

**Elisabetta** Lunedì, 31 Dicembre 2018 22:56

Non festeggio mai il Capodanno perché la vita da' e toglie quando crede e ogni anno è potenzialmente uguale all'altro. Ma gli auguri non guastano mai. E per voi sono i piu' belli e i piu' affettuosi sempre.

**mamma\_lara** Lunedì, 31 Dicembre 2018 19:07

Grazie Piera per i tuoi auguri. Li aspettavo ma non volevo metterti pressione 😊  
Scusate ma ho gente in casa e sono un po' occupata.

Però sapete ben che per me la fine dell'anno è sempre un po' faticosa.  
Quest'anno si è portato via mio fratello e una cara amica. Gabriele si è salvato da una bruttissima cosa, poi ci sono persone care che stanno bene dopo aver avuto una malattia importante.  
Aveva ragione Gibran quando ha scritto se la gioia siede con voi alla vostra mensa, ricordate che il dolore è addormentato nel vostro letto.  
La vita è così, bisogna essere forti sempre.  
A dopo se mi rimane un po' di tempo  
Vi voglio bene ♥

**paula1** Lunedì, 31 Dicembre 2018 18:55

Buona sera a tutti...qui primavera.... 😊 oggi gitarella veloce svalicando in Toscana per l'ultimo aperitivo-ciliegia dell'anno... 😊 e poi lo sto pagando con testa delicata... 😞 vabbè di positivo c'è che è l'ultima dell'anno...quindi emi fai quel che credi... 😊😊😊😊  
tra poco scendiamo in città...andiamo al cinema (terzo sansilvestro consecutivo)...e così passiamo anche questo anno, che come dice ANNUCCIA, ha avuto alti e bassi...gioie e dolori...io dopo la neuro-avventura sto bene su quel fronte, Alberto rimane con noi anche se da un'altra dimensione che confina coi nostri cuori e abbiamo un Enea in arrivo...speriamo che il prossimo anno sia un po' sereno per tutti.....

Auguri care amiche e amici e qualsiasi cosa ci riservi il futuro ho la certezza di far parte di una grande famiglia accogliente e benevola.....vi abbraccio tutti..... 😊

**Piera** Lunedì, 31 Dicembre 2018 18:28

NICO, ci ho provato, ma tra la calca della gente e la fretta del momento , non mi hai sentito .....

**Piera** Lunedì, 31 Dicembre 2018 18:28

NICO, ci ho provato, ma tra la calca della gente e la fretta del momento , non mi hai sentito .....

**Annuccia** Lunedì, 31 Dicembre 2018 17:18

Caro forum, buona fine e buon principio. Anche quest'anno abbiamo avuto molti accadimenti, buoni e meno buoni. Ma noi imperterriti siamo qui a raccontare, quando ce la sentiamo, oppure siamo qui in finestra a guardare senza avere il coraggio di esternare. Comunque però ci siamo e questo è l'importante. Voglio comunque ringraziarvi perché le vostre parole aiutano sempre nei momenti del bisogno. Buon anno a tutti!!!!

**nico26** Lunedì, 31 Dicembre 2018 17:07

Cara famiglia un abbraccio a noi che 365gg all' anno siamo uniti in maniera unica ed irripetibile.Lara il tuo panettone su Facebook e meglio del.miglior chef stellato. 😊

Pieraaaaaa perché non mi hai fermato ti avrei dato un abbraccio fortissimo tesoro. 😊

Giuseppina augurissimi e a tutti ma proprio tutti mando un bacio con lo scrocchio !!! 😊

**Piera** Lunedì, 31 Dicembre 2018 13:56

io sono di nuovo raffreddata e con un gran mal di gola, perciò stasera niente veglione 😊😊

**Piera** Lunedì, 31 Dicembre 2018 13:55

buon compleanno Giuseppina, ti auguro un giorno sereno, seguito da una anno ancora piu' sereno....

**Annuccia** Lunedì, 31 Dicembre 2018 13:44

Buongiorno caro forum!!!! Piera. Grazie dei tuoi auguri. Ormai ci tengo a leggerli, sono di buonaugurio a tutti noi. Stasera noi andiamo a cena a trastevere da un mio amico single. Troppo forte si cimenta ad ospitarci in 8 . Vedremo cosa combina, noi portiamo due dolci, carciofi , lenticchie e cotechino. Poi il

bere. Spero solo di arrivarci a trastevere visto che la festa del capodanno di roma si svolgerà nel circondario.

