quelle proprio belle, che vada tutto bene al controllo che hai fatto al seno è proprio da una di quelle notizie che ti fanno stare bene.  
Poi chissà perchè il Prof. ti tiene così sulle spine.  
Sono felice carissima. ♥

**mamma\_lara** Sabato, 22 Settembre 2018 08:18

Nico, sta cambiando la stagione e proprio ieri sera dicevo a Zeno che io sento il cambiamento di stagione anche quando una nuvola vola sulla mia testa a 10.000 metro sopra la mia testa.  
Porta pazienza.  
E' una delle più belle capacità che ci da il nostro MDT, sentire anche quando cade una foglia in Africa.  
Ecco che rischio anche qui di essere mandata a quel paese. Fai pure cara. tanto da qui mica mi smuovo 😊😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 22 Settembre 2018 08:13

Buongiorno a tutti.

Francesca, ehhh si, abbiamo custodito questo spazio tutti insieme.  
Grazie lo dico anch'io insieme a te e lo dico anche a te, perchè anche tu ormai ne fai parte.  
la meraviglia di questo spazio è che ognuno di noi trova sempre persone che lo ascolta.  
Sono convinta che tutte le terapie che facciamo debbano essere accompagnate dalla nostra volontà di cambiare il nostro punto di vista, dobbiamo acquisire la capacità di sostituire i pensieri negativi con i pensieri positivi e questo si apprende dando priorità alle intenzionalità positive lasciando perdere le intenzionalità negative. So che è difficile quando si sta male, ma è un passo importante che può dare un grande aiuto alla nostra anima e anche alle terapie che facciamo.

Ho detto niente vero cara?

Grazie anche a te.  
E sappi che che apprezzo di tutti voi il fatto che nonostante vi dica cose abbastanza "forti" non mi avete ancora mandata a quel paese. ♥

**nico26** Sabato, 22 Settembre 2018 07:59

Buon sabato a tutti a tutte ed è fantastica la frase della nostra maya ♥  
Stamattina testa nell'ovatta e svarioni di testa. 😊

**francesca63** Venerdì, 21 Settembre 2018 21:44

Salve a tutti  
LARA bellissimo il tuo messaggio....16 anni di forum....una creatura che hai custodito. Assieme a tante altre persone.  
Grazie. .  
!!!

Buonanotte a tutti.

**Annuccia** Venerdì, 21 Settembre 2018 16:29

CRIS, Chiara sarà stata felicissima della sua macchinina. 😊  
PAULA, capisco che tu non abbia insistito sul festeggiamento, a volte capita anche a me se dall'altra parte non c'è entusiasmo e volontà. Comunque in cuor tuo sarai stata felice di aver girato la pagina di questo brutto anno....

**Annuccia** Venerdì, 21 Settembre 2018 16:26

LARA, spero che verrai a capo di questa situazione, voglio essere positiva, ma capire le origini dei dolori mi pare cosa complicata per tutti.

**Annuccia** Venerdì, 21 Settembre 2018 16:25

Buona giornata a tutti!

ieri ho avuto il controllo delle mammelle ed è andato tutto bene. Il professore sembra farlo apposta, ogni volta mi fa prendere un accidente con la sua concentrazione unita alle domande più assurde. Ci vado da tanti anni ma ogni volta è come se non mi avesse mai visto. Comunque , per carità , molto gentile e felice quando vede che tutto va bene.

Questa volta sono stata molto in ansia..... mi aspettavo qualcosa che non andava.... non so perchè

**Piera** Venerdì, 21 Settembre 2018 11:42

Paula, mi dispiace che tu non abbia festeggiato .....anche per me era una bella occasione, ma ho notato che Fausto se puo' fare il contrario di quello che vuoi fare tu.....non si lascia scappare

l'occasione 😞 , sei diventata per lui una sorta di sfogo personale 🤡 . Io conosco una persona che e' stata operata ad agosto alla testa e ora sta facendo la chemio e la radio , e non si sa poverina, come andra' a finire e' giovane e ha due bimbi piccoli 😞 , la penso ogni giorno e spero che ce la faccia

**Cris83** Venerdì, 21 Settembre 2018 10:58

PAULA secondo me era assolutamente una cosa da festeggiare!! Era una cosa che poteva essere brutta o non superarla così splendidamente come hai fatto. Hai fatto bene a festeggiare e dovresti farlo ogni giorno. 😊😊

**Cris83** Venerdì, 21 Settembre 2018 10:57

La jeep di chiara è meravigliosa.. poi vi mando la foto .. ho un video dell'altra sera ma è tutto buio.. magari intanto vi mando quello..lo ero un po' contraria a regalargliela perché costa 300 euro e mi sembrava una spesa grossa.. ma la faremo contare come regalo per natale e anche l'anno prossimo, che tanto di regali ne riceverà tantissimi.. poi avevo indirizzato mia suocera sulla bicicletta senza pedali che però per adesso è troppo alta e non ci arriva, poi anche le mie sorelle per un lettore mp3 proprio per bambini che può maneggiare tranquillamente da sola e ascoltarci la musica.. ma hanno fatto di testa loro. Vabbè quello vedrò se glielo prendo io più in qua.. magari approfittando di qualche offerta. Comunque gliela invidio pure io!! Che la mia regge l'anima con i denti.. e quella di michele per un

problema grosso al motore probabilmente sarà da buttare. 🤡😞 Stiamo valutando se prenderla nuova. Il renegade chiaramente rosso.. così io e chiara ce l'abbiamo uguale. Ihihi.. 😊😊

Ma per adesso credo che faremo un po' a mezzo con la mia.. tanto volendo posso prendere quella dei miei ogni tanto e lui ha la jeep che era del suo babbo che è un po' scassata e ci sono dei trucchi per accenderla ma va.

**Cris83** Venerdì, 21 Settembre 2018 10:51

"mi sembra di avervi visto crescere" mi sembra una frase perfetta.. il forum se potesse parlare direbbe proprio così..

LARA spero davvero che tu possa stare meglio con la caviglia.. e sicuramente non avrai problema a trovare un neurologo che faccia mari e monti per farti stare meglio o almeno darti risposte. ma cerca di vederlo il prima possibile.

si i farmaci aiutano ma sento davvero che sto esagerando. spero che questo caldo vada via il prima possibile e di avere una piccola tregua. Poi ho preso un appuntamento da una nutrizionista che segue mia mamma, non mi seguirà da un punto di vista della chetogenica ma vado con lei e mi controlla sul peso che sembra una cosa stupida ma credo mi possa aiutare. Poi era interessata a saperne di più sulla chetogenica.

Faccio passare questo compleanno e poi devo darmi davvero una regolata con il cibo e con i farmaci. Io non so se dipenda da quello o da altro ma sono molto distratta e mi dimentico tantissimo le cose.

**mamma\_lara** Venerdì, 21 Settembre 2018 10:38

Erano quasi 16 anni fa quando mi sono affacciata a questo sito e ho pensato subito che poteva diventare un luogo che avrebbe potuto farmi tanto bene, ma ancora non lo sapevo quanto e non

sapevo come avrebbe potuto essermi di aiuto.

Ero molto diversa a quel tempo da come sono ora, avevo paura di essere ferita e mi mettevo sempre sulla difensiva. Devo dire che anche adesso sono molto attenta, ma solo verso al "potere" e anche verso chi lo esercita. Però questo sentimento nei confronti di chi soffre non mi è mai balenato per la testa e questa è stata la mia fortuna, perchè ho ascoltato tutte le parole scritte e anche quelle che mi avete detto. Questo mi ha fatto crescere in tutti i sensi. Mi sono sempre detta che avrei dovuto essere come la creta.

Non ringrazierò mai abbastanza la persona che ha pensato di lasciare libero uno spazio per i nostri commenti. E' stata questa la via per la mia guarigione.

Un po' di giorni fa la nostra Maya mi ha spedito una frase fatta di pochissime parole ma che hanno un significato fortissimo e unico:

**"mi sembra di avervi visto crescere".**

Ecco, se il forum potesse parlare questo direbbe.

Ma questo può dirlo anche tantissime altre di noi che scriviamo qui con assiduità. Anche a me sembra di avervi visto crescere, ho visto crescere voi i vostri bimbi e anche i vostri nipoti.

Che meraviglia. Ecco. non so come metterla ma questa frase sarà parte del titolo o del sottotitolo del nostro incontro.

**"mi sembra di avervi visto crescere".**

**mamma\_lara** Venerdì, 21 Settembre 2018 10:25

Che rabbia, ho appena perso un messaggio lunghissimo. Ora devo iniziare da capo e da stare in piedi, ma lo devo fare.

**mamma\_lara** Venerdì, 21 Settembre 2018 10:09

Nico, a me niente di grave e per fortuna non è successo niente a nessuno.

Per l'altro medico non preoccuparti, vedrai che presto ne vengo a capo 😊

Se si parla di neurologi io posso fare il giro d'Italia a tappe dal sud al nord. Poi i nostri sono i migliori del mondo, questo bisogno sempre tenerlo bene in mente.

Quindi sono in una botte di ferro 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 21 Settembre 2018 10:05

Cris, sarà stata una festa bellissima quella di Chiara, ma che forte l'automobilina che gli avete regalato, sai te le scorribande che farà.

Tua suocera farà una fatica immensa, la capisco.  
Dalle un abbraccio.

Per il tuo MDT farai fatica sì, certo che i farmaci contro il dolore aiutano, ma se diventano troppi si fanno sentire eccome.

**nico26** Venerdì, 21 Settembre 2018 09:58

Buon venerdì' dal lavoro a tutti/e dal lavoro .Lara csa e' successo?"Mi fai preoccupare!!Entro fine sett sento anche l'altro medico tesoro 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 21 Settembre 2018 09:55

Paula, mi spiace per la festa cancellata, ci sono degli uomini che non sanno cosa si perdono. Festeggiare gli eventi mantiene uniti e anche giovani. Ma ce ne vuole della pazienza.

Per le gambe ti capisco, sembra che con il passare degli anni facciano sempre più male.

**mamma\_lara** Venerdì, 21 Settembre 2018 09:32

Francesca, quando avevo circa 20 anni sono stata punta da un ragno e mi si è gonfiato tutto il braccio. Il medico mi consigliò di andare al PS.

Da quel momento anche con me i ragno hanno avuto vita difficile 😊

Non preoccuparti carissima, non mi è successo niente che riguardi me, qui va tutto bene.

La cav8iglia sembra andare meglio, anche se a stare seduta faccio ancora un po' di fatica. Filippo l'altro ieri mi ha fatto un movimento che mi ha fatto fare un certo crocc all'osso sacro. Lui era molto felice, spero che qualcosa di buono arrivi da questa cosa. A me sembra di stare meglio, ma la gamba e il piede hanno sempre quel formicolio che ora neppure mi da più tanto fastidio. Ogni tanto mi tocco e la parte dove secondo me c'è la parte più compromessa è abbastanza calda. Il 2 ho l'appuntamento dal fisiatra, spero che almeno lui mi dica qualcosa della cisti che ho sull'osso sacro.

Ieri sera mi ha telefonato un ortopedico amico di amici e mi ha detto di farmi guardare meglio la cisti, perchè secondo lui il mio dolore alla caviglia parte da lì.

Però mi ha consigliato un fisiatra o ancora meglio un neurologo.

Siccome ho la schiena messa maluccio questo ortopedico mi ha detto che potrebbe trarre in inganno, ma siccome lui mi ha ascoltato e ha sentito bene che io non ho mal di schiena ma male alla caviglia. Ha anche detto che nessuno parla mai della cisti perchè si sa poco di questa cosa e quindi passano oltre.

Io però conosco un neurologo che di certo non passerà oltre e non appena avrò l'occasione gli darò tutto l'ambaradan e vedrai che ne uscirà qualcosa di certo.

Che sarà un sì o un no ma delle risposte me le darà.

Poi ogni tanto viene a Ferrara e una visitina me la posso prenotare 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 21 Settembre 2018 09:17

Buongiorno a tutti.

Nella via parallela alla mia c'è il solito evento che Ferrara organizza da un po' di anni. Quindi tutto chiuso e strade bloccate.

Come se a me interessasse, sono chiusa in casa da quasi due mesi 😊

**francesca63** Giovedì, 20 Settembre 2018 21:38

Salve a tutti.

Comincio col dirvi che mi ha punto un ragno!!!! Be mica sapeva con che bestiola avesse a che fare!!?

LARA mi sono un po preoccupata..

Spero niente di grave.

CRIS83 quasi invidia l'auto che avete regalato a Chiara. Che meraviglia....vi regala tantissima gioia ....

Buonanotte a tutti..

**paula1** Giovedì, 20 Settembre 2018 20:37

CRIS83 è davvero forte la piccola Chiara...e meno male che c'è...vedrai che anche la nonna e Michele potranno trovare un po' di sollievo al loro dolore...

**paula1** Giovedì, 20 Settembre 2018 20:35

Buona sera a tutti...anche oggi è passata...niente di che...Fausto, come solito, deve controbattere tutto...e così mi ha detto che oggi non era da festeggiare, perchè è una cosa passata e bisogna sempre guardare avanti..io gli ho detto che non volevo festeggiare per sempre, ma solo il primo anno... e poi

per dare così un titolo ad una giornata libera.... 😊 il giro a funghi se l'è fatto da solo 😊😊😊 in realtà oggi ho male alle gambe..non volevo prendere niente, ma se voglio tentare di riposare forse un Gladio lo prenderò...comunque coi 4/5 ovoli, perchè altro non c'era, ho fatto le tagliatelle....

domani lavoro pome e non so nemmeno in che reparto...sono stata ammessa al concorso di Modena, ma non vado a farlo...mi concentro su quello di Bologna...

**Cris83** Giovedì, 20 Settembre 2018 18:17

Ieri abbiamo festeggiato in famiglia, è stato bello anche se triste, senza Rolando, il babbo di michele e con la situazione in cui è mia sorella. La mamma di michele non voleva restare a cena ma per fortuna l'abbiamo convinta ed è rimasta. E' stata uno spettacolo quando ha visto uscire dal garage la macchinina che le ha comprato michele. Più che macchinina sembra proprio una macchina.. è una jeep telecomandata che poi manderà da sola. A due posti pure con la radio touch screen. Era al settimo cielo e quando c'è salita stava seria e concentrata.. forse ha creduto che stesse guidando da se. 😊😊

**Cris83** Giovedì, 20 Settembre 2018 17:55

qui tanta fatica.. la testa non molla.. prendo troppe cose.. lo allontano per un po' ma ritorna peggio di prima. Ma non so come altro fare. Ho da fare a lavoro perchè manca un collega e sto organizzando festa per sabato per il compleanno di chiara.

**Cris83** Giovedì, 20 Settembre 2018 17:19

ciao!!

Tranquilla LARA per la scuola di EMMA mi dirai poi a voce. Come va la caviglia?

**nico26** Giovedì, 20 Settembre 2018 13:42

BUON POMERIGGIO DAL LAVORO E MI E' PASSATA UN PO LA CRISI DI IERI .MA QUI ...MAI UNA GIOIA...TUTTI CON IL MUSO.....MA CHE VADANO A QUEL PAESE .LARA AAAAA TESORO COME VA ?STASERA TI CHIAMO

**mamma\_lara** Giovedì, 20 Settembre 2018 09:37

Francesca, quando ci vediamo ti racconto una cosina che mi è successa ieri. Da panico ne vero senso della parola. Per fortuna è andato tutto bene.

**mamma\_lara** Giovedì, 20 Settembre 2018 09:36

Stella, è sempre così purtroppo, immagino sia difficile perdere una persona sulla quale potevi fare affidamento. Penso che queste persone dovrebbero vivere in eterno.

**mamma\_lara** Giovedì, 20 Settembre 2018 09:34

Paula, mi sono anche stancata di dare retta a sta caviglia. Penso di andare dal medico e dico ciò che penso. Poi sentiamo cosa dice il fisiatra.

Oggi sei di riposo e sicuramente andando per i boschi con Fausto vi divertirete

**mamma\_lara** Giovedì, 20 Settembre 2018 09:32

Dimenticavo di dirvi che non appena ho un minuto spedisco in privato a chi lo ha chiesto la scuola che fa Emma. Lei non vuole si dica in pubblico. Delicata la ragazzina 😊😊😊

**mamma\_lara** Giovedì, 20 Settembre 2018 09:31

Monica, sul piano lavorativo è un periodo difficile per tutti, poi sicuramente molti datori di lavoro ci marceranno anche vista la situazione. Mi spiace carissima.

Per i corsi di formazione forse c'è qualche passo in più da fare a livello burocratico, li penso proprio che la simpatia non valga.

Però sul posto di lavoro penso che serva un po' di "saper fare". Ma non sempre basta purtroppo.

Togli l'app dal telefonino, vedrai che il MDT arriva lo stesso quando deve

**francesca63** Mercoledì, 19 Settembre 2018 21:03

Buonasera a tutti.

Leggere di tanto dolore mi fa sentire impotente.

Non mi resta che l'ascolto ed il tifo....

Per tutti voi.

PAULA1 fai benissimo a festeggiare! !!!!

Buonanotte a tutti.

**Stella1** Mercoledì, 19 Settembre 2018 16:23

Buona sera... grazie per le belle parole... ovviamente con le brutte notizie per me arriva di seguito il MDT... Sono due giorni che sto un Po così... Mi sto aiutando con ossigeno... ricordate? Niente

antidolorifici... Mi viene da piangere... Ma devo resistere... sperando che non aumenti... vi abbraccio.. siete davvero importanti ☆

**nico26** Mercoledì, 19 Settembre 2018 12:23

Mdt orribile muscolo tensivo sx....Buongiorno!!!!   

**Monica** Mercoledì, 19 Settembre 2018 12:13

Paula già un anno. Il tempo ci sfugge proprio. Per fortuna è andato tutto bene. Anche da me al Turano si trovano tantissimi funghi, già da agosto. Ma d'altra parte con tutta l'acqua che ha fatto, non poteva essere altrimenti. Peccato che io non lo conosco

**paula1** Mercoledì, 19 Settembre 2018 11:09

Buon giorno a tutti...qui sole e tra poco scendo in città per lavorare...oggi ricorre un anno dall'intervento, il tempo vola letteralmente  ...domani sono di riposo e Fausto ha prenotato la donazione così dopo facciamo una sorta di festeggiamento...  niente di che visto che vuole andare a fare un giretto nel bosco, dove sembra stiamo trovando kili di funghi  e poi a pranzo in una trattoretta che fa i menu di lavoro...così risparmiamo pure...   

MONICA sul lavoro conoscete bene la mia opinione...anche io ho mandato alcuni CV per vedere se con questa piccola invalidità potevo interessare a qualche azienda, ma proprio nessuno ti fila.....però non bisogna desistere...

MAMMA LARA spero che il fisiatra possa aiutarti come stanno facendo del resto le persone a te vicino, in primis Gabriele e poi Filippo...mia mamma, per la schiena, con i consigli del fisiatra, ora sta meglio... anche a me piacerebbe sapere che indirizzo ha scelto Emma...in ogni caso in bocca al lupo per la nuova avventura scolastica...

**Monica** Mercoledì, 19 Settembre 2018 10:08

Fra pochi giorni tornano i miei da fuori. È da giugno che non li vedo e devo dire che mi sono mancati

**Monica** Mercoledì, 19 Settembre 2018 10:06

Lara sei ancora alle prese con la caviglia. Spero che il fisiatra ti aiuti. A mia mamma è stato di grande aiuto visto che è stato l'unico a capire cosa avesse

**Monica** Mercoledì, 19 Settembre 2018 10:06

Lara sei ancora alle prese con la caviglia. Spero che il fisiatra ti aiuti. A mia mamma è stato di grande aiuto visto che è stato l'unico a capire cosa avesse

**Monica** Mercoledì, 19 Settembre 2018 10:04

Oppure ho io qualcosa di sbagliato visto che non mi chiamano nemmeno per fare i corsi di formazione 

**Monica** Mercoledì, 19 Settembre 2018 10:03

Io sto ancora lavorando dal notaio, ma fra un paio di mesi finisco. Sto mandando tanti cv ma nessuno mi chiama nemmeno per un colloquio. In italia se perdi il lavoro ad una certa età, sei fregato

**Monica** Mercoledì, 19 Settembre 2018 10:01

Ho letto gli ultimi messaggi e come sempre il mdt imperversa. Stella mi dispiace per la tua prof, persone così dovrebbero essere eterne

**Monica** Mercoledì, 19 Settembre 2018 09:59

Buongiorno a tutti. È tanto che non vi leggo e che non scrivo. Tante volte penso che sono proprio un orso. Anche con le amiche faccio così. Quando mi scrivono rispondo a monosillabi! Mi faccio tristezza da sola 

Comunque il mdt va benino, se non fosse che la app migrain buddy me la tira  ogni volta che mi fa i complimenti che sono tot giorni che non ho mdt, eccolo che arriva 

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Settembre 2018 08:33

Vado a camminare.