**Monica** Lunedì, 31 Dicembre 2018 13:35

Tanti auguri Giuseppina 😊

**Monica** Lunedì, 31 Dicembre 2018 13:34

Io dovevo andare a casa al lago, ma Valerio ha avuto un attacco di asma e al ps gli hanno detto di non prendere freddo. E li ovviamente fa molto freddo. Poi anche il nostro cagnetto non sta bene, non so cosa abbia ma trema e sembra abbia dolore alle zampe. Oggi pomeriggio vado dal veterinario, sperando che ci sia. Sto 2018 si sta chiudendo non proprio positivamente. L'unica cosa che posso salvare di questo anno è l'arrivo in casa di Penny la distruttrice.

Del 2019 spero solo che non sia peggio del 2018 che sarebbe un grande traguardo 😊

**Monica** Lunedì, 31 Dicembre 2018 13:28

Buongiorno a tutti. Volevo farvi gli auguri per il 2019, che sia come voi volete o quanto meno che ci si avvicini il più possibile. Che sia un anno di rinascita e di grandi novità 😊

**Piera** Lunedì, 31 Dicembre 2018 13:25

Come da tradizione dal 2004 in poi, anno lontano in cui li ho scritti per la prima volta, vi lascio i miei sempre uguali auguri per il nuovo anno che stanotte arriverà :

Auguri cari a tutti voi , amici vecchi e nuovi: a chi scrive poco, a chi scrive molto, a tutti quelli che non scrivono più, a quelli che ogni tanto vorrei abbracciare, agli amici che mi aiutano, a quelli che vogliono essere aiutati, agli amici che fanno ridere, a quelli che piangerebbero solo, agli amici che sanno ascoltarmi, a quelli che vorrei ascoltare. Le nostre strade si sono incrociate e ora insieme camminiamo, perché il nostro 2019 possa essere un anno migliore, senza che i vostri nomi escano mai dal mio cuore.....

Vi voglio bene

**mamma\_lara** Lunedì, 31 Dicembre 2018 09:22

Vado a fare la spesa poi marmellata. Ho un bel po' di kiwi che stanno maturando, ieri sono "arrivate" delle mele così ho la pectina senza doverla comprare.

Così sistemo anche questo giorno. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 31 Dicembre 2018 09:18

Buongiorno a tutti.

Oggi è il compleanno della nostra Giuseppina.

Auguri di buon compleanno carissima amica ♥

**cri69** Lunedì, 31 Dicembre 2018 08:51

Buongiorno gente ,qui finalmente sole 😊 e ghiaccio -2.

Sabato sera tutta la famiglia era a teatro ad assistere al concerto di fine anno di un'orchestra di ragazzi over 35 di Bologna , bellissimo , bella musica , divertente ,meraviglioso davvero . ma come sempre quando c'è una gioia poi la paghiamo e ieri ...delirio , per solidarietà con voi che stavate male . Che stress , ho passato il pomeriggio e la sera in divano , al buio , in silenzio .Per il momento sembra vada meglio , vediamo poi il lato b che mi da mooolto da pensare , avendo recidive in famiglia ..ma vedrò quando ci sarà il medico . Intanto stamane arriva l'uomo e udite ,udite comincerà a lavorare a Fe , ho incrociato anche le dita delle bambole , speriamo che almeno questa vada bene . Vi auguro un buon fine anno ed un meraviglioso inizio .

Besos

**Cris83** Lunedì, 31 Dicembre 2018 08:32

Ciao!!

Scusate l'assenza.. Volevo intanto augurarvi buon anno. Spero stiate passando delle buone feste.

Ora recupero un po' di messaggi.

Un abbraccio forte!

**Margaret** Lunedì, 31 Dicembre 2018 07:45

Stasera dopo tanti anni ho invitato qualcuno, una coppia con due bimbi, di cui uno amico di Delia. Sono molto tranquilli, ci si parla bene e lei è anche una cara amica, benchè abbia circa 18 anni meno di me.. 😊 Inoltre alle 22 crollano, come noi..e quindi non sono costretta ad aspettare mezzanotte che a dirla tutta "non me ne può fregare di meno".Fra tutte le occasioni, questa è quella che mi piace meno, un misto tra malinconia e inquietudine..Quindi spero entro le 23 di essere già a nanna. Intanto vi amdo un abbraccio e ogni BENE a tutti quanti.

**Margaret** Lunedì, 31 Dicembre 2018 07:41

Buongiorno a tutti. Qui vento forte da ieri. ANNUCCIA sto meglio per fortuna,ma mi sorprende sempre di quanto si possa stare male con questi virus che sono in effetti molto aggressivi. Quando descrivi la partenza dei tuoi cari, mi viene in mente che ancora un anno e poi il mio Sebastiano andrà via di casa per studiare. Poi Noemi farà l'anno all'estero e di colpo dovremmo fare i conti con la famiglia dimezzata..fa un certo effetto pensare che questo tempo si avvicina..L'importante è stare bene quando si sta insieme, come di ci tu, e regalarsi queste esperienze bellissime che i tuoi nipoti si portano via ogni volta

**rossana** Lunedì, 31 Dicembre 2018 00:19

Ecco, mi è partito due volte. ...

**rossana** Lunedì, 31 Dicembre 2018 00:18

Ci tengo a dire che da un po ho il cuore più leggero.

Da settembre ho rivisto Alberto alcune volte e pian piano la rabbia, e tutti i sentimenti negativi si stanno diradando.

Questo è importante per me, avere con lui un buon rapporto e poter contare su di lui.

Sono molto più serena e per ora questo conta.

Chiudo l'anno in pace con me stessa e con lui.

Sono soddisfatta perché non voglio buttare niente di quel che è stato, e dell'affetto che ancora ci lega.

La mamma sarebbe contenta 😊

Buonanotte a tutti

**rossana** Lunedì, 31 Dicembre 2018 00:18

Ci tengo a dire che da un po ho il cuore più leggero.

Da settembre ho rivisto Alberto alcune volte e pian piano la rabbia, e tutti i sentimenti negativi si stanno diradando.

Questo è importante per me, avere con lui un buon rapporto e poter contare su di lui.

Sono molto più serena e per ora questo conta.

Chiudo l'anno in pace con me stessa e con lui.

Sono soddisfatta perché non voglio buttare niente di quel che è stato, e dell'affetto che ancora ci lega.

La mamma sarebbe contenta 😊

Buonanotte a tutti

**rossana** Lunedì, 31 Dicembre 2018 00:08

Ciao a tutti,

giornate belle anche per me queste ultime.

Sono solo un po stanca.

LARA il pranzo di Natale non me lo sono fatta da sola.

Ho capito che i fratelli si preoccupavano quindi ho optato per andare su da Stefano.

Eravamo in pochi, poi alla spicciolata sono arrivati altri parenti ed amici ed è stato bello.

Buone chiacchiere, sono stata bene.

Ho poi proseguito il pomeriggio dai soliti amici e anche li mi è piaciuto.

La sera di Santo Stefano sono andata da Franco per par condicio.

C'erano i suoi tre nipotini e la serata non poteva non essere allegra.

Oggi giornata con cugine ed amiche.

Pranzo qui da me, poi burraco, poi cinema stasera.

Sono stanchissima e domani sera, garantito, non mi muovo da questa casa.

Anzi dal mio sofà

Attraversero' la strada per brindare con la coppia di anziani di fronte.

Sono i miei genitori adottivi, ci conosciamo da più di trent'anni e le nostre famiglie sono legate da tanta

storia.

Lui 94 anni , lei 81.

In gamba e lucidi, una vera fortuna per me ma per tutta la via.

**mamma\_lara** Domenica, 30 Dicembre 2018 23:20

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

**mamma\_lara** Domenica, 30 Dicembre 2018 23:18

Rossana, ho provato a scriverti un messaggio ma lo sto cancellando ogni volta.

Troverò il modo di dirti quello che penso che vada bene anche al mio stomaco.

**mamma\_lara** Domenica, 30 Dicembre 2018 23:16

Willy, Gabriele ti manda un grande abbraccio anche lui ti fa tanti auguri di Buon Anno.

E' vero, non sto mai ferma, ma faccio solo cose che mi fanno piacere e che non sono obbligata a fare.

Poi non posso farci niente, ci provo a mettermi davanti alla tv, ma resisto come la neve al sole.

**mamma\_lara** Domenica, 30 Dicembre 2018 23:07

Nico, se non ci fosse il lavoro ci sarebbe qualcos'altro a scatenare la cefalea tensiva.

Sono convinta si debba proprio cambiare il nostro modo di sentire il senso del dovere. Noi ci sentiamo

in dovere di arrivare a dare i pugni in cielo sempre.