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Settembre 2018 08:32

Simona, sai che io dico sempre che me la devo guadagnare la vita e sono contenta perchè me la sto guadagnando proprio. 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Settembre 2018 08:31

Cris, per il titolo non preoccuparti, vedrai che qualcosa salterà fuori.

Della caviglia meglio tacere.

Ho preso un appuntamento per il 2 ottobre da un fisiatra, speriamo dica qualcosa in più

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Settembre 2018 08:29

Feffe, il ciclo non perdona proprio.

Mi spiace carissima, spero vada meglio oggi

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Settembre 2018 08:28

Margaret, Mi spiace carissima per come stai. Quando il dolore non da tregua tutto diventa più difficile.

Ti abbraccio anch'io ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Settembre 2018 08:26

Cris, immagino la cameretta di Chiara, sarà sicuramente bellissima.

I sensi di colpa, mamma mia come ti capisco, in questo periodo sono anche aumentati. Meno male che Gabriele mi dice che finalmente mi sto riposando e questo mi aiuta. Però per me è diverso, io non ho bimbi piccoli e neppure un lavoro, quindi tutto è più facile.

Mi verrebbe da dire "fregatene" poi capisco la difficoltà ad avere questo atteggiamento.

Qui cara è un posto dove gli sfoghi sono graditi e sono proprio quelli che servono a farti capire dove puoi migliorare.

Il Forum è qui apposta. Se non avessimo questa necessità questo spazio non avrebbe motivo di esistere

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Settembre 2018 08:19

Francesca, ne abbiamo scritte un po' nel nostro libro di frasi che ci sentiamo dire e che ci fanno male.

Poi se me lo dico da sola "dai va cerca di farti forza e di non pensarci troppo" so cosa intendo, un po' diverso se me lo sento dire da chi non vive con un dolore che lo accompagna tutti i giorni della sua vita.

Anch'io come te ho cancellato dalla mia vita un bel po' di persone.

Proprio ieri sera parlavamo con Gabriele di una sua amica. Lui ha sempre voluto un bene grandissimo a questa persona e passava sopra al fatto che sempre lei invece cercasse in tutti i modi di farmi del male. Io l'ho cancellata dalla mia vita senza però volere che anche lui lo facesse. Era un'amica sua e di sua moglie e capivo il fatto che facesse fatica a sopportare stessi con Gabriele. Però basta aspettare e quest'anno quando Gabriele è tornato da Montecatini sentivo che qualcosa era cambiato. E' cambiato sì e ho smesso di stare seduta sulla riva del fiume. Sempre questa sua amica ha detto una cosa orribile ai figli di Gabriele e lui sta soffrendo tantissimo per questo. E' una menzogna che sia Stefano che Stefania sanno perfettamente, ma lo stesso lo fa stare male. E io finalmente non devo fare le lotte ogni volta che devo dire che questa persona non mi va proprio giù.

Per quelli invece che parlano del nostro male hai ragione, anch'io come te ho pensato fosse vero quello che dicevano. Ma sono certa che a questi neppure con un miracolo potrebbero avere un cervello degno di pensare. Il bello è che si giustificano dicendo che dicono sempre quello che pensano, peccato che prima di parlare non si prendono la briga di pensare a quello che dicono.

Però li ho cancellati dalla mia vita e dai miei pensieri

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Settembre 2018 08:04

Stella, mi spiace per la perdita della tua Prof. immagino a come ti senti, in questi casi ci si sente perduti. Quando trovi una persona così la consideri parte della tua famiglia e ti mancherà sempre.

Io ho dei punti di riferimento che se non ci fossero ..... guarda, non voglio neppure pensarci perchè mi viene una tristezza che faccio fatica a contenere.

Ti capisco cara♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Settembre 2018 08:01

Buongiorno a tutti.

Paula, sei stata fortissima, hai superato l'intervento con una forza difficile da trovare. Speriamo che il lavoro sia meno pesante, ne hai bisogno

**Simona** Martedì, 18 Settembre 2018 20:51

Buona sera a tutti. . passo per un saluto , leggo tanto dolore.. che fatica si deve fare sempre ..

**Cris83** Martedì, 18 Settembre 2018 18:34

LARA spero che la caviglia ti lasci riposare un po'.. possibilmente distesa o almeno seduta..

**Cris83** Martedì, 18 Settembre 2018 18:33

LARA per il titolo del convegno ci penso.. ma sai che non sono un granchè brava con le parole.

e anche sulle frasi positive per il calendario proprio ora non mi viene nulla di positivo riguardo a questo star male.

potrei riciclare quello dell'altra volta.. 😊😊😊😊

**Cris83** Martedì, 18 Settembre 2018 18:31

FEFFE auguri anche se in ritardo!!! 😊

**Cris83** Martedì, 18 Settembre 2018 18:31

Vi ho letto..

LARA assolutamente vero quello che hai scritto.. è un impegno con noi stesse e con le altre del forum.. ma impegno nel senso bello, come un appuntamento fisso ogni giorno per un caffè con un'amica. Per me non sempre ogni giorno, ma ogni due o 3 o 5/6 che siano sento il bisogno e la voglia di venire qui a leggervi e a scrivere.

La mia paura è di ammorbare il forum con i miei lamenti e miei sfoghi.

Che bello il primo anno di superiori di Emma.. che indirizzo ha scelto?

Per le frasi che dicono a "quelli" come noi sarebbe da farci un elenco per farsi due risate.

"non pensarci che così ti passa" è un classico..

"fai un bambino ti passa tutto" "bevi un bicchiere di vino che poi stai meglio" ecc.. ecc..

**feffe81** Martedì, 18 Settembre 2018 17:37

ciao dal divano. Domenica mdt e ciclo, ieri sono uscita prima dal lavoro nel pomeriggio perché mi è scoppiato mdt forte...stamattina sono andata in ufficio ma ho retto solo due ore e sono tornata a casa...il ciclo non perdona e l'umore è sottoterra

**Margaret** Martedì, 18 Settembre 2018 16:27

Mi affaccio un attimo devastata da un'altra crisona. Nonostante io sia così ligia alla dieta.. è proprio dura.. Comincia la vecchia paura e gli stati di ansia perché il dolore è molto ingestibile e perché dá poca tregua. Oggi poi..Non riesco a dirvi altro. Un abbraccio

**Cris83** Martedì, 18 Settembre 2018 14:03

ciao a tutti!

non sono ancora riuscita a leggervi.. giornate piuttosto nere. l'emicrania non molla.. ho pure il ciclo e sono pure nervosa e un po' giù. A volte vorrei che questo male fosse almeno visibile.. non so.. forse sarebbe più facile. Mi sento sempre in colpa e vista dagli altri come una che non sopporta il dolore e che durante un attacco sto sul divano a riposarmi.. forse è solo una mia impressione e non è così.. boh.. vabbè scusate lo sfogo..

Veniamo alle cose belle.. ieri sono riuscita a mettere alcune cosine a posto in casa. soprattutto la camera di chiara e i suoi giochi, approfittando del fatto che era dalla nonna. è venuta proprio carina e stanotte ha dormito nel suo lettino tutta la notte.. mi sono svegliata qualche volta a guardarla ed era tutta per traverso con le gambe fuori dal letto ma dormiva beatamente.si è svegliata due volte ma si è riaddormentata con una canzoncina.

dopo se riesco vi leggo..

vi voglio bene.. buona giornata!

**francesca63** Martedì, 18 Settembre 2018 13:45

Salve a tutti..

STELLA mi dispiace per il dolore che ti affligge prr la perdita....Hai però avuto il privilegio di averla avuta vicino.Sempre e sempre lei ti accompagnerà. ...

Io non ne dubito. Scusami ....

LARA eh già quante volte mi sono sentita dire di non pensare all emicrania....se avessi fatto così non l avrei percepita...in fin dei conti insomma era colpa mia...del mio sentire!!!!

Quello che è peggio è che talvolta ho pensato fosse vero....poi sono rinascita! !!! E questi manco li degno della mia attenzione....

PAULA1 e trascorso un anno dal tuo intervento. Una prova che hai superato alla grande...

Con coraggio e con grande umiltà. ..bravissima.

Splendida giornata a tutti. ...

**Stella1** Martedì, 18 Settembre 2018 13:19

Buon giorno a tutti.... eccoci qui... quando pensi... beh forse sta andando meglio... che ti rilassi un attimo... Il corpo si sta riprendendo... senza problemi... senza MDT... arriva una triste notizia... la perdita di una mia Proff... il primario del pronto soccorso che non è stato un medico... Ma una mamma... una nonna... che ti dona una carezza... un letto caldo... che aiuta i senza tetto... che quando è in ferie passa a vedere se è tutto ok... che ti da il suo cellulare se hai dei problemi... Si sentirà la sua mancanza... uno di quei medici di cui parlavamo la scorsa volta... che poche volte nella vita si ha l'occasione d incontrare. Spero di star sempre bene per non dover più passare di li... senza di lei... un abbraccio ☆

**paula1** Martedì, 18 Settembre 2018 09:18

Buon giorno a tutti....qui sole...sto scendendo a valle per andare a fare un po' di

ginnastica.....esattamente un anno fa scendevo a valle per entrare in ospedale da paziente....che dire?

nonostante gli acciacchi credo di stare bene ! 😊😎

Buona giornata a tutti

**mamma\_lara** Martedì, 18 Settembre 2018 08:20

Annuccia, dimenticavo, se la trovi, chiedile ben il trucco, perchè io ci sto provando da una vita a darmi da fare il meno possibile e non ci riesco 😞

**mamma\_lara** Martedì, 18 Settembre 2018 08:18

Annuccia, più il tempo passa e più si aggiungono dolori alla nostra lunga schiera. E più gli anni passano e più se ne aggiungono.

Hai ragione, soffrire nella nostra casa o almeno quella che consideriamo tale ci fa sentire più protette. E' vero, ne abbiamo di fissazioni, ma sai che penso siano dettate dalla nostra necessità di sentirci al sicuro.

Ecco io le chiamerei necessità che fissazioni. Necessità che neppure sappiamo ben definire. E sono quasi certa vengano dal fatto che ci sentiamo sempre in procinto di un inevitabile pericolo da sempre. Ma siamo sempre capaci di uscirne e anche dimenticare. Trovane una di noi che non sia sempre lì con la mente a macinare per darsi da fare. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 18 Settembre 2018 08:08

Paula, qui ieri ha piovuto e mica poco. Anche oggi non è che il cielo è sgombro, speriamo torni il bel tempo e se piove almeno che non faccia disastri.

Le tue pazienti penso saranno felici di avere le tue cure. Sei compassionevole e lo si sente sempre ♥

**mamma\_lara** Martedì, 18 Settembre 2018 08:06

Francesca, anche a me succede se scrivo dal cellulare, alle volte impiega un po' di tempo per la connessione e perde la pagina.

Per esempio, mi sono accorta che non mi ha messo il messaggio dove facevo gli auguri di buon compleanno alla nostra Antonella62.

Poi non ne ha registrato anche un altro di messaggio che avevo scritto. ma se sono sul divano il telefono fa fatica a ricevere il segnale.

Ho inoltrato ad Emma il tuo messaggio, ne sarà felice. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 18 Settembre 2018 08:02

Buongiorno a tutti.

Nico, mi hai fatto ridere e non poco con il tuo "vai a ....."

Siamo proprio cattive ehh. 😊😊😊

Ascoltala un pochino e dille di farsi curare. Oppure dille che una nostra amica è andata a farsi curare i piedi poi è stata bene. Dille anche che non ci deve pensare, questa terapia è la migliore di tutte. A noi lo dicono sempre e ci fa un male incredibile quando sentiamo quelle parole. Certo che ne puoi anche inventare delle altre, nulla lo vieta.

**nico26** Martedì, 18 Settembre 2018 07:06

Buon martedì a tutte /i dal lavoro .Durissima stamane svegliarmi .E' da ieri che ho il mdt muscolo tensivo da dietro fino alla narice del naso e stanotte ho fatto fatica a dormire.Sapete che sono diventata intollerante a chi volutamente fa la vittima plateale per attirare l'attenzione ,perche la gente vada e gli dica cosa hai ,come stai ecc...e in questi casi le ignoro....Questo e la mia direttrice .....e ieri l ho ignorata.....Ma che vada a c@@are... 😊

**francesca63** Lunedì, 17 Settembre 2018 21:45

Salve a tutti.

Ho inoltrato senza successo due messaggi ma con insuccesso. ..non riesco a capire cosa ho combinato...sono proprio rimbabita...

EMMA il primo pensiero lo rivolgo a te ....spero che questo nuovo cammino ti riservi soddisfazione e stupore ....

LARA metterò in moto I neuroni per il titolo del convegno...

Buonanotte a tutti

**paula1** Lunedì, 17 Settembre 2018 20:07

Buona sera a tutti...qui ha piovuto un pochetto e sembra più fresco, ma si dorme ancora con la finestra aperta e scoperti.....

oggi ho lavorato finalmente nel mio reparto e, anche se siamo "accampati" e facciamo la settimana corta, oggi sono andata con più calma....per il sabato e domenica ancora andremo in Medicina...comunque sono stanca, ma almeno la testa non ha tribolato.....domani riprendo la ginnastica...non è granchè, ma finchè regge il tempo provo a fare qualcosa.....

**Annuccia** Lunedì, 17 Settembre 2018 18:25

LARA, che ragione hai..... ci rialziamo sempre e siamo ben felici di farlo... sabato mattina alle 4 ero a Santa Marinella nel mio soggiornino e avrei voluto tanto essere a Roma. E' incredibile come , anche se è casa mia, preferisca stare male nella casa "principale". Ma di fissazioni ne ho parecchie quindi non mi meraviglio 😊

**Annuccia** Lunedì, 17 Settembre 2018 14:20

Buon inizio di settimana a tutti!

da queste parti tutto abbastanza ok, tralasciando i dolori terribili che ho (che mi permettono di riposare poco la notte) e la crisona di mdt di sabato e come sempre accade in queste circostanze un bel Brufen e un Imigran

**nico26** Lunedì, 17 Settembre 2018 10:12

Un abbraccio immenso a tutti/e e buona giornata

**mamma\_lara** Lunedì, 17 Settembre 2018 09:12

Scusate per come scrivo, ma non ho tempo per rileggere. Qui si sta bene, ma alle volte la mia caviglia dice che fa fatica a stare seduta e correggere ciò che scrivo mi sembra tempo tolto a quello che vorrei dirvi.

Se ne farà una ragione il correttore automatico, ma ho deciso che non risponderò più ai messaggi dove non mi compare il numero.

Così ho detto di fare anche a Gabriele.

**mamma\_lara** Lunedì, 17 Settembre 2018 09:11

Stella, è che noi siamo veramente una potenza. Troviamo sempre la forza per rialzarci e continuare a lottare.

Poi è vero che abbiamo una sensibilità che poche persone hanno e dobbiamo fare tanta attenzione, perché alle volte può portarci ad ascoltare solo quello che ci fa male.

Dobbiamo imparare a fare una cernita anche di tutto questo sentire, altrimenti ci farebbe solo un gran male.

Alle volte mi chiedo come mai si faccia fatica a scrivere qui e si preferisca scrivere sui social i nostri pensieri.

Da tempo ho capito che questo forum è un progetto e chi vi aderisce e continua nonostante tutto il da fare a starci dentro è perché ha capito questo progetto. Se decidi di partecipare attivamente al forum e come se prendessi un impegno con te stessa e da quel momento decidi cosa fare per migliorare la tua condizione.

Sai quante volte ho iniziato terapie e se in un primo momento sembravano darmi beneficio mi sono accorta che nel tempo perdevano parte del loro effetto benefico fino a scomparire piano piano.

Ecco, il forum è quello che aiuta anche le terapie, perché ci fa capire che se non mettiamo qualcosa anche noi lo stare meglio non arriverà mai.

Poi qui si è "costretti" a dialogare con tutti perché non ci sono argomenti. Questo aiuta anche il lato permaloso del nostro carattere. Se si è capaci di andare oltre troveremo la "libertà" da quelle che sono le nostre "gabbie".

Grazie carissima.

**mamma\_lara** Lunedì, 17 Settembre 2018 08:57

Buongiorno a tutti.

Oggi è il primo giorno di scuola superiore di Emma.

Speriamo la prenda bene.

**Stella1** Domenica, 16 Settembre 2018 23:50

Buona sera... quanta verità Lara... tanta fatica.. ahimè... sii quante volte è uscita dalla mia bocca la frase... sono tanto stanca.... di tutto questo... Ma poi non so cosa mi accade... dentro e mi rialzo e vado avanti... a volte per inerzia.. apatica... per lunghi periodi... (se mi dovessi vedere da fuori, tristemente)... a volte piena di energia... Non so chi è la vera Me... credo più la seconda se penso alla mia vita da Sana!!!! Sempre sorridente,pazza,scherzosa... questa sera MDT.. scrivo per non pensarci.. adesso provo a dormire... vi abbraccio e grazie di esistere magnifico gruppo e soprattutto permettetemi... grazie Mamma Lara... ☆

**Willy** Domenica, 16 Settembre 2018 23:03

Tanti auguri Feffe buon compleanno, anche se in ritardo. Un acaro saluto a tutti gli abitanti del forum. Notte

**mamma\_lara** Domenica, 16 Settembre 2018 16:28

Nico, ci vuole tanta pazienza, solo che quando si sta male facciamo fatica ad averne.

**mamma\_lara** Domenica, 16 Settembre 2018 16:27

Stella, io invece faccio fatica a tirare fuori le unghie se devo difendere me, cosa diversa se devo difendere altri. Mi sembra sempre di poter sopportare tutto. Faccio male, perché devo imparare a difendermi.

Poi è vero che siamo capaci di dimenticare o ricordare con un sorriso. Siamo fatte così noi, riusciamo a lasciarci alle spalle tante cose.

**Stella1** Domenica, 16 Settembre 2018 15:15

Lara... sono pienamente d'accordo con te.. fortunatamente ci so no persone... Medici.. infermiere/i personale ospedaliero che hanno un cuore in primis grandissimo... io ho avuto la fortuna di trovarne molti... spesso mi hanno criticata perché ho detto di sentirmi "a casa" tra quelle mura... Semplicemente perché mi sentivo al sicuro e capita... Quando sono stata molto male... quella che ti ho raccontato è stata solamente una parentesi per portare un esempio al lexotan... purtroppo nel nostro cammino inciampiamo anche in situazioni simili... ma io sono stata molto forte ed ho tirato fuori le unghie in quell'occasione... e devo dire che mi ha fortificata molto... So quello che ho e di cosa ho bisogno per essere aiutata... quella per me è stata una parentesi... che adesso ricordo con un sorriso...

**nico26** Domenica, 16 Settembre 2018 08:24

Buona domenica a tutti e tutte e sono proprio felice che la nostra Lara stia un pochetto meglio. Le parole Ok Adesso ho capito e provo elaborare. È vero Lara esistono dei Medici /infermieri fanno il proprio lavoro con amore e passione. Lavorare con la sofferenza A mio avviso è una vocazione ... Ma molti questa vocazione se la mettono come diciamo noi a Modena del bisacchino.. nelle tasche 😊

**mamma\_lara** Domenica, 16 Settembre 2018 06:54

Paula, nel nostro sito  
(clicca qui a fianco "parole che aiutano"  
trovi la sezione "Parole che aiutano".  
Questo sarà uno spazio dove metteremo tutti i vostri interventi.

**mamma\_lara** Domenica, 16 Settembre 2018 06:50

Povero Gabriele, meno male che ha il macchinino che lo aiuta, ha le dita che sono un po' stanche di massaggiare sta caviglia 😊

**mamma\_lara** Domenica, 16 Settembre 2018 06:49

Francesca, io vado a giorni, però direi che sto migliorando, riesco a stare seduta abbastanza e il dolore non è sempre così forte.  
Gabriele poi si è accorto che il gonfiore alla caviglia torna sempre. Lui tratta e poi se sta un po' di ore senza fare il trattamento tutto torna come prima.

**mamma\_lara** Domenica, 16 Settembre 2018 06:46

Sempre per l'incontro, vorrei poter avere due specialisti al nostro incontro. Uno il sabato e uno la domenica.  
Il sabato avevo pensato ad uno specialista che parlasse della terapia monoclonale e la domenica uno specialista che parlasse di chetogenica. Due soli così possono avere il tempo necessario per spiegare bene il loro argomento.  
Poi il resto del tempo è per i vostri interventi e per quello che avete preparato voi.  
Poi ci sarà Fefe che parlerà della sua esperienza in Europa e nel Mondo, perchè ormai per lei non ci sono confini 😊

Per il titolo non abbiate paura di trovarlo anche abbastanza lungo perchè avrà anche un sottotitolo e un sopra titolo 😊

**mamma\_lara** Domenica, 16 Settembre 2018 06:40

Fefe, proprio ieri mi sono riguardata la foto della tua cucina e ti ho pensata lì a fare tutte le tue cosine per i tuoi amici.  
Immagino cara sia stata una festa bellissima e capisco la tua gioia.  
Che emozione leggere i tuoi messaggi.  
Sai, mi sembra di avervi visto crescere. So che è una cosa difficile da capire, ma è proprio il sentimento che sento dentro. Ma non solo nei tuoi confronti, mi succede un po' con tutti voi indipendentemente dalla vostra età. ♥

**mamma\_lara** Domenica, 16 Settembre 2018 06:36

Buongiorno a tutti.

Stella, avevo 30 anni ed ero ricoverata per l'intervento di calcoli alla colecisti. Il primario durante le visite

in reparto non si è mai fermato al mio letto. Ero l'unica che non ero andata ad una visita privata da lui. A quel tempo non avevo i soldi neppure per mangiare pensa se avrei potuto averne per una visita privata. Non ne ho sentito la mancanza, però le signore compagne di stanza se la sono presa a male anche loro per il fatto che sto tizio non mi ha mai chiesto neppure come stavo.

Ma non tutti sono così, ad Argenta quando ho fatto i miei due interventi alle anche, sono stata seguita e accudita meglio che se fosse stata la mia famiglia ad accudirmi. Hanno sempre risposto a tutte le mie domande e mi hanno fatto sentire al sicuro e a casa. Le porto nel cuore quelle persone.

Pensa che se penso ai mie due interventi e ai ricoveri in quell'ospedale non ho ricordo di avere avuto dolore, tranne purtroppo che per gli attacchi di grappolo.

Ci sono ancora persone che fanno la differenza.

E non manca occasione che io non le faccia presente queste cose. 😊

**feffe81** Domenica, 16 Settembre 2018 01:07

Grazie amiche! Qui direi tutto bene! Ho passato una bella giornata, mi sento molto fortunata! 😊

**francesca63** Sabato, 15 Settembre 2018 20:06

FEFFE81 AUGURI

CARISSIMA. ..TI ABBRACCIO FORTISSIMO. ..

Buona Festa

....

**francesca63** Sabato, 15 Settembre 2018 20:05

Salve a tutti.

La perturbazione e arrivata ...e con essa l'emicrania. ..

Pazienza....tanta!!!!

LARA grazie ....conservero il tuo messaggio gelosamente

..spero tu stia meglio....

Un abbraccio a tutti.

**mamma\_lara** Sabato, 15 Settembre 2018 19:53

Scusate ma sono di corsa 😊

Per il nostro incontro l'argomento dovrebbe contenere le parole auto aiuto o anche solo aiuto. Male non farebbe se potesse anche fare riferimento al web.

Scusate ma sono proprio di fretta ♡♡♡

**paula1** Sabato, 15 Settembre 2018 18:29

Per il convegno, così velocemente, mi è venuto in mente un pezzo solo di frase presa da un'altra che di solito si usa...

di solito si dice... "pensieri per la testa"....

mi sovviene 😊😊

"parole per la testa".....però sembra una frase a metà... 😊

**paula1** Sabato, 15 Settembre 2018 18:26

**Tantissimi Auguri di Buon Compleanno alla nostra Cara Amica FEFFE81**

**paula1** Sabato, 15 Settembre 2018 18:26

Buona sera a tutti...qui più ventilato....ieri sera stavo davvero male dopo il lavoro...ero nel mio reparto e abbiamo operato e dimesso una quindicina di pazienti...tutto in tempi record e sempre tirati col personale...sono uscita con la testa che mi scoppiava e non avevo niente da prendere (in ospedale non ho preso niente), però sono andata lo stesso al concerto perchè era dedicato ad un musicista bolognese che non è più con noi e suonava un amico...ho usato tutte le ultime forze...a casa dopo ho preso 2 Oki e per fortuna ho dormito almeno 3 ore...stamattina di nuovo al lavoro, ma sto

meglio...domani sono di riposo...questo mese la testa ha tribolato...e non è ancora finito... 😊

**feffe81** Sabato, 15 Settembre 2018 18:09

Grazie degli auguri!! Sì è il mio compleanno! E per festeggiare è da stamattina che cucino e sistemo casa perché ho un po' di gente stasera qui 😊 la testa è ok, oggi mi ha preso stomaco e schiena... va beh va benissimo

**Stella1** Sabato, 15 Settembre 2018 17:43

A me una volta Lara mi hanno dovuto ricoverare in un reparto diverso di Neurologia al politecnico perché nel mio non c'era posto. Li si divide in Neuro A... B... ecc ecc... insomma te la faccio breve... una demente. Al solo sentir dire dal giro dei medici dalla specializzanda... Lei è una nostra cara paziente è una paziente della Professorressa Francia (sua Nemica storica perché Genio della medicina) mi ha girato le spalle e mi ha detto che ho problemi psichiatrici. E che dovevo essere dimessa. Come dici tu me l'ha servita su un piatto d'argento 😊

**mamma\_lara** Sabato, 15 Settembre 2018 16:40

Nico.  
Prenda il lexotan.  
Sai che da un po' di giorni ci rido su e non poco.  
Pensa te che bella occasione mi ha servito. 😊

**mamma\_lara** Sabato, 15 Settembre 2018 16:38

Auguri Feffe, buon compleanno. ♥  
Anch'io vado sulla fiducia 😊

**Stella1** Sabato, 15 Settembre 2018 14:29

Cara Feffe leggo Auguri... quindi credo sia il tuo compleanno.... mi accodo agli auguri... Sperando di non fare una gaffe... 😊 Tantissimi Auguri...



**nico26** Sabato, 15 Settembre 2018 08:49

AUGURONIIIIIIII FEEFEFEFEFEFEFEFEFEFE

**nico26** Sabato, 15 Settembre 2018 08:22

Buon sabato a tutti/e.

Lara sono contenta che tu stia un po meglio e mi ha fatto ridere il tragitto dei 27 mt 😊  
Capisco che i medici lavorino in condizioni talvolta disagiate ma un essere umano quando dice che sta male e non lo dice una volta sola ma sono mesi che tu stai così beh..allora quel medico doveva far altro e non andare a lavorare con l'essere umano ....Scusate ,ma non accetto che l'essere umano dopo mesi e mesi non venga considerato e anzi gli dicono....prenda il lexotan???Te lo do io il lexotan e non ti dico dove!!!!Non pensate male ma anzi pensate pure male 😊 😊  
Il titolo per Novembre mah.....mi vien da dire....la solitudine ci fortifica ma no....boh ...la ns forza di vivere....boh....unite nel dolore.....Scusate mi nascon cosi'... 😊

**mamma\_lara** Sabato, 15 Settembre 2018 06:09

Vado a camminare un po' 😊

**mamma\_lara** Sabato, 15 Settembre 2018 06:09

Ora viene il bello.  
Mi serve il vostro aiuto per dare un titolo al nostro incontro di novembre.

Io ho in mente qualcosa, ma mi piacerebbe foste voi a trovare un titolo. Devo andare a parlare con il gestore della sala e vorrei iniziare già con la pubblicità dell'evento.  
Ho in mente anche altre cose ma è prematuro parlarne.

**mamma\_lara** Sabato, 15 Settembre 2018 06:06

Francesca, gli contesto solo il silenzio a questo scritto.  
E' importante invece la condivisione, ma forse lui intendeva un silenzio diverso.  
Chissà.

Per il medico non so che dire, però hai ragione, è anche ora che qualcuno dica loro che abbiamo per prima cosa necessità che ci diano le risposte alle nostre domande. Se non lo fanno loro chi deve farlo.

**mamma\_lara** Sabato, 15 Settembre 2018 06:03

Francesca, sta arrivando l'autunno fra un po' di giorni e anche se il caldo è ancora presente non dimentichiamoci che l'autunno porta spesso con se un abbassamento dell'umore per molti. E' stato bello riuscire a dirlo. Sai, penso che se si riesce a "confessare" una nostra "debolezza" le facciamo perdere la potenza distruttiva che porta con se. Almeno un po' se non proprio tutta.

Hai fatto proprio bene, perchè si parte sempre dal basso per arrivare alla cima. Poi sono convinta serva sentire i nostri sbalzi d'umore. E' come se si fosse felici sempre come faremmo a capire che siamo felici..

Mi viene in mente uno scritto del grande Gibran

"Il dolore è lo spezzarsi del guscio che racchiude la vostra conoscenza.

Come il nocciolo del frutto deve spezzarsi affinché il suo cuore possa esporsi al sole, così voi dovete conoscere il dolore.

E se riusciste a custodire in cuore la meraviglia per i prodigi quotidiani della vita, il dolore non vi meraviglierebbe meno della gioia; accogliereste le stagioni del vostro cuore come avreste sempre accolto le stagioni che passano sui campi.

E vegliereste sereni durante gli inverni del vostro dolore, perché gran parte del vostro dolore è scelto da voi stessi, è la pozione amara con la quale il medico che è in voi guarisce il vostro male.

Quindi confidate in lui e bevete il suo rimedio in serenità e in silenzio.

Poiché la sua mano, benché pesante e rude, è retta dalla tenera mano dell'Invisibile, e la coppa che vi porge, nonostante bruci le vostre labbra, è stata fatta con la creta che il Vasaio ha bagnato di lacrime sacre"

Kahlil Gibran

**mamma\_lara** Sabato, 15 Settembre 2018 05:56

Cris, la caviglia ieri in serata era messa meglio. Non mi dava più quel dolore pulsante difficile da sopportare. Ho smesso gli antidolorifici perchè era come bere un bicchiere d'acqua fresca così almeno riesco a sopportare meglio il dolore.

Però oggi sembra andare meglio. Ero talmente felice che non c'è stato verso di dormire.

Il trattamento che mi fa Gabriele è stato consigliato da Filippo.

Hai presente lo spazio che c'è fra tibia e perone, ecco, lì c'è una cosa che non so come si chiama, ma è una membrana che parte dalla caviglia e arriva fino al ginocchio. Quella membrana nel mio caso è tutta un su e giù grossa come se fosse una corda di 3 cm. di spessore e tutta tutta dolorante. Ecco, Gabriele deve fare una pressione su quella membrana usando il pollice e piano piano ruotando il dito sempre spingendo con tutte le sue forze. Vedo tutto il firmamento mentre lo fa, ma è l'unico modo per tenere a bada il dolore.

Devo anche dire che da quando mi fa questo trattamento la membrana si è pure sgonfiata e riesco a muovere la testa senza che la caviglia mi mandi dolori insopportabili.

Poi mi aiuta camminare e quello lo faccio girando attorno al tavolo, poi quando sento che la nausea sale opto per il tragitto cantina fino ad arrivare al mio studio passando attraverso alla cucina e la sala. Circa 27 metri. prendendo le curve per allungare il tragitto.

Poi non ti dico in questi giorni pur di stare in piedi cosa non ho preparato da mangiare.

Ho preparato torte salate e crostate regalate anche a chi mi ha asfaltato la strada. Purtroppo mi è sfuggito chi mi ha fatto le strisce per terra, ma non dispero di riuscire a rintracciarli. 😊

Dopo faccio un po' di biscotti per Gabriele, lui adora i frollini, ci sono poi periodi che non ne può fare a meno, questo periodo è uno di quelli.

Mi aiuta fare qualcosa, perchè mi sento bene. Poi mentre aspetto la cottura giro avanti e indietro aspettando che faccia giorno.

Mi spiace cara per come stai. Spero tu riesca a trovare l'equilibrio. Parola a noi utilissima. Anni fa la nostra Annuccia ci lasciò una frase bellissima che io mi porto sempre appresso: "Bisogna trovare un equilibrio anche nel dolore". Non la dimentico mai. Lo so, è la fatica più grande.

Chiara è una bambina fortunata ad avere una mamma come te ♥

**mamma\_lara** Sabato, 15 Settembre 2018 05:37

Buongiorno a tutti.

Non c'è verso di stare a letto, meno male che la casa è grande e posso muovermi senza recare disturbo a chi sta dormendo. Gabriele ed Emma. Ho Emma qui da una settimana, si sta godendo gli ultimi giorni prima della scuola.

**francesca63** Venerdì, 14 Settembre 2018 20:48

STELLA si alcuni farmaci non possono essere sospesi di punto in bianco.

Tra l'altro gli addetti ai lavori lo dovrebbero sapere....

Mi auguro oggi tu stia un po meglio...

Bella la definizione della tana.....

Buonanotte a tutti.

Senza dolore....

**francesca63** Venerdì, 14 Settembre 2018 20:43

LARA questa caviglia ....ti dà proprio del filo da torcere....

L ascolto da parte del medico è fondamentale....dovrebbe essere insegnato....ormai tutto è relegato agli esami ma noi non siamo un pacchetto di immagini! !!!!

Mi ricordo una visita dal chirurgo vertebrale. ..per le ernie cervicali. Guardo solo la RMN e spiego la modalità di intervento con il modellino della colonna....

Mi alzai di scatto e me ne andai....mi aveva zittiTo perché gli avevo posto alcune domande...

Spero tu riesca a stare coricata ....

Un abbraccio cara.

**francesca63** Venerdì, 14 Settembre 2018 20:31

Salve a tutti.

L Afa continua...ed il dolore pure.

Quello però che mi opprime di più e il tono dell'umore che è al ribasso.

Mi vergogno un po...non volevo scriverlo ma essere sinceri vale la pena.

**Cris83** Venerdì, 14 Settembre 2018 19:22

Io sono a Cecina perché mia mamma oggi doveva essere a casa.. Sono venuta ieri sera con Michele.

Ero in condizioni pietose e mi è toccato pure farlo fermare perché stavo male. Ho passato un paio di settimane meglio ma ora mi sembra sia ripeggiorato un'altra volta. Oggi stavo meglio e mi sono goduta un po' di mare di chiara ma ora sono di nuovo in ballo con un nuovo attacco o forse è il solito che ho spezzato stanotte con un Imigran. Faccio molta fatica pure con la cheto.. Mi sento molto debole e quasi mi vergogno a dirlo ma non riesco a stare a dieta..

Vabbè.. Scusate l'ennesimo sfogo. Comunque nonostante stia male il morale è abbastanza ok.. Credo che il merito sia tutto di chiara e del fatto che bene o male quando siamo solo noi riesco a gestirla bene. Ultimi giorni di mare e lunedì si torna a casa. Emicrania o no mi prendo e mi tengo stretta ogni singolo attimo.

**Cris83** Venerdì, 14 Settembre 2018 19:17

Lara mi dispiace che con questa caviglia con c'è verso di stare un granché meglio..

Menomale che Gabriele ti aiuta.. Non c'erano dubbi. Ma che in cosa consistono i trattamenti che ti fa?

Massaggi?

**mamma\_lara** Venerdì, 14 Settembre 2018 18:32



Stiamo cercando una Lorenza B. che ha fatto il versamento per aderire ad Al.Ce.  
Ora ci servono i suoi dati per completare l'adesione.

Grazie.

Ho messo solo l'iniziale del cognome

Ho messo la casellina della mia mail.

**mamma\_lara** Venerdì, 14 Settembre 2018 18:27

Paula, il Nobel per la tenacia penso proprio te lo debbano. Anche tu sei una bella tosta.

**mamma\_lara** Venerdì, 14 Settembre 2018 18:26

Nico, ormai penso lavorino in condizioni di sfinimento tutti i medici. Però dovrebbero almeno ascoltare e quando una persona ti dice che ha mal di pancia non puoi pensare che abbia male un alluce.

Ma è così purtroppo.

Io ero abituata male, avevo un medico che mi ascoltava e non ne ha mai sbagliata una. Lui mi diceva sempre: "signora, mi basta ascoltare le sue parole e so come curarla". Quanto mi manca. Però si è ritirato perché non stava bene, quindi un pensiero per lui c'è sempre. Vorrei stesse bene, è tanto giovane.

**nico26** Venerdì, 14 Settembre 2018 12:22

Buon pranzo a tutte dal lavoro e per ora riesco ancora a gestire tutto il lavoro da fare. Lara ho scaricato le foto sul pc e ho fatto una cartella Ho chiamato i due ortopedici miei clienti ma saranno in sala operatoria. Appena li vedo e direi da lunedì gli faccio vedere il tutto. Bisogna Lara saltarci fuori con te ,non accetto che nel 2018 tu possa star così per merito di un id@@@ di medico della mutua. Scusate ma vado giù di testa!!!

**paula1** Venerdì, 14 Settembre 2018 10:38

Buon giorno a tutti...qui sole e caldo...sono allo stremo delle forze, oggi lavoro pomeriggio e sono nel mio reparto..ovviamente a fare dei letti e preparare le camere per lunedì...(l'uomo di fatica deve essere usato al meglio 😊😊) poi domani che dovevo fare il riposo sono in Medicina...se non stramazzo domani direi che possono darmi in Nobel per la tenacia 😊😊😊😊😊 ovviamente scherzo...stasera però voglio andare al concerto dedicato a un chitarrista prematuramente scomparso anche perché suona un amico...

**Stella1** Venerdì, 14 Settembre 2018 10:21

Lara perdonarti di cosa? La stessa cosa la faccio io quando do forza a chiunque altro la do in primis a me stessa... siamo fatte così.. 😊 va di caccia lo ammetto ma ho letto dagli effetti collaterali dei medicinali che ho tolto, che se li togli in maniera repentina succede questo. Lo avevo detto io a questa neurologa... È sicura che si possano diminuire così bruscamente? Certamente mi ha risposto lei... Quando io ho una sensazione MAI MI SBAGLIO... l'ultima volta che mi è successa questa cosa mi stavano mandando al creatore con una sincope vasovagale ... sono stata sdraiata in terra in un bagno di sudore congelata con le labbra viola dalle 3 alle 6 di mattina senza potermi muovere e chiedere aiuto. Mi sono salvata grazie all'autocontrollo che avevo acquisito Con la meditazione. Ed anche lì una neurologa mi aveva tolto un medicinale bruscamente. Stessa domanda... Stessa risposta... ORMAI CREDO CHE IL PEGGIO ANCHE QUESTA VOLTA SIA PASSATO. Ora sono solo molto debilitata disidratata senza appetito ed ovviamente non più molto carica come inizio settimana... un Po arrabbiata... ma io c'ho fatto il callo con i medici incompetenti... (ci tengo a precisare che lei non è la mia Neurologa ma quella del Boto, la mia la vedo il 4/10). Oggi vado di nuovo dai bimbi.. poi finalmente riposo... casa dolce casa... La mia tana. Scusate lo sfogo☆

**mamma\_lara** Venerdì, 14 Settembre 2018 09:22

Stella, spero che tu oggi ti senta meno debole di ieri, so che noi facciamo presto a riprenderci, ma alle volte il tempo logora anche noi che siamo proprio delle guerriere.