**mamma\_lara** Domenica, 30 Dicembre 2018 23:00

Paula, ho detto a Gabriele che dovremmo fare anche noi qualche viaggetto, tanto possiamo andare anche fra settimana e fuori stagione. Chissà che non riusciamo a farlo una buona volta.

Quando lavoravo, nei turni notturni, le mie colleghe mi raccontavano i loro viaggi e me li raccontavano nei minimi particolari che mi sembrava di averli fatti insieme a loro. Quando Angela è stata in India ci sono voluti un bel po' di turni notturni per finire il viaggio

Ma mi va bene anche Pesaro e vorrò dire che andrò a visitare il teatro Rossini alla prossima occasione. In compenso ho visto la pista di atletica indor un bel po' di anni fa accompagnando Enzo ad una gara

**mamma\_lara** Domenica, 30 Dicembre 2018 22:51

Annuccia, è da venerdì che ogni tanto mi sembra che Zeno sbuchi dal salotto e mi chiami. Ma la cosa importante è che stia bene.

I nipotini assorbono tutte le nostre energie ma sentirsi chiamare nonna penso sia stata una gioia immensa.

Roma è una città che presenta un capolavoro ad ogni angolo a tutti quelli che hanno la fortuna di visitarla, se poi vi si abita è come vivere in un museo a cielo aperto.

Enrico è un ragazzo attento alle necessità di chi sente in difficoltà. Quella sera lui ha fatto da autista ma anche da attento accompagnatore. Non dimenticherò mai quella serata.

**Annuccia** Domenica, 30 Dicembre 2018 21:33

Lara, ogni volta che partono ti penso e so che tu mi capisci bene. Ricordp bene anche io quando andammo con Enrico in veste di autista. Lui è così pieno di verve che conquista sempre tutti.

**Annuccia** Domenica, 30 Dicembre 2018 21:30

Capisco bene come sei stata e la paura

**Annuccia** Domenica, 30 Dicembre 2018 21:29

Margaret, lhai presa brutta influenza, ora cpme stai? Un anno anche io sono stata tantp male e andrea chiamò l'ambulanza.

**Annuccia** Domenica, 30 Dicembre 2018 21:28

Buonasera caro forum. I ragazzi sono partiti ieri mattina e la tristezza è stata grande. Tutti i giorni lupo chiedeva quante "nanne" mancavano alla partenza. Sono contenta che stiano bene quando vengono . Abbiamo fatto i baby sitter ad entrambi e tutto è filato liscio. Roma offre tanto seppur nel caos infinito. Il presepe di sabbia ha lasciato a bocca aperta tutti noi. Veramente suggestivo. Abbiamo immortalato con foto lupo strabiliato davanti a,quello spettacolo. Giulia è una delizia e mi ha chiamato nonna per la prima volta. Insomma tutto bene. Ora resta solo mettere a posto e fare le tante lavatrici...

**Piera** Domenica, 30 Dicembre 2018 20:57

nico ti ho vista oggi al palapanini, mi sei passata vicinissima, quando "il pelatone" ti e' venuto a chiamare per la premiazione

**mamma\_lara** Domenica, 30 Dicembre 2018 11:51

Buongiorno a tutti.

Ho un po' da fare e non avendo viaggi da raccontare non so che dire 😊 😊

**paula1** Domenica, 30 Dicembre 2018 11:03

Con grandissimo ritardo.....**Auguri di Buon Compleanno alla nostra Amica CRIS83♥**

**paula1** Domenica, 30 Dicembre 2018 10:59

Buon giorno a tutti...qui sole...siamo a casa da ieri, con un giorno di anticipo...a Pesaro faceva un freddo incredibile.....siamo rimasti venerdì perchè era uscito un po' di sole e così abbiamo fatto una bella passeggiata in riva al mare e mangiato un po' di pesce...la cittadina è molto borghese, i prezzi sono altissimi e non ci sono grandi attrattive...ci dicevano che anche il teatro Rossini è davvero poco sfruttato e i giovani spesso vanno in altre località per i divertimenti...cioè in Romagna... 😊 erano molti scossi per l'omicidio di Natale, perchè in effetti non succede mai nulla...e il giorno che siamo arrivati c'era pure il ministro Salvini, tra fischi e applausi.....ieri a Bologna abbiamo trovato ben 10/12 gradi in più... 😊 😊 😊 io con la testa sono stata benino, meno con la tosse e malino con le gambe...ieri sera facevo fatica a camminare... 😊 😊 per fortuna c'è ancora una settimana di riposo... 😊