Io dico sempre forza, e tu dirai: "ma pensa a te che io sono una forza della natura". Ma sai che lo dico perché mentre lo dico a te lo dico anche a me stessa, quindi perdonami va ♥

**mamma\_lara** Venerdì, 14 Settembre 2018 09:13

Nico, non preoccuparti di fare in fretta. Il tuo aiuto è graditissimo, ma non voglio aggiungere pensieri ai già grandi impegni che hai.

Ho letto ciò che mi hai mandato 😊

Già sarebbe un successo se dicessero che ci può stare il male alla caviglia. Sembra che me lo inventi. E per una che ha già il MDT che non si vede avere anche un altro male che non si vede sarebbe proprio una bella sf.... ortuna 😊😊😊

**mamma\_lara** Venerdì, 14 Settembre 2018 09:09

Buongiorno a tutti.

Meno male che la posta ora funziona di nuovo, poveri voi, ne avrò da dirvi i prossimi giorni.

Ho lavorato un po' così ora devo andare a stendermi o a camminare. Sono diventata una camminatrice, Gabriele dice che ho i segni nel pavimento. 😊

Sto pensando al titolo da dare al nostro incontro di novembre.

Si accettano suggerimenti 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Settembre 2018 20:23

Zeno mi ha sistemato la posta ma anche se non ho fatto niente mi sono stancata lo stesso. Vado a riposare. A domani carissimi.

Riposare vuol dire camminare 😊

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

**Stella1** Giovedì, 13 Settembre 2018 16:13

Buon pomeriggio... Oggi va così... lui non c'è... ieri come vi ho detto ho fatto finta di nulla.. ho lavorato... con i bimbi che mi danno tante gioie... ma oggi sto molto male con problemi intestinali pazzeschi... da questa mattina praticamente sono disidratata ormai. Ho cmq lavorato con i bimbi e finalmente sono a casa e non devo più uscire. Quando si sta così non si desidera altro che starsene nella propria tana... Sperando di star meglio domani.. mi sento molto debole. Vi abbraccio ☆

**nico26** Giovedì, 13 Settembre 2018 13:41

Buon pomeriggio a tutti/e dal lavoro e la pacchiia è finita..Avevo i clienti fuori che mi aspettavano 😊😊  
Il mdt è tornato ma pazienza.Però stamane per non farmi mancare nulla visto che sono balenga ho aperto dalla custodia i materassi e li ho lavati a mano 😊😊 Ma io dico sono veramente balenga.....ma dato che stanotte avevo 6 monelli x il pigiama party ed avevo messo i materassi per terra e ci saltavano sopra su giù ....beh....li ho lavati!! 😊

Lara ho perso un pezzo cosa ha detto la RMN???

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Settembre 2018 08:33

Ho la casella della posta di Thunderbird che non funziona e questo mi crea abbastanza difficoltà perché spedire tutte le mail da Gmail di certo mi verrà bloccato l'account. Spero che Zeno risolva qualcosa questa sera così posso spedire tutto quello che serve, altrimenti dovrò farlo a rate

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Settembre 2018 08:31

Piera, grazie per aver nominato le persone che hanno in affidamento i bimbi dei nidi, proprio lunedì parlavo con una signora che fa questo mestiere e sentivo il suo entusiasmo.  
Va là che fanno la differenza, possono farla eccome quando i nostri bimbi capitano con persone simili.

Che bravo Daniel, così piccolo e già fa la pipì in bagno.

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Settembre 2018 08:27

Elisabetta, mi unisco a te per augurare a tutti gli studenti un buon anno scolastico, da queste parti gli auguri servono.

Io sto bene carissima e vedrai che starò sempre meglio.

Ho due terapisti che non mi mollano 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Settembre 2018 08:25

Francesca, io sto meglio, piano piano sto meglio.

Il Prof. Querzani è una persona fantastica e sicuramente anche un ottimo specialista, bisogna farli sti nomi, perchè ci aiutano tantissimo sempre.

Lui è uno di quelli che se non ci fosse bisognerebbe inventarlo.

Sì, è stato lui a consigliarti il forum, lo fa spesso con le pazienti che sente pronte a questa esperienza.

Ha una sensibilità unica e sa capire di cosa ha bisogno la persona che ha di fronte ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Settembre 2018 08:19

Sissì, grazie anche a te carissima per non averci mai fatto mancare la tua presenza nei momenti che serve. ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Settembre 2018 08:18

Annuccia, non oso immaginare la difficoltà dei controlli se questi li devi fare a Roma. Anche qui non è facile, ma lì da te tutto mi sembra amplificato.

Uffa uffa, ma quanta pazienza ci vuole

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Settembre 2018 08:15

Stella, hai detto bene, sarà una dura battaglia, ma non sarai da sola a combatterla.

Sono certa che anche i medici che ti seguono non ti faranno mancare il loro sostegno.

Noi sai bene che ci siamo sempre.

Poi ci racconterai come è andata ieri.

Sai, ti consiglio di raccontare le tue giornate, aiuta tantissimo.

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Settembre 2018 08:06

Cris, ti auguro il tempo che desideri per la festa di Chiara, io adoro il caldo e per me già non è più quel bel caldo del mese scorso.

Ma come sai io prendo il tempo che viene sperando sempre che non faccia disastri.

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Settembre 2018 08:04

Buongiorno a tutti.

Ieri la giornata ha avuto uno sviluppo che non mi aspettavo. Prima di mezzogiorno è partito di nuovo un forte dolore alla caviglia forte come una ventina di giorni fa.

Per fortuna nel pomeriggio avevo il trattamento da Filippo, ma arrivare da lui è stato abbastanza faticoso.

Non so cosa è successo, ma la caviglia si è gonfiata di nuovo, però Gabriele non ha mollato la presa e praticamente me l'ha trattata un bel po' di volte fino a sera così la notte è passata senza dover stare sveglia.

Non so come farei se non avessi Gabriele che mi fa il trattamento ogni volta che serve, praticamente ieri pomeriggio me lo ha fatto almeno 8 volte, però è servito.

Filippo continua il suo lavoro e questa mattina sembra sia tornato tutto nella norma.

Purtroppo questa caviglia è stata trascurata un bel po'

**Annuccia** Mercoledì, 12 Settembre 2018 14:47

Buongiorno a tutti!

A Roma molto caldo e molte molte zanzare, mai accaduto.

Ho ripreso la mia posturale nella speranza di alleviare i dolori numerosi. Devo anche affrontare un pò di controlli che piano piano farò. La MOC avrei voluto farla in convenzione ma non riesco a trovare posto.

STELLA, capisco la tua fatica di oggi.

**Stella1** Mercoledì, 12 Settembre 2018 14:37

Grazie amiche... Grazie a tutte per il sostegno... sono qui con lui... che ovviamente è comparso lievemente... ma devo andare dai bambini oggi a lavorare... quindi farò finta che non ci sia. Non posso permettermi il lusso di perdere anche questo piccolo "lavoro". Grazie di cuore. La battaglia sarà lunga e tortuosa... ci si prova... ☆

**Sissi** Mercoledì, 12 Settembre 2018 14:27

Ciao a tutti, ci sono ancora...e anche il mal di testa purtroppo. Nonostante lui, sono in un periodo pieno di cambiamenti e di impegni, motivo per cui il tempo non basta mai e per cui sto "latitando" sul Forum. Vi penso comunque e naturalmente mi spiace non riuscire a scrivere ed a legervi, per ora. Vi abbraccio tutti e vi saluto con tanto affetto.

**francesca63** Mercoledì, 12 Settembre 2018 14:26

Salve a tutti.  
Grazie LARA. ...ti sei permessa ...bene  
Mi sembra di non fare mai abbastanza. ...  
Spero tu stia meglio!!!!

STELLA il coraggio e la forza non ti mancano..

Certo e una bella sfida così ricordo la mia ....

Fu difficile accettare che gli analgesici alimentassero l'emicrania. Solo un Prof fu però molto persuasivo. Addirittura mi disse che le sedute di botulino cui mi ero sottoposta non avevano avuto alcun beneficio perché le avevo eseguite in concomitanza dell'assunzione di 50 analgesici al mese...

A quest'uomo prima di tutto sarò sempre riconoscente...E LARA sa di chi parlo... Stesso Prof che mi consiglia di partecipare a questo forum...

Quindi STELLA io tifo tifo tifo....

NICO goditi questo ultimo scampolo di vacanza. ...

Buon proseguimento a tutti...

**Elisabetta** Mercoledì, 12 Settembre 2018 13:27

Un pensiero affettuoso a tutti i nostri figli e nipoti che iniziano la scuola....

SIMONA, penso particolarmente a te e non ti nascondo che sono preoccupata per la "montagna" che ti accingi a scalare. Non è che stai sopravvalutando le tue forze?

LARA, come va?

Un abbraccio a tutte

**nico26** Mercoledì, 12 Settembre 2018 13:11

Buon mercoledì' e da domani di nuovo al lavoro e quanto ne ho.....!!!!!!

Un abbraccio carico di speranza per tutte noi!!!!!! 😊

**Piera** Mercoledì, 12 Settembre 2018 13:10

....e poverette ne hanno ben 27 di bimbi, non sono pochi!!

**Piera** Mercoledì, 12 Settembre 2018 13:09

il mio dany, ha cominciato la materna, e' spannolinato da molto tempo, pero' non dice mai che gli scappa la pipì, io ero un po' preoccupata, e lui invece l'altro giorno, mi ha detto: sai che la dada Giusy mi ha fatto provare il bagno? 😊 meno male che ci sono insegnanti attente ai bisogni dei bimbi piu' piccoli.....e' fortunato perche' la sua e' proprio una bella scuola in tutti i sensi!!! 😊

**Piera** Mercoledì, 12 Settembre 2018 13:05

Annuccia i bambini sono tutti molto impegnativi.....i vostri poi, saranno impegnativi il doppio, perche' non faranno altro che voler stare con voi il piu' possibile!!!! succhiandovi tutte le energie possibili 😊 😊

**Cris83** Mercoledì, 12 Settembre 2018 11:54

Ciao a tutti!

Ancora caldo pure qui.. sono contenta che chiara è al mare e se lo gode ancora un po' ma comincio veramente a richiedere un po' di fresco. Ma a dire il vero preferirei reggesse almeno fino a settimana prossima, che il sabato facciamo la festa a chiara e verrebbe fuori una bellissima cosa se potessimo farla fuori. Abbiamo un gonfiabile di un amico di michele da mettere in giardino. Più scivolo, macchina

zucchero filato, pop corn.. un mini luna park!

SIMO sicuramente non è facile ma prova a essere positiva come noi.. secondo me puoi davvero farcela! Tienici aggiornati!

STELLA è una bella sfida anche per te.. non sono pochi 3 mesi ma puoi farcela! Io quando provo a non prendere nulla ma poi cedo, il 20% delle volte è perché è insopportabile ma l'80% non è perché non riesca a sopportare il dolore ma perché mi impedisce di fare qualsiasi cosa e devo stare ferma immobile al buio aspettando che passi. Ed è quello che rende tutto insopportabile.. vedere tutto che scorre mentre tu devi stare ferma. Al dolore credo di essermi un po' abituata.. non che sia diminuito.. ma ho imparato a convivere meglio. Come ieri che sono scappata da lavoro perché stavo di nuovo male e aumentava in fretta, ho guidato con calma facendo piccoli respiri per non dovermi fermare per strada x vomitare.. ma poi ho ceduto a un triptano, perché avevo rinunciato troppe volte a uscire con una mia amica e ieri sera proprio non volevo farlo! Che poi si è rilevata una rimpatriata tra vecchi amici che è stata proprio bella!!!

MAMMA LARA grazie x il consiglio sul libro.. me lo avevi già detto e me lo sono segnata. Sarà uno dei prossimi libri che prendo in biblioteca appena finisco quello che sto leggendo adesso. Ed è proprio vero quello che dici.. io non credevo fosse così.. e non credevo che a 2 anni un bambino parlasse così bene facendo intere frasi e fosse in grado di capire benissimo quello che dici. Io le parlo come se fosse un'adulta. Certo con parole semplici ma non faccio discorsi "finti", magari per affrontare alcuni argomenti "infavolisco" un po' le cose, ma le dico sempre la verità. (scusate il termine inventato!). 😊 😊

Che meraviglia EMMA.. e aveva solo 3 mesi!!! 😊 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Settembre 2018 08:49

Simona, momammamia che roba.

Sei bravissima anche solo a pensare a tutto il da fare che hai.

Forza carissima.

Poi ci racconterai delle tue corse e dei tuoi progressi. 😊

BRAVA ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Settembre 2018 08:44

Stella,

sei una tosta e sappi che penso ti abbiano chiesto una delle cose più difficili.

Io ho smesso di assumere gli antidolorifici nel gennaio del 2003 ed è stato una delle cose più faticose che ho mai fatto.

Io però ero una campionessa mondiale medaglia d'oro olimpica nell'assunzione di questi farmaci.

E' stato il forum ad aiutarmi e ce l'ho fatta. Sappi cara che io ci sono sempre se hai bisogno di incoraggiamento e quando proprio starai male chiamami o mandami un messaggino che ti chiamo io. Il mio motto era: "il dolore non mi uccide mentre gli antidolorifici si"

Sai quante volte Gabriele mi ha raccolto da terra i preda alle convulsioni, non le ho contate. Si faceva aiutare da Enzo o da Zeno, mi mettevano a letto e tremavo per più di un'ora.

Però è servito, piano piano il dolore è diventato diverso e riesco a gestirlo meglio.

Ascolta chi ti sta curando e dagli fiducia.

Poi sai che puoi sempre contare anche sul nostro appoggio e sostegno. ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Settembre 2018 08:36

Francesca, il cuore sarà la prossima visita.

Solo che anche in questo caso dovrò andare a pagamento, non mi fido più di andare in convenzione perché in 10 minuti penso che non ci sia il tempo di fare controlli adeguati.

In ottobre vado dall'oculista, sto scrivendo con occhiali vecchi di 4 anni perché con quelli nuovi non vedo più. Ho speso 700 euro lo scorso anno per l'ultimo paio e non ci vedo.

Quindi spero che pagando la visita questa oculista abbia un po' di tempo in più per controllare meglio i miei occhi.

Questa si dice che sia anche molto brava e forse è anche vero, sto aspettando la visita che sarà in ottobre, da aprile.

Per il cuore voglio proprio ci guardi bene, perchè le galoppate e i salti che fa non mi piacciono proprio. Anche perchè mi sveglia in piena notte mentre dormo tranquilla, quindi non è che ho bisogno di stare calma.

Ma forse non ne parlerò nemmeno con il medico, prenoterò una visita da una dottoressa brava chiedendo informazioni un po' in giro. Però andrò da una donna.

Mi spiace per come il mal di testa ha condizionato la tua giornata di ieri.

Carissima, sai quante volte dobbiamo cambiare il corso della giornata, praticamente la maggior parte delle nostre giornate vengono sconvolte dal nostro stare. Sai che io ormai guardo più a quello che faccio piuttosto che porre l'attenzione a quello che non faccio e se faccio confronti con tanti che stanno da Dio mi accorgo che poi non è che faccio molto di meno. Anzi.

Poni l'attenzione su quello che fai e vedrai che non avrai niente da invidiare a nessuno.

Scusami se mi sono permessa

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Settembre 2018 08:24

Cris, bellissimo il libro di Alice Miller "il dramma del bambino dotato".

Un libro che per me è stato una rivelazione.

Ho sempre cercato di ascoltare i miei bimbi ma ancora di più avevo tempo per vedere e ascoltare Emma e un giorno ho potuto capire che la Miller aveva proprio ragione.

Un giorno stavamo tornando a casa da Bologna Enza Emma, che aveva 3 mesi ed io. Emma stava facendo i capricci perchè era stanca e aveva abbastanza fame, una volta arrivata ci siamo affrettate perchè Enza voleva sistemare Emma il più presto possibile. Emma era diventata ormai inconsolabile e piangeva disperata.

Nel frattempo Enza si accorge che non trovava più un documento e in quel momento la sentivo parecchio preoccupata. Era un documento molto importante.

Behh, non ci crederai ma Emma in quell'istante ha smesso di piangere e non ha più fiato. Sentiva che sua mamma era in difficoltà e stava facendo la brava per non aggiungere preoccupazione a Enza.

Per fortuna Enza ha trovato il documento e Emma ha potuto dimostrare che tutto andava bene tornando a fare urla assordanti.

I bimbi hanno capacità che neppure osiamo immaginare

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Settembre 2018 08:09

Buongiorno a tutti.

Cris, scusami, dimenticavo che ti sarebbe servito sapere dove faremo l'incontro il 10 - 11 novembre Cerco di mandarti una foto con anche l'indirizzo non appena riesco.

**Stella1** Martedì, 11 Settembre 2018 22:26

Buonasera Amiche carissime... quante belle parole che ho letto.. tanta carica in tutte voi... vedo che la settimana del "ricomincia Tutto" è partita alla grande... mi spiace per Mamma Lara per il suo cuore che fa i capricci...

Botulino fatto. Ma oggi per me ci sono state delle novità a livello medico. Devo fare una sperimentazione. Mi devo mettere alla prova. Sono preoccupata. Carichissima... Ansiosissima. Nervosissima.

NON LO SO NEANCHE IO COSA PROVARE...

praticamente in questi tre mesi devo provare a non assumere nessun antidolorifico!!!! Calcolate che io prendevo da terapia due palexia al giorno (che già da oggi sono stati tolti dalla neurologa). Dovrei non prendere neanche la tachipirina. Avendo io una cefalea resistente ai farmaci. E divenendo ricorrere alla disintossicazione ormai spesso. Dobbiamo fare questo esperimento. Di modo che il botulino faccia ancora più effetto. Ho ANSIA... MA NELLO STESSO TEMPO PER ME È UNA SCOMMESSA CON ME STESSA. Sono fatta così.. Ovviamente fino a che non sto morendo stecchita... 😊 facile parlare

prima... 😊 me la faccio anche sotto infatti... vediamo se riuscirò a farcela. È ovvio che non sono

costretta. Se sto malissimo Posso prenderli. Volevo condividere con voi questo mio incontro neurologico inquietante... stravolgente... vi abbraccio ☆

**francesca63** Martedì, 11 Settembre 2018 22:12

Buonasera a tutti.

Oggi il MDT ha condizionato l'intera giornata. ...e mi sembra che il tempo sia stato sprecato. E una sensazione pessima che mi amareggiato. Cerco di cambiare il corso della giornata ma... E difficilissimo.

LARA i farmaci talvolta scatenano più effetti collaterali che terapeutici e quindi la nostra adesione crolla... Avere il batticuore e proprio fastidioso...e quindi credo che trarrai benefici dalla fisioterapia. ... Ci sta magari anche una visita cardiologica. ...

Come ci sta che tu respinga al mittente il Lexotan! !!...e .taccio

PAULA1 Anch'io sento ancora il caldo. Mi opprime l'umidità che sembra proprio non arrendersi.

SIMONA mi hai fatto sorridere circa l'attività fisica che dovrai praticare. Cronometrata per giunta....tifo!!!.

CRI83 Chiara è una bimba specialissima....

Buonanotte a tutti.

**Simona** Martedì, 11 Settembre 2018 21:26

passo per un saluto veloce e tralascio il mio stare perché ho passato giornate difficili ma amen.. grazie alle amiche che hanno gioito e che fanno il tifo x me in questa impresa in cui mi sono lanciata.. non è facile per niente e siete di certo più ottimiste di me..

Paula grazie della tua disponibilità. . la prossima settimana ho 3 giorni di corso dalle alle 18 e poi 6 sere suddivise il 2 settimane di un altro corso.. ho cominciato a studiare un manuale di 1000 pag. e mi sto allenando a fare le flessioni. .. devo allenarmi anche nella corsa, 1 km in 5 min e 25 sec devo riuscire a fare ma sono sotto antibiotico e fisicamente non troppo in forma quindi aspetto ancora il fine settimana prossimo x iniziare anche questo allenamento. . cosa dire.... l'impegno ce lo metto.. poi andrà come deve andare..

un'ultima cosa... Annucchia grazie di aver condiviso la gioia della festa di tua sorella... sono felice di questo traguardo e spero ce ne siano tanti altri

Buonanotte a tutti

**paula1** Martedì, 11 Settembre 2018 20:15

Buona sera a tutti..,qui ancora un bel caldo... 🤔 io sono sempre a lavorare nel reparto di Medicina, domani apriamo anche una parte del mio reparto, ma ci sono le principesse 🤔 e l'uomo di fatica 😓😓 per adesso sta ai piani bassi...oggi poi che c'era la Commissione (in parole povere quelli che ci danno i soldini per le lungodegenze) abbiamo messo sull'attenti tutti i pazienti anche i più comatosi... 😓 una fatica immane... 🤔 la testa ci ha provato, ma le ho detto che non era proprio il caso... 😓

**Elisabetta** Martedì, 11 Settembre 2018 13:04

CRIS che belli i tuoi racconti di vita! E quanta gioia sai dare alle nonne. Accordando loro fiducia e considerazione dimostri una grande sensibilità. Non è da tutti....

Un abbraccio a te e a Chiara e buona giornata a tutte voi, amiche carissime.

**Cris83** Martedì, 11 Settembre 2018 11:19

MAMMA LARA hai fatto bene a smettere con le punture.. con il cuore non si scherza. Ma io cercherei di fare una visita cardiologa quanto prima..

Sono contenta di sentirti un pochino meglio anche se sempre dolorante..

Forza sempre! ti voglio bene!

quanto tempo c'è ancora per mandarti qualcosa di scritto? Non mi viene molto in questo momento.. devo aspettare un momento più ispirato.

**Cris83** Martedì, 11 Settembre 2018 11:17

Ciao a tutti!

Sono riuscita a leggervi..

FEFFE mi sono stampata il numero di Cefalee today per leggerlo con tutta calma dopo.. ma intanto complimenti davvero e grazie di cuore per quello che fai!

Feffe, Paula e Stella io adoro la sardegna.. ci sono stata per diverse estati in vacanza, ad Aglientù un paesino vicino a Santa Teresa di Gallura. Poi da lì con i miei abbiamo girato un bel po'.. posti e persone incantevoli. Spero di ritornarci un giorno.

PIERA è assolutamente vero quello che dice LARA e GIORGIO.. trovi sempre delle citazioni adatte alla situazione. Però volevo precisare che secondo me non trovi solo citazioni.. anche le frasi di tua invenzione sono sempre belle e adatte alla situazione. E non solo tu... arrivano perle da tutti qui.. soprattutto da LARA e da ELISABETTA.

Grazie per i pensieri per mia sorella.. sì.. lei sto vicino.. di più non posso fare. E che se doveva comportarsi così avrei preferito che succedesse magari prima.. sì è vero le bimbe sarebbero state più piccole ma mia sorella avrebbe avuto 30 o 40 anni invece di 50. Quando uno è più giovane.. ha più voglia di mettersi in gioco.. magari trovare qualcun altro.. Ho paura che così resterà sola.. non si può mai dire è vero.. ma non mi sembra il "tipo" da trovare qualcun altro.. E comunque sicuramente meglio sola che con uno del genere.

Io oggi bene.. ieri sera mi era preso un momento di sconforto.. sono tornata da lavoro e dopo poco mi è entrato un attacco di emicrania.. quando penso di passare 2-3 giorni senza lui torna cattivo e velenoso più che mai. Non riesco a guardare la tv, né a parlare con Michele né a dormire.. quindi ho passato un paio d'ore con gli occhi chiusi al buio senza fare nulla. E questi momenti qui proprio mi distruggono. Poi per fortuna è calato un po' e sono riuscita a dormire.

STELLA che bel messaggio.. sono molto felice anch'io che tu sia qui con noi.. sei stato un grande "acquisto" per questo forum. Percepisco sempre una forza immensa dai tuoi scritti..

ANNUCCIA auguri a tua sorella..anche se in ritardo. Sono andata proprio ora a sbirciare le foto su Facebook e siete davvero bellissimi e sprizzanti di gioia.

I bambini sono una gioia ma sono impegnativi, credo sia normale. Poi crescendo forse diventa un po' meno complicato.. forse. Anche con mia mamma e mia suocera sono sicura che a volte sia un po' faticoso tenere chiara, anche se non me lo dicono. Io soprattutto con mia mamma, che ha qualche difficoltà in più sul piano fisico le dico sempre fai le cose più semplici e che preferisci.. se le vuoi far vedere le foto sul telefonino o un po' più di tv.. o altre cose fallo. Sono io che metto paletti e regole, se le nonne la viziano un po' di più mi sta bene. Poi ho sempre sentito dire che con le mamme i bimbi sono più capricciosi e stanno meno "buoni", ma non so perché con me è il contrario. Lei è una bambina piuttosto brava, fa pochi capricci ed è calma ma quando siamo solo noi due (tre con tango) lo è ancora di più, forse capisce quando non sto bene o forse quando sono da sola sono più calma e lei lo percepisce.. non lo so.. ma nel gioco diventa più riflessiva, mi ascolta di più, non urla, non fa versetti, parliamo.. quando siamo a pranzo io e lei le dico sempre "facciamo dei discorsi da grandi io e te". Comunque sono molto contenta che passi del tempo con le nonne e con mio babbo.. sono convinta che sia tempo prezioso per lei e per loro.

Scusate se mi sono dilungata e scrivo sempre un po' male facendo errori.. vado sempre di fretta e non rileggo mai..

Un bacione e buona giornata a tutti!

**mamma\_lara** Martedì, 11 Settembre 2018 10:11

Ora però devo andare a stendermi un po' perchè la caviglia mi sta dicendo basta basta basta 😊

**mamma\_lara** Martedì, 11 Settembre 2018 10:10

Elisabetta, sai quante volte scrivi ciò che vorrei scrivere anch'io.  
Grazie carissima.

Qui va tutto bene ♥

**mamma\_lara** Martedì, 11 Settembre 2018 10:09

Margaret, in bocca al lupo a Delia per il suo primo giorno di scuola.  
Mi viene in mente quando ci raccontavi di averla portata in quel posto dal nome spaventoso ma dove sicuramente sarebbe stata benissimo, era l'equivalente del nostro nido, ma chiamato con quel nome aveva un po' di inquietante.

Spero carissima che tu possa continuare con la dieta. E sappi che a me anche questo mese mi sono tornate le shadows dai più di una settimana, ma per ora niente attacchi. Quindi va benissimo.

Però come hai detto tu il vortice nel quale sei ti lasci ben poco margine per occuparti di come stai.  
Mi piace carissima, vorrei poterti aiutare di più. ♥

**mamma\_lara** Martedì, 11 Settembre 2018 09:56

Stella, dai va che di forza ne hai parecchia anche tu.

Una persona che ho amato immensamente mi diceva una frase che non mi va mai via dalla mente:  
"Non esiste una persona più forte e più bella di quella che è stata segnata da Dio".  
Lui con questo mi voleva dire che il mio star male era un modo che mi distingueva dagli altri e tutte le persone speciali avevano la loro diversità.

Tutto di buono carissima.

**mamma\_lara** Martedì, 11 Settembre 2018 09:39

Francesca, sto un po' meglio.

Però ho deciso che le ultime combinazioni di iniezioni non le faccio. Gli ultimi giorni il cuore fa sbalzi che proprio non mi piacciono. Ho dei momenti che fa dei salti per una decina di secondi e non vanno proprio bene.

Poi parte con battiti che proprio non riesco a reggere. Nessuno si è preoccupato per questo e devo preoccuparmi io perchè tanto qui regna l'abbandono.

Ho spiegato che ho il cuore che non va bene con quelle terapie, ma fino ad ora sembra sia una cosa da niente, però svegliarsi con il cuore che per una decina di minuti va all'impazzata e hai presente che faceva dei sussulti che sembrava uscisse dal petto.

basta, meglio tenermi il male per un po' di tempo in più ma mica posso stare in queste condizioni.

Poi andrò da un cardiologo, così avrò diagnosi fresche.

Quelle vecchie me le hanno ribate quando ho traslocato, le avevo messe in uno scatolone con tutte le cose del computer e mi hanno rubato tutto lo scatolone. Ora devo rifare tutto perchè avevo documenti che avevo solo in cartaceo.

Ora purtroppo serve tutto documentato e se non hai documenti nessuno si prende la briga di ascoltarti.  
Scusami la filippica, ma dovevo spiegarti il perchè decido di smettere di farmi quelle iniezioni.

Però sto meglio.

Devo dire che serve molto il trattamento che Gabriele mi fa alla caviglia, piano piano sta diminuendo il gonfiore e anche il male.

La schiena fa ancora male ma a quella ci pensa Filippo.

Poi andrò dal medico e con calma gli dirò come la penso.

Di certo so che non succederà niente, penserò di me che sono una pazza furiosa, ma tanto sai quanto mi interessa di quello che pensa lui. Cambierò medico, questo mi ero dimenticata di dirlo.

Poi mi porterò la boccettina di Lexotan .....

**mamma\_lara** Martedì, 11 Settembre 2018 09:23

Nico, fai bene a sentire anche un centro specializzato per il ginocchio di tuo marito.  
Speriamo che qualcosa in più a tranquillizzarvi arrivi.

**mamma\_lara** Martedì, 11 Settembre 2018 09:21

Buongiorno a Tutti.

Annuccia, non oso neppure immaginare la vostra gioia che è anche la nostra. Siamo state sempre al vostro fianco in quella che è stata una vera lotta quotidiana. Sapessi che sensazione mi hanno dato le foto che ho appena visto. Ho il cuore che mi scoppia di gioia e questo mi sta facendo un gran bene. Sappi cara che non riuscirò mai a descrivere ciò che ho nel cuore. Ma so che tu capisci. Porta a Rosella un abbraccio e dille che è grande grande perchè dentro ci siamo in tantissimi. ♥

Per i bimbi piccoli è assolutamente normale ci si stanchi. Meno male che Emma non era una bimba troppo impegnativa, ma per me alle volte lo diventava quando la portavo fuori. In casa aveva casa a disposizione e in tutto il periodo dei suoi primi 10 anni ho rinunciato ad avere ordine. Buttavo tutto in una stanza e all'ordine li non ci pensavo. Però sento tanta nostalgia di quei tempi, di quando mi arrivava in cucina vestita di ogni diavoleria di abiti che trovava per casa. Ho ancora foto di quei bellissimi abiti. Lei un po' si vergogna 😊

Grazie carissima amica, grazie per tutto quello che ci racconti. ♥

**nico26** Martedì, 11 Settembre 2018 08:40

Buongiorno a tutti e a tutte e Annuccia le foto del compleanno Erano meravigliose ed oltre la location stupenda Si vedeva palesemente lo stato d'animo di tutti voi ...una gioia immensa... Una serenità che rimarrà per sempre dentro i vostri cuori. Cambiando discorso invece per il ginocchio di mio marito stiamo facendo varie valutazioni andando anche a Monselice in questo centro stupendo di ortopedia perché la prospettiva sarebbe una parziale protesi monocompartimentale del ginocchio.... Non vi dico in questi tre mesi quanto involontariamente mio marito mi ha buttato addosso ma va bene così l'amore è questo giusto.... Sperando però che gira il timone 😊 Lara♥♥♥♥

**francesca63** Martedì, 11 Settembre 2018 07:51

LARA come stai?

Grazie per tutto ciò che fai per noi....

**francesca63** Martedì, 11 Settembre 2018 07:50

Salve a tutti.

STELLA Buon. ...botulino allora!!!!

Spero sortisca i suoi benefici....

Non credo di sopravvalutareti. .anche perché siamo in molti....

Splendida giornata a tutti...

**Stella1** Martedì, 11 Settembre 2018 00:29

Grazie Francesca... ma mi sopravvaluti... in molti lo fanno... cmq ti ringrazio infinitamente... domani mi aspettano le 35 punturine nella cabeza... 😊 ... Mamma Lara spero tu stia trovando un Po di pace nel frattempo... buonanotte ☆

**Margaret** Lunedì, 10 Settembre 2018 20:26

SIMONA benone direi..Mamma LARA come stai? Io sono nel tutto è ricominciato e in più Delia in prima elementare..La testa è stata terribile; quando arriva l'attacco è feroce per 3 giorni di seguito e non molla..Ora farò un bilancio a fine mese..Vi mando un abbraccio e sappiate che sono un vortice ma vi penso

**Margaret** Lunedì, 10 Settembre 2018 20:23

Buonasera a tutti. ANNUCCIA evviva, sono davvero emozionata per voi..

**Elisabetta** Lunedì, 10 Settembre 2018 20:18

ANNA, tutti coloro che ti conoscono da tanto tempo sono certa che sentono la vostra festa come la loro festa. Possiamo dire : finalmente una gioia?

Queste opportunità permettono di ricaricare le batterie in ogni senso. Un abbraccio grande e forte a te e a tua sorella.

E, naturalmente a tutte voi, amiche mie.

**francesca63** Lunedì, 10 Settembre 2018 20:01

STELLA la malattia o meglio il trattato di patologie non mi pare proprio ti abbia ucciso l'anima..o almeno io non lo percepisco così. ..

Ti avrà fatto cadere tante volte. Ma ti sei rialzata più velocemente ogni volta. Insomma sei in vantaggio tu!!!!

Bravissima...

Buonanotte a tutti.

**francesca63** Lunedì, 10 Settembre 2018 19:56

Buonasera a tutti..

Mi sono Impasticcata. ...

ANNUCCIA sembrava ci fossimo anche noi su quel terrazzo a festeggiare tua sorella!!!!Che meraviglia...sono proprio contenta della festa sorpresa ( ? )

**Stella1** Lunedì, 10 Settembre 2018 17:35

Annuccia.... ti capisco perfettamente.... vivere momenti di gioia e di festa così eccezionali con la propria famiglia per noi è un grande successo ed una Gioia immensa... La viviamo in maniera più amplificata perché riusciamo a viverci un giorno di serenità senza dolori con i nostri cari e vediamo le persone che amiamo felici... e solo NOI sappiamo quanto tutto questo ha valore...

Francesca si hai ragione sono entusiasta perché il carattere io sono una persona molto dinamica e sentirmi inutile... statica... costretta in un letto 15/20 giorni al mese mi ha ucciso l'anima... .Ma ho dovuto farci i conti ormai.. ed ogni volta che sto meglio cerco di trovare le forze per inventarmi cose nuove e concentrarmi per fare il più possibile in quei giorni col sorriso che non mi manca mai...

Quando sono in ospedale... (ormai mi conoscono tutti all'umbeto I) le infermiere, i medici, le dottoresse.. Quando capita che magari mi incontrano e mi presentano a qualche paziente o collega dicono di me questo... che ho una gran forza... e che ho uno splendido sorriso... (anche se spesso io dentro di me non l'ho pensata come loro) Ma è normale... Non siamo macchine... siamo esseri umani... cadiamo e ci rialziamo. Sperando...più forti di prima.. ☆

**Annuccia** Lunedì, 10 Settembre 2018 14:31

SIMONA, grande occasione per te. Ce la fari ne sono certa. Comunque in bocca al lupo!

**Annuccia** Lunedì, 10 Settembre 2018 14:31

Posso dire una cosa????? stamani ero contenta di essere sola soletta e di poter fare le cose con calma. Non so se tutti i bambini di oggi sono così, ma loro sono tanto tanto impegnativi .... Lupo fino a che è stato solo era molto gestibile ma con Giulia è diventato tutto più complicato. E' molto geloso della sorellina. Ieri quando sono andati via Roberto ed io eravamo due zombie, ma con calma abbiamo messo tutto a posto. Grande gioia averli per carità, non vorrei essere travisata, ma voi sono sicura che mi capite.

**Annuccia** Lunedì, 10 Settembre 2018 14:28

Buon inizio settimana a tutti! sono rientrata nella mia amata routine. E' stata una settimana faticosa ma piena di emozioni . Giovedì c'è stata la festa di mia sorella che ha compiuto 60 anni, che traguardo per lei!!!!!! grande festa su una terrazza di un hotel in pieno centro, panorama mozzafiato. Eravamo 30 e Enrico e Alessandra sono stati bravissimi ad essere riusciti a venire e partecipare. Roberto ha fatto fare una torta mega dalla Bindi . Insomma tutto bello , tutto bene. Non sapete che gioia è scrivere questa cosa sul mio amato Forum, sono tanti anni che mi seguite nelle mie vicissitudini e un evento così bello avevo piacere di dividerlo con voi. Non sono capace a mettere le foto qui , altrimenti lo avrei fatto.

**francesca63** Lunedì, 10 Settembre 2018 13:58

STELLA ti sento nonostante tutto entusiasta.

Ricominciare e un verbo che conosciamo bene...ma talvolta non è così negativo...anzi a volte mi sa di svolta. ..positiva!!!!

**francesca63** Lunedì, 10 Settembre 2018 13:55

LARA mi piace che alla terapia farmacologica manifesti degli effetti collaterali.

Spero Jon siano più pesanti di quelli positivi.

Certo a fare la differenza sarà la fisioterapia. ..ti rimetterà sicuramente in sesto....

Buon proseguimento a tutti.

**francesca63** Lunedì, 10 Settembre 2018 12:01

Salve a tutti.

VALE 23 ricambio i saluti. ...ti pensavo proprio ieri....

**Cris83** Lunedì, 10 Settembre 2018 10:17

Comunque non importa caso mai aspetto un altro po'.. anche per prenotare il treno..

vi leggo dopo.. intanto buona giornata!! 😊

**vale23** Lunedì, 10 Settembre 2018 10:12

Buongiorno, volevo salutarvi tutti e ....niente, un abbraccio

**Cris83** Lunedì, 10 Settembre 2018 10:09

Buongiorno..

come state? ora vi leggo.. volevo solo qualche info su ferrara a novembre.. più che altro se c'è un posto già deciso dove ci troviamo così mi regolo x prenotare albergo o b&b

**Stella1** Lunedì, 10 Settembre 2018 09:33

Buongiorno a tutti... Questa è la settimana del "ricomincia Tutto" 😊 scuola.. Lavoro... botulino... tante cose... si riprende la vita di sempre.. "lavoro" si fa per dire... si fa quel che si può... quelle poche ore che lavoro con i bimbi.. 6 ore a settimana... l'unico lavoro che mi è rimasto... da che ne lavoravo 15/18 al giorno... beh la mia vita è nettamente cambiata... ma devo dire che ho capito una cosa di tutto questo... il nostro corpo ci parla.. ed il mio ha detto basta... era troppo. Bisogna trovare la giusta misura prima che sia troppo tardi.. ed io non l'ho trovata... ma va bene così... Adesso ci si adegua ugualmente... pronta a ripartire con questa settimana... La carica non manca... vi abbraccio immensamente ☆

**nico26** Lunedì, 10 Settembre 2018 08:59

Buongiorno a tutti e a tutte da casa ancora fino a giovedì alle ore 13:00 Quando rientrerò al lavoro e penso che sarà un delirio ma provo a lasciare andare e a non pensarci e fino a giovedì...

Lara Sono contenta che tu possa stare un po' meglio e spero che questo sia solo l'inizio del miglioramento.

Feffe eri bellissima ieri al dog days con il tuo cagnetto meraviglioso

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Settembre 2018 07:50

Sul fronte caviglia diciamo che qualcosa sta migliorando. Il male non va più così male e il bene va un po' meglio.

Ci sono alti e bassi ma riesco a stare seduta un po' di più.

Cerco di non forzare perchè fa presto la situazione a peggiorare, alle volte basta un gesto.

Cerco di fare la terapia che mi ha dato l'ortopedico anche se mi causa notti insonni e tanta tachicardia.

Sapete che sono bradicardica, i miei battiti normali sono circa 40 - 42 battiti al minuto. Con questa terapia arrivo anche a 90 al minuto e sono un continuo tremolio per tutto il corpo nonostante la mia terapia con il betabloccante.

Cerco di resistere perchè il prossimo sabato finisco tutte le iniezioni e spero mi portino un po' di benessere.

Sono un po' scettica, perchè lo stare meglio mi è venuto più dal trattamento che mi fa Filippo, ma è giusto possa dire che ho fatto tutto quello che potevo per stare meglio.

Il cuore però ogni tanto balzella come se fosse sulla giostra tagadà 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Settembre 2018 07:43

Stella, sai che in molti abbiamo avuto la tua stessa impressione quando abbiamo trovato il forum, è stato come fossi uscita da un isolamento privo di ogni via d'uscita.

Sono proprio felice di avverti qui con noi.

E grazie a te per averci scelto e per stare con noi.

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Settembre 2018 07:40

Buongiorno a tutti.

Paula, leggo che al tuo lavoro continua tutto come da copione.  
Non so che dire, i pazienti ne fanno le spese di certo quando ci sono queste condizioni. Mi spiace perchè lavorate tutti in condizioni di precariato.

Io con i dialetti sono una frana, fin da piccola mi sono sempre rifiutata di parlare sia il mio che quello degli altri, ma penso sia proprio una mia mancanza. Ho parlato l'italiano (male) fin da piccola e ancora adesso parlo pochissimo il dialetto con le mie sorelle, poi quando parlo italiano mi prendono in giro perchè dicono che faccio la sofistica. 😊 Parola dalla quale mi sento lontana anni luce. Però siccome faccio sempre attenzione a ciò che mi dicono cerco di tenere ben in mente questa parola e cerco di starle lontana. 😊

**Stella1** Domenica, 09 Settembre 2018 21:06

Buonasera spero sia stato un buon fine settimana per tutti... oltre le difficoltà che ci continuiamo a portare dietro che purtroppo leggiamo.. qui.. ma che ci aiutano ad andare avanti... siete la mia forza... l'ho detto a Mamma Lara e lo ribadisco a Voi... Non mi sento più sola... finalmente... grazie di cuore di esserci. ☆

**paula1** Domenica, 09 Settembre 2018 18:04

Buon pomeriggio a tutti...oggi finalmente sono di riposo, ma col male alle gambe tanto che ho dovuto prendere il solito antidolorifico...domani lavoro e dovevo essere a casa, poi non si sa niente...come dicevo è l'anarchia...hanno messo delle persone in ferie e non si sa come aprire e gestire i reparti di chirurgia..mi sembra che le coordinatrici siano alla sbando..... 😊 😊

è ancora caldissimo e le zanzare sguazzano... 😊 😊

STELLA sì sono io di origine sarda da entrambi i genitori e tutto il parentame, però sono nata a Bologna...la lingua sarda non la parlo, però parlo e capisco il bolognese...infatti nel reparto dove sono adesso, i pazienti, in prevalenza anziani, parlano spesso in dialetto sono contenti se qualcuno li capisce... 😊 😊 😊

SIMONA caspita!! sono felicissima che ti sei iscritta al corso-concorso nella polizia municipale, in questo modo ci sono più possibilità di passare le prove e te lo dico perchè il marito di mia sorella è entrato così...anzi ha fatto due concorsi (Bologna e San Lazzaro) e li vinse tutti e due...adesso sta facendo carriera l'hanno nominato vice comandante...se hai bisogno di qualche informazione chiedi pure che gliela giro...è una persona molto disponibile...

**mamma\_lara** Domenica, 09 Settembre 2018 09:42

Stella, vedo poco la tv e ci sono programmi che registro, detesto la pubblicità.  
Vedrò questa ragazzina che dici poi ti dirò

**mamma\_lara** Domenica, 09 Settembre 2018 09:41

Francesca, ci sono mesi un po' peggiori degli altri, poi ognuno ha i propri, per me i più faticosi sul lato MDT sono i mesi più caldi, però questo è sempre un sentire personale.

Si cara, mi sento in ottime mani, solo che ci vuole tempo. La mia schiena non è messa bene e la caviglia forse è la messa peggio. E' così da tantissimi anni e negli anni mi sono stancata di dire che mi faceva male. Però va bene lo stesso, meglio arrivarci tardi che mai. Ora vedrai che non la trascurerò più 😊

**mamma\_lara** Domenica, 09 Settembre 2018 09:36

Buongiorno a tutti.

Nico, ieri giornata no.  
oggi scarico il tuo scritto.  
Poi spedisco tutto a chi di dovere, saranno loro a decidere.

**nico26** Domenica, 09 Settembre 2018 08:05

Buona domenica a tutti e a tutte con un mal di stomaco tremendo. 😊

**francesca63** Sabato, 08 Settembre 2018 17:49

Scusate gli innumerevoli errori...ne escono di ogni...

**francesca63** Sabato, 08 Settembre 2018 17:48

Salve a tutti.

Anche da queste parti tira aria di MDT. ...ma non ho voluto soddisfare con i soliti analgesici. Ho cominciato malissimo settembre....

STELLA e super appiccicoso....non si stanca mai...

LARA sei in buone mani...mi viene da dite così. ..

SIMONA che bel progetto stai comando

...tifo !!!!

ELISABETTA ti assoldirei per scrivere la mia tesi...fossi più vicina ti metterei all'opera...ti auguro buona Domenica...

A tutti voi.

Vi abbraccio.

**Stella1** Sabato, 08 Settembre 2018 13:47

Buongiorno a tutti... ah questo MDT che va e viene... e fa i capricci... continuo a dirgli... ehi amico... dico a te... va bene che ci conosciamo da un sacco di tempo... Però ogni tanto lasciami anche

sola 😊 si accolla proprio... Non trovate sia appiccicoso? Ieri sera ho visto i provini di X-Factor e ci sta una ragazzina di 16 anni... Martina... una cantautrice... ha fatto un successone... se vi capita andate su puoi tube a sentire la sua canzone... beh... a me ha fatto venire i brividi... buona giornata ☆

**nico26** Sabato, 08 Settembre 2018 12:46

Lara ho provato a mandarti la mail ...ho scritto d'istinto e con il cuore e vediamo cosa percepisci tu 😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 08 Settembre 2018 10:11

Simona, che bella occasione ti si presenta.

Fare il vigile è un lavoro bellissimo. Avrai l'occasione di aiutare persone in difficoltà.

Immagino che non hai dormito per il ritiro di Mattia con la squadra, però tu avresti bisogno di dormire le tue notti.

Per il disagio creato dal ponte non oso immaginare.

Spero facciano presto e senza polemiche inutili che non aiutano i cittadini.

Per il ciclo io sono stata fortunata, è andato via da un giorno all'altro e non ho più visto niente.

La ginecologa diceva che non ero in menopausa, ma si vede che che il mio ciclo se ne fregava di quello che diceva la dottoressa.

**Simona** Sabato, 08 Settembre 2018 10:05

Buongiorno a tutti voi. .qui abbastanza bene diciamo.... un po di magagne di salute ma nulla di che...anche io notte in bianco.. dall una in poi niente più sonno. .. mattia ieri è partito x il suo primo ritiro con la squadra. . torna domani. . forse ero agitata x questo, non so...

mi aspetta un mese tosto.. mi sono iscritta al concorso per diventate vigilessa e da lunedì inizio un corso in preparazione al concorso.. materie difficili x me ... ci sono anche prove fisiche da superare e boh. .. vedremo... ne assumono subito 40 poi altri 300 nel giro di 2/3 anni... qui dopo il tragico "incidente" del ponte il traffico è una cosa disastrosa.... si vive in una condizione apocalittica e non sono ancora iniziate le scuole...

il ciclo/spotting mi accompagna dal 20 agosto... mercoledì sono andata dal ginecologo dice tutto ok ma se non mi si regolarizza il ciclo entro 1 mese e mezzo bisogna mettere spirale. .

buon fine settimana a tutti voi

**mamma\_lara** Sabato, 08 Settembre 2018 09:46

Elisabetta, buon fine settimana anche a te carissima.

**mamma\_lara** Sabato, 08 Settembre 2018 09:45

Nico, si, sono certa che Filippo mi aiuterà a stare bene.

Grazie carissima.

**mamma\_lara** Sabato, 08 Settembre 2018 09:44

Buongiorno a tutti.

Notte in bianco fino alle 6 di questa mattina. Non è stato il dolore a tenermi sveglia, non saprei neppure il perchè se devo essere sincera, ma il sonno non arrivava.

Che notte strana, sembrava di avere sonno poi non appena ho messo i piedi a letto ero sveglia come se avessi bevuto mille caffè.

So che sono anche i farmaci a darmi una agitazione che di solito non ho, ma l'ortopedico mi ha detto di fare queste iniezioni a giorni alternati e sapete bene che io eseguo sempre ciò che mi viene prescritto.

Dopo un po' pensavo di alzarmi, avevo l'idea di disturbare Gabriele, poi piano piano mi sono concentrata sul suo sonno e ho sentito che sentirlo respirare mi faceva bene. Lui russa, ma per me il suo russare e come una ninna nanna, mi tranquillizza e mi fa pensare che se russa vuol dire che è lì, quindi va tutto bene.

Quanti pensieri si fanno nelle notti insonni e per fortuna i pensieri che faccio in queste notti sono sempre positivi.

Guai a fare pensieri tristi in queste occasioni, se succede di farli non te li toglie più d'addosso.

Così ho curato i dettagli di una cosina che ho in mente. ♥

Ho dormito poco, ma ho tempo di recuperare.

Le cose "difficili" le ho già fatte. 😊

**Elisabetta** Sabato, 08 Settembre 2018 09:05

FEFFE, complimenti per la profondità di pensiero e lo spirito di servizio che traspaiono dalla tua intervista. E grazie per l'impegno.

Buon w.e. a tutte voi, ragazze.

**nico26** Sabato, 08 Settembre 2018 08:19

Buon sabato a tutti/e

Lara non sapevo che Filippo fosse anche un fisioterapista. Sei in ottime mani. Francesca lo sono anni che mi curo con l'omeopatia che io chiamo medicina integrata. Nel senso che credo che la medicina tradizionale sia assolutamente necessaria in determinati momenti, ma se posso oltre al sintomo cerco di capire l'origine del mio malessere che è l'origine dell'omeopatia. Poi come dici tu ognuno è libero e deve essere spezzato per le proprie scelte. L'importante è che qualsiasi scelta una persona faccia lo faccia stare bene. Che parole contorte che ho detto ma mi avrete capito : 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 20:56

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

Vi voglio bene ♥

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 20:55

Piera, è vero, penso tu abbia una sensibilità particolare per ricordare ma anche per capire non solo con la ragione la scelta delle frasi, penso proprio sia un dono quello che hai.

Grazie. ♥

**Piera** Venerdì, 07 Settembre 2018 20:23

stella te la ricordi anche tu la frase? Sai io sono una copiatrice "seriale", anche quando leggo, mi segno le frasi che più che mi colpiscono, mio marito Giorgio e anche Lara, mi dicono che la mia dote è poi ricordarle e trovare la più adatta ai vari momenti e situazioni.....

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 16:55

Vado, scrivere da stare in piedi mentre si fa finta di camminare fa venire la nausea 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 16:52

Francesca, poi non è che Filippo non abbia titoli, ne ha abbastanza per essere un assistente alla didattica di Medicina Osteopatica dell'Università di Ferrara  
qui c'è il link

[Clicca qui](#)

dimenticavo, ci sono due che hanno nome Filippo, lui è uno di questi. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 16:46

Stella, me lo sono proprio goduta il concerto dei Tazenda, eravamo pochissimi e io neppure fiatavo. Una signora vicino a me mi ha chiesto cosa dicessero le parole delle canzoni, io ovviamente le ho risposto che non conoscevo nessuna parola ma mi fidavo della musica e di ciò che mi trasmetteva. Seduto vicino a me c'era uno dei loro accompagnatori, non ho ben capito che ruolo avesse. Così nella pausa mi sono vista arrivare il loro cantante e me lo sono abbracciata. Da non credere.

Per le lotte che devo fare con Gabriele, sappi cara che lui boccia tutte le mie proposte. Per questo io quasi sempre faccio ciò che mi pare senza neppure chiedere il permesso.

Poi glielo dico e lui prende atto.

Prima di fare questo, dovevo discutere per.

Poi se sono cose importanti dico così: "tu di quello che ti pare ma per me è questo che voglio fare". 😊

Lui però ha carta bianca su tutto quello che vuole fare. A me va sempre bene tutto. Non ho fiato da sprecare 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 16:38

Francesca, Filippo oltre che ad essere osteopata è anche Fisioterapista.

Poi a me piace tantissimo la cura che ci mette nello spiegare le reazioni che ha il nostro corpo.

Sono certa che mi farà del bene.

Grazie carissima, sono certa che tu sarai una bravissima farmacista. ♥

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 16:35

Piera, bellissima la frase.

Grazie, già messa insieme alle tante che mi hai suggerito.

E so che ti fa piacere, ma la stessa frase per il papà di Michele è quella che mi hai suggerito per il mio amatissimo cugino.

I figli ne hanno fatto un grande quadro e ora fa bella mostra in ognuna delle loro case.

Sapevo che sarebbe piaciuta tantissimo.

Grazie. ♥

Grazie per avermi fornito le origini di Giorgio. Mi fa piacere saperlo. Me lo segnerò così non dimenticherò

**francesca63** Venerdì, 07 Settembre 2018 14:08

Salve a tutti..

Oggi ho un appuntamento per agopuntura...

FEFFE81 bravissima ...ho letto l'articolo che ti vede protagonista. ..grazie mille per "averci "dato voce. LARA spero che la tua caviglia faccia la brava!!!!

Aggiungo che concordo con l'affermazione del tuo fisioterapista. ..siamo un complesso di funzioni non disgiunto tra loro. E un po

quello che professa l'omeopatia . Tanti pazienti ci si affidano per questo è per l'ascolto che ricevono.

Fare l'omeopata è molto complesso e richiede grandissima professionalità.

E detto ciò non voglio innescare alcun dibattito. ..per fortuna ognuno di noi può scegliere. Il farmacista ad es ha poche competenze in questo ambito...

Buon proseguimento a tutti.

**Stella1** Venerdì, 07 Settembre 2018 11:42

Piera anche io la vedo quella serie tv... è fatta molto bene... ed anche commovente direi a volte... me ricordo quella frase ha colpito anche me.

**Stella1** Venerdì, 07 Settembre 2018 11:40

Si Lara esatto sono tutte dicerie... mi hai fatto morire dal ridere sulle lampade 😄😄😄 troppo forte... Sulla musica dei Tazenda esatto ci son dei pezzi con Bertoli eccezionali... beata che hai assistito ad un loro concerto... 😊

**Piera** Venerdì, 07 Settembre 2018 11:23

lara il paese della nonna di Giorgio e' Ermopouli nell'isola di Syros, capitale dell'arcipelago delle cicladi .....mi piace molto una serie Tv in cui c'e' un medico chirurgo autistico e geniale si chiama Good Doctor, in un episodio ho sentito questa frase: NON VORRAI MORIRE SENZA LASCIARE NESSUNO CHE PIANGA????? 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 10:44

Elisabetta, invecchiare vuol dire anche prepararsi a perdere persone che ci hanno accompagnato per anni della nostra vita. E' questo che dobbiamo accettare, la fatica è un po' più pesante quando pensi non sia stato fatto tutto quello che potevano per salvare questa persona. Ecco, ci lascia l'amaro nello stomaco e nell'anima quando pensi che potevano fare di più.

Ma dobbiamo rassegnarci che può succedere anche questo.

Mi spiace cara per la perdita della tua amica. ♥  
Ti abbraccio

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 10:40

Piera, mi dovresti dire per cortesia il paese della nonna di Giorgio.  
Se ti va ovviamente.

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 10:39

Grazie a tutti per i pensieri che avete avuto per Sandra.  
Sono certa che li porterà ovunque decida di abitare.

Annuccia, Lella sa che ci sei.

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 10:36

Stella, mi sa che a testa dura ci sarà da gareggiare parecchio.  
Ne parlavamo con Gabriele l'altro giorno, pensa che Gabriele è una persona unica per tanto è speciale, ma in quanto a testa dura ormai ammette anche lui che ha pochissimi rivali.  
Sappi cara che devo conquistarmi tutte tutte le decisioni che si prendono, lotto anche per quante candele debbano avere le lampadine che metto nel mio studio 😄😄😄

Mi sa che ci sono delle dicerie che andrebbero proprio sfatate. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 10:32

La Sardegna, regione bellissima. Pensate che io non capisco niente di come parlano, però due concerti ho visto e uno di questi era quello che hanno fatto i Tazenda, l'altro era il concerto di Bob Dylan. Sappiate però che per me è difficile stare in mezzo a molte persone, ho la fobia dei luoghi affollati. Ma i Tazenda non me li potevo perdere. Sono stata fortunata perchè le persone presenti erano poche e mi sono goduta tutte tutte le canzoni.  
Non capito niente di quello che hanno cantato, ma i suoni delle parole e della musica Sarda è uno spettacolo dentro allo spettacolo. La musica Sarda è fatta di accordi maggiori e questi suoni mi smuovono lo stomaco come nessun'altra musica.  
Ci sono pezzi cantati anche da Pierangelo Bertoli, indimenticabili.

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 10:22

Non vi dico come sto perchè è una noia ormai, quindi sappiate che va tutto bene. 😊

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Settembre 2018 10:20

Buongiorno a tutti

Feffe, hai fatto un articolo STUPENDO. BRAVISSIMA.  
Grazie mille carissima.  
Dopo se riesco lo condivido anche sulla mia pagina facebook.

Mi ha colpito che anche a te sia arrivata la "piccola" lacuna che in tutto il corso di laurea in medicina uno studente faccia 4 ore di lezione sull'emigrania. La prima volta lo sentito dalla dottoressa Ambrosini ad un Convegno di una decina di anni fa.  
Detto questo mi taccio.

**Stella1** Venerdì, 07 Settembre 2018 10:07

Ciao Paula... hai fatto un'ottima scelta.. ahahah scherzo ovviamente... un Po testa dura.... così si dice dei sardi... anche a me lo dicono... viste le mie origini... sarà vero? lo glie lo lascio credere ☆

**nico26** Venerdì, 07 Settembre 2018 08:16

Buongiorno a tutti e a tutte il rientro dalla super meravigliosa Riccione cittadina meravigliosa della nostra Riviera che lascia sempre dei meravigliosi ricordi e ti sorprende sempre. Un abbraccio a tutte noi, nostro cuore tante volte martoriato da sofferenze.

**feffe81** Venerdì, 07 Settembre 2018 07:16

STELLA ciao, no io ho origini abruzzesi, è sardo il mio nuovo uomo 😊 PAULA invece sì ha origini sarde

**Stella1** Giovedì, 06 Settembre 2018 21:16

Feffe sei sarda? O hai origini sarde? Anche Paula?

La mia mamma è Sarda nata in provincia di Oristano... quindi io capisco quel dialetto... ma la sua piccola famiglia di 9 fratelli si è trasferita in provincia di Sassari (Valledoria nome antico Codarruina) Vicino Castel Sardo, da molti anni e quindi capisco anche questo dialetto... ma ahimè non lo so parlare... 😞 Però anche se sono nata a Roma sento la Sardegna come fosse la mia terra... La amo profondamente... in fondo sono mezza Sarda... e praticamente il paese è popolato dai miei parenti... tutti i miei cugini e procugini 😊 ☆

**feffe81** Giovedì, 06 Settembre 2018 20:02

Vorrei segnalare che nel nuovo numero di Cefalee Today ci sono anche io  
[clicca qui](#)

**feffe81** Giovedì, 06 Settembre 2018 20:01

Qui tutto bene, solo giorni di mdt e triptani e livello di stress un po' troppo elevato: ho ancora troppe cose da fare extra oltre al lavoro...non vedo l'ora che diminuiscano un po'

**feffe81** Giovedì, 06 Settembre 2018 20:00

PAULA arrivo una settimana dopo ma volevo dirti che la mia canzone preferita è "che foza in su entu"...mi spiace che i tuoi non ti abbiano insegnato il sardo, penso sia bello conoscere le nostre radici

**feffe81** Giovedì, 06 Settembre 2018 19:58

MAMMALARA ti abbraccio forte...

**Annuccia** Giovedì, 06 Settembre 2018 16:14

ELISABETTA, prendo atto di ciò che dici... l'unione fa la forza

**Annuccia** Giovedì, 06 Settembre 2018 16:13

Ho ancora Enrico con Lupo e stasera arriva anche Alessandra con Giulia. Ora scrivo da studio che in questi giorni è un vero riposo 😊 😊

**Annuccia** Giovedì, 06 Settembre 2018 16:12

CRIS.... che dire.... ultimamente sento molte di queste storie. Non so come possano fare alcuni ad avere una doppia vita e riuscire, per anni, a fingere... ma evidentemente è più più facile di quanto io pensi. Tua sorella è giovane e, spero, avrà la fortuna di poter avere una nuova vita senza ombre di nessun tipo.

**Annuccia** Giovedì, 06 Settembre 2018 16:09

Eccomi qua. Avevo letto ieri in velocità ed i miei pensieri positivi si erano attivati subito. Purtroppo, non sono serviti..... mi dispiace molto.  
Sono molto legata a Lella per quanto lei abbia il potere di starmi vicina nei momenti del bisogno.

**nico26** Giovedì, 06 Settembre 2018 15:48

Non ho parole se non dire che ci sono ...

**lella** Giovedì, 06 Settembre 2018 15:06

Lara un abbraccio forte a te e alla tua amica Lella. Vi sono vicina

**Stella1** Giovedì, 06 Settembre 2018 14:46

Lara non devi chiedermi scusa di nulla... Non sono veramente turbata di niente.. sono serena.. te lo dico con tutto l'amore di questo mondo. Se potessi vedermi in volto lo capiresti... o se ascoltarsi la mia voce ne saresti convinta forse. Son dispiaciuta di questi dolori che leggo... che affliggono la sorella di Cris.. La perdita di Sandra... sono sempre delle notizie che portano delle agitazioni nei nostri animi... "nostri" intendo esseri umani... purtroppo come ho già citato per un fatto a me accaduto... personale... ho preso un Po le distanze da certe emozioni perché le vivo tutti i giorni o quasi... e ho dovuto imparare a gestirle... ma ciò non toglie che il dispiacere nel veder soffrire gli altri rimane... La razionalità fa parte di noi... e quindi bisogna farci i conti. Vi abbraccio con grande affetto 

**Elisabetta** Giovedì, 06 Settembre 2018 13:58

Ho appena fatto sparire un messaggio.

LARA sono vicina a te e alla tua amica Lella. Anch'io ho perso da pochissimo una amica speciale e so cosa si prova. Dolore, impotenza, solitudine. Un abbraccio grande a tutte due.

CRIS, quello che è toccato a tua sorella, forse fa ancora più male. Ma suo marito non merita lacrime.

Capirà col tempo che è preferibile liberarsi di un uomo in cui non si può avere fiducia.

Mie care, un antidoto al dolore e stare insieme. E questo possiamo fare grazie al forum.

Vi abbraccio tutte

**Simona** Giovedì, 06 Settembre 2018 13:23

Lara mi spiace tanto x la tua amica Sandra. ...  un pensiero a lei e alla sua famiglia e un abbraccio a Lella e un altro per te..

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 12:06

Piera, appenarriescoti cerco la foto e te la mando

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 11:55

Mandiamoun aabbraccio fortissimo a Maurizio e al suo bimbo Dario    

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 11:54

Piera, Sandra è venuta in ospedale, ma è venutaanche cCristina un'altra volta insieme a Lella. Per non sbagliare, ti dovrete ricordare la volta che ho messo una foto su Facebook per il compleanno di Lella lo scorso anno

**Piera** Giovedì, 06 Settembre 2018 11:18

cris, mi dispiace molto per tua sorella, alla nostra eta' con alle spalle una vita intera insieme ad una persona, non e' facile farsene una ragione

**Piera** Giovedì, 06 Settembre 2018 11:16

Lara, Sandra e' quella signora che era con Lella , a farti visita all'ospedale, quando sono venuta io? Mi piacerebbe saperlo, cosi' la ricordo pensando anche al suo volto.....

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 11:13

Ora ho Lella a cui devo pensare. Lei si sentirà persa.

Devo volerle ancora più bene 

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 11:10

Scusate gli errori

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 11:09

Francesca, nessuno di noi si aspettava questo epilogo.

Forse aveva bisogno di più attenzioni visto che era una paziente con patologie serie.

Ma si sa come siamo messi su quel fronte. E qui mi taccio.

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 11:04

Cris, stai vicino a tua sorella, ne avrà bisogno.  
Situazioni difficili sempre.  
Alle volte si investe sul niente e quando si prende atto di questo, tutto si frantuma.

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 11:02

Di corsa per dire a Stella chela mmia frase, luce diversa, era positiva.  
Mi è arrivato dai tuoi scritti una nuova forza che mi ha fatto ben.  
SScusami se ti ho creato disagio, non era questo che volevo.  
Perdonami.

**francesca63** Giovedì, 06 Settembre 2018 10:09

Salve a tutti.  
LARA mi unisco al tuo dolore per SANDRA...non pensavo a questo epilogo....

**Stella1** Giovedì, 06 Settembre 2018 10:06

Stavo scrivendo il messaggio mentre Lara hai scritto di Sandra....  
MI DISPIACE MOLTISSIMO... 😞

**Cris83** Giovedì, 06 Settembre 2018 10:05

Volevo dirvi che cos'era quella cosa che vi ho rammentato tempo fa.. Mia sorella quella più grande, quella con due figli è in rotta con il marito.. definitivo ormai. Lui si è comportato non male molto di più.. ha una storia con un'altra da quattro anni e da colpa a mia sorella che è stata colpa sua che l'ha trascurato. Stavano insieme da quando avevano 15 anni.Prima l'ha lasciata e poi è tornato e le ha dato pure false speranze andandoci in ferie 10 giorni insieme.. Lei ormai è decisa a chiudere definitivamente anche dovesse tornare in ginocchio.  
.. e niente di che.. volevo solo dirvelo..  
ennesima batosta..  
ne sta capitando una dietro l'altra..

**Stella1** Giovedì, 06 Settembre 2018 10:03

Buongiorno a tutti... sono tornata indietro per leggere tutti i messaggi di due giorni... woww.. tante cose... Lara mi stringo al pensiero per Sandra. Posso capire benissimo il tuo stato d'animo in questo momento... È dura... ma lei e la sua famiglia sanno che ci sei...  
Mi spiace cambiare argomento ma devo andare per punti visto che ne sono stati affrontati molti...  
Per quanto riguarda la tua salute... So che il cammino è molto lungo... ma vedo che fortunatamente sei in buone mani che già ti hanno portata a poter stare seduta... a comunicare di nuovo... (credo che questo sia positivo?) sono davvero ignorante in materia e non capisco nulla di quello che hai... quindi qualsiasi cosa dico sbaglio... La speranza forse mi porta a dire che stai meglio.  
Per quanto hai scritto su me... Sulla tua sensazione... che mi hai "turbata" che ho una "luce" diversa... assolutamente no... forse ho dato io questa impressione per come ho scritto in quei giorni... Per quello che mi è capitato... un Po la mia storia la conosci... ho un carattere molto duro. Mi chiudo a Riccio e per me parlare diventata davvero difficile e forse esternare qualcosa in quei giorni è stato difficile ed è uscito nel modo sbagliato... stavo male ed avevo perso un amico, nulla a che fare con il forum, anzi.. mi sono sentita protetta e rassicurata qui... e non smetterò mai di ringraziare tutti 😊 .



**Cris83** Giovedì, 06 Settembre 2018 10:00

Mi dispiace tantissimo 😞😞

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 09:29

La Sandra ora abita in cielo ♡♡♡♡♡

**Cris83** Giovedì, 06 Settembre 2018 08:50

Per il calendario penso a qualcosa da scrivere.. non mi ricordo se l'anno scorso avevo scritto un messaggio o no.. dopo controllo

**Cris83** Giovedì, 06 Settembre 2018 08:47

Ciao!

Entro qui ogni mattina sperando di leggere buone nuove su LARA.. forza forza!! tieni duro.. ti voglio bene! e spero con tutto il cuore che tu possa stare meglio.. presto!  
Hai proprio ragione sugli amici che sono come fratelli.. me ne sono resa conto con la perdita di mio

suocero.. michele ha degli amici che sono come fratelli.. per lui e anche per me..  
gli ho detto proprio che ero un po' invidiosa dei suoi amici. 😊

Pensieri tutti attivati per la tua amica!

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 08:03

Annuccia, ho sentito alla tv di una esplosione a Santa Marinella.

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 07:56

Dimenticavo anche questo.

Grazie a tutte voi per i pensieri che mandate a Sandra

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 07:52

Dimenticavo, non ho corretto perchè non ne ho avuto il tempo. Segnalate gli errori per cortesia.

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 07:51

Ho la caviglia che "tira", devo andare a camminare.

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 07:50

**Veniamo al calendario Di Alleanza Cefalalgici.**

Come ogni anno sapete che i vostri commenti sono la parte che più interessa del nostro calendario. Anche quest'anno sarà fatto da vostri commenti che però come ben sapete da un po' di anni vorrebbero fossero messaggi di speranza e non di dolore fino a se stesso.

Sul subito non è che sta cosa l'ho digerita bene e un po' mi ha rosicato dentro lo stomaco e anche alla pancia. Però siccome bisogna trovare sempre una mediazione e quando non si può fare diversamente bisogna trovare il modo di uscirne "vincitori" in ogni caso.

Così eccomi a trasformare una idea digerita male in un pasto con i fiocchi.

Che forse è anche l'idea che mi avevano mandato in modo diverso da quello che la mia "sensibilità" era pronta ad accettare, perchè poi è anche vero che quando si tratta di difesa (vostra) io sono poco ragionevole, mi butto e guai a chi vi sfiora.

Prima di dirvi cosa chiedo, vi dico come la penso al riguardo.

Sapete bene cosa penso di noi e della nostra testa.

Proprio ieri parlando con Emma le parlavo di quanto io sia felice di avere la mia testa e la consideri la parte più bella di me. Lei sa bene quanto mi abbia fatto dannare, ma sa anche che la mia forza viene proprio da lei, la mia testa.

Se avessi avuto un altro modo di sentire le cose niente sarebbe stato come è stato e ripensando a me nei momenti più difficili e a lei che do il merito di avermi sempre dato la forza e la capacità di farcela.

Per questo carissime faccio affidamento sulle vostre capacità di scrivere messaggi dove la sofferenza venga trasformata in forza. Mi piacerebbe mostrasse questo lato del nostro carattere.

Sono certa che saprete scrivere il meglio.

Poi sappiamo bene che abbiamo ferite che non verranno mai medicate da nessuno, ma di questo sembra che nessuno si preoccupi.

Però un pochino avrò modo di dirlo il 31 ottobre quando porterò la mia esperienza al Convegno "Emicrania una malattia di Genere" all'Istituto Superiore della Sanità a Roma.

Li elencherò tutte le nostre ferite mai medicate. Come le elencherò il 17 novembre ad un altro Convegno a Bologna "Le cefalee: il punto di vista della Medicina di Genere".

Anche qui elencherò un bel po' di ferite alle quali nessuno ha mai pensato di dare sollievo.

E non parlo di ferite provocate dal dolore, parlo di ferite provocate dall'indifferenza e da parole dette da amici, famigliari e anche medici.

Siamo in attesa che qualcuno vi ponga rimedio.

La nostra anima è ferita carissimi, datevi da fare, perchè siamo in ritardo di anni.

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 07:28

Elisabetta, il 10 e l'11 di novembre ci mancherai tantissimo.

Io però siccome sono un'ottimista, non perderò le speranze di vederti qui a Ferrara. Sarebbe fantastico.



**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 07:26

Piera, tu e Giorgio siete una bellissima copia.

Il bello è che anche voi fate parte della mia vita e questo è una cosa bellissima

Grazie. ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 07:25

Dimenticavo.

E' inutile mi si dica che devo fare attenzione a non strafare, me lo sono detta i giorni scorsi tante volte di non strafare, poi mi accorgevo che stavo male lo stesso. La mia mente ha necessità di darsi da fare altrimenti parte per la tangente e il corpo mi sa che si adeguerà o farà come gli pare.

Non è la posizione che mi peggiora il male. Solo che quando peggioro è il segnale che devo darmi una regolata. Poi piano piano passa con l'aiuto anche di tutto il lavoro che Gabriele mi fa con quel

macchinino che sapete bene. 😊

Abbiamo già scaricato le batterie un paio di volte 😊

E' bravissimo, ieri Filippo ha detto che sta facendo un ottimo lavoro.

Povero, mi fa circa 8 trattamenti in un giorno, inizia quando si alza e finisce quando andiamo a letto 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 07:19

Veniamo a noi.

Ieri Filippo mi ha trattato e stanotte se non fosse stato per i pensieri avrei proprio riposato.

Gli ho chiesto se avesse potuto farmi più trattamenti in una settimana, ma ha scartato subito la mia proposta dicendo che non sarebbero serviti. Il trattamento ha necessità di avere tempo per ricordare i cambiamenti che ha fatto con la manipolazione, così mi devo accontentare dei benefici che piano piano mi arrivano da questa terapia. Che voglio proprio dirlo è l'unica che fino ad ora ha portato qualche beneficio.

Ora sono qui seduta e sembra che riesca a starci.

Faccio in fretta perchè serve il vostro intervento per il nuovo calendario.

Devo preparare il messaggio da mettere qui, su Al.Ce Facebook, che poi spedirò anche a tutti i contatti.

Scusate, finisco il discorso della caviglia.

Ieri ho ritirato l'esito della risonanza e la schiena è peggiorata da due anni fa.

Filippo mi ha spiegato che nel nostro corpo c'è tutto collegato e ciò che ha la caviglia non passa inosservato alla schiena o viceversa.

Così è purtroppo. Devo accontentarmi dei risultati che ottengo ma devo sapere che le mie giornate sono altalenanti come se fosse un grafico del terremoto. Tutto un su e giù di buono e meno buono.

Pazienza, investirò sulla mia schiena e dopo aver raggiunto un po' di benessere mi farò trattare ogni due mesi con una seduta. Zeno tiene a bada un dolore alla spalla che si porta dalla nascita facendosi trattare ogni volta che viene a trovarmi e le volte che Filippo va a trovare lui in Sicilia.

Si vogliono bene loro due fin da quando avevano 12 - 13 anni, si considerano fratelli. Un giorno ho incontrato la mamma di Filippo e ci siamo abbracciate perchè sappiamo che i nostri figli si vogliono un bene che alle volte tra fratelli non c'è. Mi ha detto che quando a Filippo dicono che è figlio unico, lui dice che non è vero perchè lui ha un fratello che si chiama Zeno. Per Zeno è la stessa cosa e noi in famiglia sappiamo che è vero.

Ma sarà bella sta cosa. ♥

Ora vedo se riesco a stare seduta un altro po'.

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Settembre 2018 07:05

Buongiorno a tutti.

Per chi non sa chi è Sandra, spiego che lei è amica di Lella da 54 anni e per Lella è stata sempre la sua famiglia.

Si è sentita male 4 giorni fa è il marito l'ha portata in ospedale a tardissima sera, ricoverata in medicina

d'urgenza.

La diagnosi il giorno dopo era gastrite. Una brutta gastrite.

La serata di due giorni dopo il suo stato non migliorava, la fortuna ha voluto che una sua compagna di volontariato (Emergency) le facesse visita e ha insistito perchè facessero a Sandra una TAC.

Operata d'urgenza e da quel momento non è uscita sveglia dalla sala operatoria. E' tenuta ancora sedata perchè sembra che chiudano la ferita dell'intervento questa mattina.

Mi sento una verma non poter stare vicino a Lella, a Maurizio (marito) e a Dario (figlio) tornato di corsa dall'Inghilterra dove lavora da 3 anni.

Poi c'è Lella che mi fa una tenerezza infinita. La terrei in braccio fino a che tutto non si è risolto.

Ho chiesto a tutti quelli che conosco pensieri per lei e so che non mi farete mancare i vostri.

Poi siccome le notizie brutte sembra non arrivino mai da sole, ieri sera altre notizie che proprio non avrei voluto sentire.

Ci si stanca alle volte.

Alle volte ci si stanca proprio.

**nico26** Mercoledì, 05 Settembre 2018 23:38

Un abbraccio fortissimo.Ps...Lara non mollare e pensieri positivi per chi hai trascritto.

**francesca63** Mercoledì, 05 Settembre 2018 08:23

Buondi a tutti.

LARA. ....mi dispiace tu abbia tanto dolore e abbia fatto la trottola....Confido nella nuova seduta di fisioterapia.

Certo i miei pensieri sono tutti dirottati a l la tua amica....e mi all'allargo ...a tutti noi.

Un abbraccio cara.

**mamma\_lara** Mercoledì, 05 Settembre 2018 07:02

Buongiorno a tutti.

Ci risiamo, non riesco a stare seduta. Tutta la notte in giro per casa e non si è dormito.

Ho qui Emma e tanta confusione non è che potevo farla.

Un po' sul divano ho riposato, ma si tratta sempre di pochi minuti.

Oggi vado a ritirare l'esito della risonanza, spero dica qualcosa lei.

Ma tanto so che non ci sarà nessuna nuova.

Oggi Filippo mi tratterà di nuovo e ogni volta che mi fa un trattamento sto meglio per una giornata, spero possa farmi stare bene un pochino in modo da farmi riposare un paio d'ore.

Intanto vi chiedo un favore. Sandra una carissima amica mia e di Lella ha subito un importante intervento nella notte. Li avete un po' di pensieri anche per lei?

Ora però vado perchè non voglio esagerare.

Vi voglio bene

**mamma\_lara** Martedì, 04 Settembre 2018 20:39

Carissime, questa mattina ho esagerato e tutto oggi ho un dolore fortissimo.

Spero si atrenui un po'.

Ci stiamo dando con il macchinina. 😊😊

**lella** Martedì, 04 Settembre 2018 16:04

Piera, bellissimo e toccante il tuo racconto.

Buon anniversario a te e a Giorgio

**lella** Martedì, 04 Settembre 2018 16:03

Buon pomeriggio a tutti. Lara, sono ben felice di sentire che comincia ad andare meglio. La tua forza di volontà e la "filosofia" giusta con cui affronti anche questa avversità sono di grande aiuto anche per me.

Un abbraccio

**francesca63** Martedì, 04 Settembre 2018 15:45

Ri Salve.

Carissima ELISABETTA sei preziosa. Moltissimo. Sei dotata di un grande talento. Dire le cose giuste che leniscOno in ogni momento.

Ti abbraccio fortissimo.

**Elisabetta** Martedì, 04 Settembre 2018 15:42

Carissima FRANCESCA, per i santi il giorno della morte e' quello della loro festa. Così deve essere per i nostri cari che dal momento in cui si trasformano in puro spirito, diventano i nostri Angeli custodi. Tu la tua mamma e l'hai sempre vicina. Ti abbraccio forte, cara

**francesca63** Martedì, 04 Settembre 2018 13:31

Salve a tutti.  
LARA mi fa piacere che la fisioterapia dia i suoi frutti.  
Come al solito ci vuole molta pazienza...e tanta collaborazione. ..e tu non vieni meno a tutto ciò.  
Sempre condito dal buonumore. E questo non è da tutti!!!!  
Non aggiungo altro...9 anni fa persi la mia mamma .....una mamma adorabile...  
Buon proseguimento a tutti.

**Simona** Martedì, 04 Settembre 2018 11:40

Piera tanti auguri di cuore a te e Giorgio ... una coppia perfetta. ..  
sono contenta che la vacanza sia stata così emozionante

Lara m8 fa piacere che tu stia meglio

**Cris83** Martedì, 04 Settembre 2018 11:21

ah PIERA non mi ricordo se ti avevo poi risposto al bellissimo messaggio che mi avevi scritto quando è morto mio suocero. lì per lì forse ti è sembrato che non gli avessi dato conto ma avevo fatto lo screenshot sul cellulare e ora me lo sono scritto.. o meglio l'ho scritto a chiara. Da quando è nata, anzi da prima che nascesse sto tenendo una sorta di diario per lei, per noi. Perché le cose che fa o i miei pensieri a volte si dimenticano e così restano impressi nella carta. La cosa mi sta prendendo un po' troppo la mano.. visto che ha quasi due anni e ho già scritto 5 o 6 quadernini. 😊😊😊  
comunque tutto qua.. mi faceva solo piacere dirtelo. 😊

**Cris83** Martedì, 04 Settembre 2018 10:24

PIERA auguri di cuore per il vostro anniversario!!!

Se vedo i suoi frutti sono chetoentusiasta pure io.. i kg scendono ed è già tanto.. vado piano ma li sto perdendo.. sono a -8!

**nico26** Martedì, 04 Settembre 2018 09:54

Un buon martedì a tutti e a tutte e noi siamo in viaggio verso la meravigliosa Riccione.  
Lara Mi raccomando esami sotto mano e girami tutto

**Piera** Martedì, 04 Settembre 2018 09:02

cris forse la cheto da' i suoi frutti!!! l'umore e il tono migliorano sempre, almeno per me e' così!!!! ma lo sai che io sono una chetoentusiasta!!!! 😊

**Piera** Martedì, 04 Settembre 2018 09:00

Lara oggi e' la data giusta del mio anniversario di matrimonio!! Grazie mille quest'anno sono 36.....incontrare e sposare Giorgio e' stata la cosa piu' bella di tutta la mia vita.

**Cris83** Martedì, 04 Settembre 2018 08:27

Io sto bene.. Ho preso un triptano stanotte alle quattro.. ma va molto meglio negli ultimi giorni.. forse il fresco che è arrivato mi aiuta o forse la cheto comincia a dare i suoi frutti.  
Non lo so.. ma nonostante l'emicrania mi faccia ancora spesso compagnia mi sento più forte e più serena. Nonostante tutte le cose successe ultimamente. Spero che duri.

Buona giornata a tutti!! 😊

**Cris83** Martedì, 04 Settembre 2018 08:24

Buongiorno,  
PIERA che meraviglia il vostro viaggio alla ricerca delle origini. Deve essere stato emozionante per Giorgio e anche per te. Ho visto alcune foto su face book e siete bellissimi!

MAMMA LARA forse mi ripeto.. ma sei davvero una forza.. una FORZA tutto maiuscolo!! Ah ahhhh "il macchinino che vibra"! Il tuo Gabriele se non ci fosse bisognerebbe inventarlo!

**mamma\_lara** Martedì, 04 Settembre 2018 08:08

Elisabetta, e tutte le altre ragazze a cui non ho mandato nessun messaggio. Dovrete perdonarmi, ma non ce la faccio più. E non voglio esagerare.

**mamma\_lara** Martedì, 04 Settembre 2018 08:07

Isa, anche tu non è che te ne fai mancare. Spero cara che un po' di pace arrivi. Te lo auguro di cuore.

**mamma\_lara** Martedì, 04 Settembre 2018 08:04

Francesca, che bel mestiere fai, sono certa che quando avrai una persona in difficoltà troverà te che la ascolterai e quella per me è la migliore medicina. Grazie carissima per le tue parole. ♥

**mamma\_lara** Martedì, 04 Settembre 2018 08:02

Annuccia, fare la nonna è bellissimo, poi ci racconterai di come è andata la settimana. ♥

**mamma\_lara** Martedì, 04 Settembre 2018 08:01

Ahhh Nico, mi sqa che quando ci troveremo a cena con i miei figli ci saranno doppi sensi da sbellicarsi dalle risate con le terapie messe in atto da Gabriele e me. 😊

Dimmi mo te come si fa ad abbattersi. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 04 Settembre 2018 07:59

Nico, grazie cara per tutta la vicinanza.

Filippo sta facendo un lavoro straordinario e sento che è questa la terapia migliore che faccio.

Poi con Gabriele che insieme ne inventiamo una dietro l'altra 😊

**mamma\_lara** Martedì, 04 Settembre 2018 07:57

Paula, dimenticavo di dirti che se avessi aspettato che le cure fatte per la caviglia facessero effetto, sarei ancora messa come i primi giorni. MALE.

**mamma\_lara** Martedì, 04 Settembre 2018 07:56

Cris, il mio kamasutra ha funzionato e non è stato facile credimi. Avevo un male fortissimo mentre facevo esercizi (inventati da me) per tirare fuori anche il minimo nervetto. Poi Gabriele li andava a lavorare con le mani e con un macchinino che vibra che avevo in casa. Lo so che detto così sa un po' di equivoco ma devi credermi che la cosa è andata così. Ha lavorato tutta l'altra sera e tutto ieri sulla caviglia e sembra che l'involucro di nervi si sia sciogliendo. Ieri è stata una giornata che se non avessi fatto questo trattamento sicuramente non sarei riuscita a fare la risonanza. Coricata per 40 minuti era impensabile riuscire a starci, invece è andata, non senza fatica ma è andata. 😊

Per ciò che hai da raccontare, va benissimo se lo leggi.

Ho idea di dare il maggior risalto a questa iniziativa, perchè sarà la prima volta che i medici (se vorranno) avranno l'opportunità di sapere cosa vi serve e come state veramente. Inviterò chiunque.

E vi sarà data la parola. Poi i minuti li vedremo in base a quanti di voi parleranno.

Dai cara, sarà una bella forza che uscirà da questo incontro. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 04 Settembre 2018 07:46

Paula, lavoro sempre in salita peggio che arrivare a casa tua a piedi. Uffa 😞

La tua casetta diventerà bellissima tutta colorata.

Al lavoro non darti da fare più di quello che puoi, cerca solo di ascoltare i pazienti e vedi cosa puoi fare per loro. Il resto conta meno.

**mamma\_lara** Martedì, 04 Settembre 2018 07:43

Stella, ci vuole ben altro che una caviglia che mi fa male per abbattermi. Noi cara abbiamo un male che ci ha accompagnato tutti i giorni della nostra vita e ci siamo abituate. Siamo delle rocce e lo dimostriamo sempre.

Poi avere voi mi ha aiutato tantissimo, penso che solo qui io ricevo l'aiuto giusto. Sappi cara che non ho mai letto qualcosa che mi abbia fatto male e noi sappiamo bene che ci sono parole che ci feriscono peggio del male stesso.

Sai cara che nei tuoi messaggi leggo una "luce" diversa, sarà solo una mia impressione e ti chiedo scusa se ti disturba ciò che ho scritto.

Però questo mi dai e in questi giorni anche questo è stato di aiuto  
Grazie ♥

**mamma\_lara** Martedì, 04 Settembre 2018 07:38

Piera, ho letto del tuo viaggio e mi ha emozionato tantissimo. Giorgio è una bellissima persona. Oggi mi sa proprio sia il vostro anniversario di matrimonio, festeggeremo anche quello quando ci sarà l'occasione. Me lo ero scritta ovunque per non dimenticarlo 😊

La vostra vacanza sarebbe stata da filmare per tanto racconta. Credimi che sarebbe stato un film che avrei visto volentieri. ♥

Immagino anche non sia stata una passeggiata, ma pensi te che meravigliosa storia racconta alle vostre figlie e ai vostri nipoti.

Ha emozionato tantissimo anche me e la racconterò quando vorrò raccontare una bellissima storia. ♥

**mamma\_lara** Martedì, 04 Settembre 2018 07:33

Buongiorno a tutti.

Sto seduta da 3 minuti e sono ancora capace di sopportare il male alla caviglia, spero siamo sulla giusta strada.

**Piera** Lunedì, 03 Settembre 2018 21:30

il viaggio e' stato faticoso e lungo, sono contenta di avercela fatta 😊 la testa mi ha fatto dannare sono nel viaggio di andata....poi credo che il clima e il riposo mi abbiano aiutato ed ho affrontato il viaggio di ritorno in perfetta forma, devo dire che prendere aereo+pulman+ traghetto, non e' stata certo una passeggiata, sono orgogliosa di me stessa, per una volta non mi sono sentita una "buona da niente" 😊😊

**Piera** Lunedì, 03 Settembre 2018 21:25

un saluto a tutti!!! sono arrivata a Bologna ieri, ed e' stato uno shock, trovare già l'autunno!!! 😞 . ho passato una settimana meravigliosa a Syros, l'isola greca dei nonni di Giorgio, a parte la bellezza dei posti e del mare, e' stata una vacanza coinvolgente ed emozionante, Giorgio e' riuscito a risalire alle sue origini tutte cicladiche, aiutato da competenti impiegate dell'archivio storico di Ermopouli, attraverso il nome e cognome della sua nonna materna, sono riuscite a trovare prima l'atto di matrimonio con il nonno Giorgio e poi tutti gli atti di nascita , e anche l'atto di matrimonio dei bisnonni, ha scoperto così di avere una nonna Irene proveniente dall'isola di Chios, e una nonna Anastasia di Armogos.....e tutti e due i nonni di Creta ...Giorgio si e' tanto emozionato e ha trovato tutte le spiegazioni su cose che la sua mamma faceva e che sono tipiche di questa isola magnifica e che lei aveva ereditato a sua volta dalla sua di mamma. E' stato un susseguirsi di scoperte visitando i posti dove i nonni hanno vissuto e scoprire che la mia Irene si chiama come la sua trisnonna greca.!!! siamo ancora pieni di tutto l'amore che questa isola ci ha donato attraverso la sua storia e il suo popolo .

**paula1** Lunedì, 03 Settembre 2018 17:05

Buon pomeriggio a tutti...qui temporali che vanno e vengono...io ho preso la mia parte al ritorno a casa...gli ultimi 4 km che sono bastati... poi mi sono buttata nella doccia calda...un toccasana per la tosse 🤧🤧🤧 , ma oggi sto meglio comunque....  
il lavoro è ripreso come solito...pesantissimo il reparto di Medicina e con poco personale...molti sono ancora in ferie...i reparti di chirurgia sono ancora sottosopra.....regna un po' di anarchia per usare un eufemismo..... 😞🤧 credevo mi scoppiasse una emicrania inverosimile visti i sintomi, ma ora sembra sotto controllo...  
ora spengo il pc perchè lo devo spostare (io ho il fisso con l'hard disk enorme 😞🤧 ) domani "invioletto" la mia camerina... 😎

**Stella1** Lunedì, 03 Settembre 2018 16:28

Buon lunedì a tutti Ah Lara e il suo Umor... che gioia... troppo forte... si inizia la settimana ragazzi/e con la carica giusta.. e l'esempio che Mamma Lara ci sta dando... cerchiamo di affrontare anche noi la vita in questo modo... Non siamo tutti uguali è ovvio... ma provarci non costa nulla... La buona volontà ci porta a fare un passetto alla volta... e se cadiamo... pazienza... La prossima volta andrà meglio... vi abbraccio immensamente ☆

**Annuccia** Lunedì, 03 Settembre 2018 15:17

Buon lunedì a tutti!  
questa settimana non riuscirò, forse, a scrivere, faccio la nonna di Lupo la mattina e pomeriggio a studio.

**Cris83** Lunedì, 03 Settembre 2018 08:49

Ciao!!  
LARA che ridere con le posizioni del kamasutra.. sei uno spettacolo.. tutto questo dolore e fai battute che fanno sempre sorridere!! Tieni in piedi il forum anche se stai male.. Comunque mi raccomando sfogati e dicci davvero come stai.. non darci il contentino x non farci preoccupare per te. Ti voglio bene!

Per ferrara ok.. mi segno la data e fisso tutto. Per le parole butto giù sicuramente qualcosa.. poi sarò imbrantissima e impacciata a leggere ma lo farò.

ISA è un piacere leggerti.. e scrivi pure anche sono solo lamenti.. a noi va bene tutto!

Oggi primo giorno di lavoro.. ieri sera venire via da cecina è stata dura.. molto dura. Ho lasciato chiara là con le nonne e mia zia giovanna. È per la prima volta ho vacillato un po' lasciandola.. e lei l'ha capito e ha fatto un broncio buttandomi le braccia al collo e dicendomi "ti voglio bene mamma".. mi si è sciolto il cuore come burro!

Buona giornata!

**nico26** Lunedì, 03 Settembre 2018 08:18

Buongiorno a tutti e tutte .Lara♡♡♡♡♡

**paula1** Domenica, 02 Settembre 2018 09:52

MAMMA LARA spero davvero che le cure stiano facendo effetto...  
ISA che piacere leggerti...scrivi pure, noi siamo sempre qui per ascoltare tutti nel bene e nel male...anche io mi lamento spesso, ma so che qui posso trovare anche tanta forza e comprensione.....  
NICO finalmente un po' di relax anche per te....goditi la vacanza... poi settembre è il mese migliore a mio avviso.....

**paula1** Domenica, 02 Settembre 2018 09:48

Buon giorno a tutti...qui dopo il temporalino di ieri ha rinfrescato un po'....oggi è il mio ultimo giorno di ferie e per non farmi mancare niente da questa vacanza mi è scoppiata una tosse incredibile che non so da dove arrivi, visto che non ho nemmeno male alla gola...sono un po' demoralizzata.....tra l'altro oltre alla settimana lunghissima di lavoro, abbiamo fatto venire l'imbianchino per le camere...per fortuna ci fidiamo e gli lasciamo le chiavi...martedì fa la cameretta dove mi piacerebbe fare un piccolo studio..ho scelto un colore viola stupendo...

venerdì fa la camera da letto che lui ha chiamato "nido d'amore" ...è troppo forte...e la facciamo arancione chiaro...  
giovedì vorrei anche riniziare con la ginnastica...

**nico26** Domenica, 02 Settembre 2018 08:33

Buongiorno a tutti e a tutte da casa e sono in ferie fino al 13 😊  
Direi che andremo qualche giorno a Riccione ma vediamo quando.  
Lara Sono molto contenta che sei riuscita almeno stare un po' seduta e mi hai fatto molto ridere con le posizioni del Kamasutra.....  
Avere il tuo carattere è veramente un investimento ♡

**mamma\_lara** Domenica, 02 Settembre 2018 07:03

Cris, ha detto bene la nostra Francesca, l'incontro sarà il 10 - 11 novembre.

E sarà bellissimo perchè i protagonisti sarete Voi.

Preparatevi perchè stavolta a parlare saranno i pazienti e ne avremo di belle da sentire.

Se vi sarà di aiuto pubblicherò le parole che potranno aiutarvi.  
Scegliete voi quella che vi rappresenta di più.  
Potete anche usarne più di una se vi servono.  
O anche aggiungerne nel caso non vi siano inserite nell'elenco.  
Basta dirmelo ed è fatta.

Elenco:

Parole 2014

- Equilibrio
- Limite
- Perfezione
- Precisione
- Cura
- Rimuginare
- Controllo
- Ansia
- Commiserazione
- Tristezza
- Malinconia
- Giudizio
- Permalosità
- Clemenza
- Risorse
- Amare
- Sorriso
- Ascolto
- Leggerezza
- Sconfiggere e non coltivare le "intenzionalità negative" cercando una via d'uscita
- Punto di vista
- Attaccamento
- Senso del dovere
- Comprendere

Parole 2015

- Affidarsi
- Trasformazione
- Ira
- Adattamento
- Paura
- Compassione
- Leggerezza

- Lasciar andare
- Punto di vista
- Consapevolezza
- Entusiasmo

Parole 2016

- Gratitudine

Parole 2017

- Responsabilità
- Capacitarsi, convincersi, rendersi conto, prendere atto.
- Resilienza
- Dolore
- Disorientamento
- Pressione
- Incontentabile

**mamma\_lara** Domenica, 02 Settembre 2018 06:54

Buongiorno a tutti.

Notte passata a girare su e giù.

C'era un detto al mio paese che diceva: "chi la gira guadagna".

Bene. mi sto arricchendo 😊

Sto aspettando che Gabriele ritorni in se così mi fa un altro dei suoi miracolosi massaggi che mi permettono di sentire meno male.

**francesca63** Sabato, 01 Settembre 2018 20:27

Buonasera a tutti.

Cris 83 la data prevista è il 10 e 11 novembre! !!!

Buonanotte a tutti.

Senza dolore....

**Cris83** Sabato, 01 Settembre 2018 17:13

Abbiate pazienza a non mi ricordo.. A Ferrara quando dovremmo vederci?

**Cris83** Sabato, 01 Settembre 2018 17:03

Ciao!!

Lara sono contenta che tu stia un pochino meglio..

Io sono un po' di poche parole.. Ma sto benino.. Sicuramente il fatto che sia rinfrescato aiuta.. O forse la cheto comincia a fare un po' di effetto. Ultimi giorni di mare poi rientro a lavoro.

Chiara finché regge il tempo dovrebbe rimanere al mare con le nonne.

**Isa** Sabato, 01 Settembre 2018 14:38

Questo anno per me è iniziato male e sta andando peggio! Comunque a parte la salute il resto tutto bene!!! Buon sabato e un abbraccio a tutti!

**Isa** Sabato, 01 Settembre 2018 14:36

Non scrivo molto perché mi dà fastidio dovermi sempre lamentare..... sto male da quasi un mese per una infezione intestinale che non riesce a guarire e che mi provoca parecchi dolori, come se non bastasse il MDT!!!!

**Isa** Sabato, 01 Settembre 2018 14:34

Buongiorno a tutti. Ho letto dei tuoi dolori, Lara, mi dispiace tanto, ma spero proprio che grazie alla bravura del fisioterapista e al tuo spirito battagliero tu possa cominciare a stare meglio.

**Margaret** Sabato, 01 Settembre 2018 14:06

un abbraccio a mamma LARA e a presto. Giornate faticose, vi penso.

**Elisabetta** Sabato, 01 Settembre 2018 10:57

Accontentiamoci dei passettini.....

Un abbraccio e buona giornata a LARA e a tutte le amiche

**mamma\_lara** Sabato, 01 Settembre 2018 10:26

Dimenticavo di dirvi che i raggi X alle anche sono andati bene, loro sono ancora a posto. Le mi cadute che avevo omesso di dire alle visite non hanno fatto disastri. Devo però fare attenzione in futuro.

**mamma\_lara** Sabato, 01 Settembre 2018 10:16

Buongiorno a tutti.

ieri sera presa dalla disperazione ho messo in pratica tutte le posizioni che potevano servire, ho inserito, dopo una veloce consultazione anche tutte le posizioni del kamasutra, ho pensato che se non fossero andate bene per il dolore alla caviglia sarebbero di certo servite in futuro. 😊😊😊

Behhh, nonostante lo scetticismo di Gabriele qualcosa hanno fatto e stanotte tra una camminata e una riposata ho dormito un pochetto.

E ora sono seduta. 😊

Sento che c'è ancora qualcosa che tira, ma va bene così.

Diciamo che tra una camminata e un po' di posizione stesa i giorni passano e di certo starò meglio fra un po'.

Diciamo che sono fiduciosa.

Però ho notato che un po' di rincogli..... ce l'ho, ho creduto a Gabriele quando mi ha detto che alla coop non c'erano più uova perchè erano morte tutte le galline..... Ecco. questo vi da l'idea di come sto messa 😊😊😊😊

A mia discolpa va detto che non leggo i giornali da tantissimo e pensavo ci fosse in atto uno di quei virus che fanno la strage di volatili.

Poi il "lazzarone" ha confessato il delitto e ci siamo fatti un bel po' di risate.

Ora sto scrivendo da stare seduta e il dolore sembra sotto controllo, vado a fare una passeggiata poi vedo se riesco a stare seduta ancora per qualche minuto.