**nico26** Domenica, 30 Dicembre 2018 08:32

Buondi ba tutti/e da casa sorvegliando un caffè. EbBene sì mi sono alzata da poco e questo è spettacolare.mi rendo conto quanto la mia emicrania muscolo tensiva mi limiti molto e devo dire che nasce molto anche dal lavoro, perché in questi giorni ho dei momenti in cui ho dolore ma per la maggior parte della giornata sto bene. Lavorare su questo non è facile perché lavorare dobbiamo lavorare per cui certe volte dobbiamo accettare anche situazioni ingestibili per noi.Soprattutto vedere quanto menefreghismo nelle persone c'è...stasera mio figlio premierà un giocatore dell'Azimut in partita ed è già agitato.E domani sera saremo in un circolo x cui nessuno in giro x casa ...anche se dopo 3 marmocchi dormiranno da noi 😊

**feffe81** Sabato, 29 Dicembre 2018 18:45

È emicrania...ancora...

**feffe81** Sabato, 29 Dicembre 2018 17:42

Qui oggi è stata una giornata spettacolare. Stamattina sole, siamo andati al mare, si stava bene e c'erano colori bellissimi. Pomeriggio un po' nuvoloso ma siamo andati in una spiaggia bella a fare foto e poi a vedere i fenicotteri rosa in una laguna 😊 purtroppo il sole così basso per me è terribile e infatti sento un po' di mdt...

**Piera** Sabato, 29 Dicembre 2018 16:33

Maragaret, anche a me e' capitato di avere episodi come il tuo, il medico mi ha sempre detto che sono virus influenzali: dolori articolari e muscolari dovrebbero essere proprio collegati alla mancanza della febbre, ma a corredo ce' tutto il resto.....a me durano circa 24 ore e poi diciamo sto bene!!!

**Willy** Sabato, 29 Dicembre 2018 12:35

Cris tanti auguri anche se in ritardo. Mamma Lara sei una forza della natura, mai ferma, un abbraccio a Gabriele. Feffe che simpatico Rolli, mi fa sorridere quando ringhia al tuo uomo; goditi la vacanza lo meritate. Margaret molto strano quello che hai avuto, ho sempre pensato ed è accaduto anche a me in passato, che nausea e vomito fossero causati dalla cefalea forte ma così senza dolore non l'avevo mai sentito. Giusto sentire il tuo medico di fiducia. Oggi qui da me una giornata splendida di sole e caldo, ora ho pensato che esco dall'ufficio e vado a fare una corsa con il mio cane Joi, pomeriggio riposo. Mi ha mandato le foto mio figlio che sta facendo la moto d'acqua nella baia di Abu Dhabi in mezzo ai grattacieli, beato lui, sta facendo anche quello che non sono riuscito a fare io da giovane. Buona giornata.

**mamma\_lara** Sabato, 29 Dicembre 2018 09:22

Cerco di farmene una ragione per avere la casa vuota, ma lo stesso faccio fatica.  
ma perchè tuo vada bene è così che deve andare 😊

**mamma\_lara** Sabato, 29 Dicembre 2018 09:21

Poi vi racconterò le mie feste. Ora vado a fare l'altro impasto del pandoro 😊

**mamma\_lara** Sabato, 29 Dicembre 2018 09:20

Annuccia, dovevi sentire la moglie del signore che mi ha urtato con il carrello, lo ha riempito di male parole e continuava a dirmi: "non capisci niente, te lo dico sempre che devi stare attento dove metti il carrello, poi questa signora aveva anche il bastone".

Poveretta, era talmente preoccupata che mi fossi rotta qualcosa che mi faceva fare le prove a camminare e mi toccava anche le braccia. Poi quando ha saputo che avevo le protesi è sbiancata. L'ho dovuta tranquillizzare e non poco.

Mi ha fatto tanta tenerezza questa sua preoccupazione.

**mamma\_lara** Sabato, 29 Dicembre 2018 09:14

Annuccia, mi par di vederlo Enrico, lo ricordo sempre con un affetto particolare, è un ragazzo buono e generoso in tutto, anche nella mole e ti credo che i bambini si sono divertiti.

Per la protezione hai ragione, ho lividi ovunque ma niente di rotto, forse mi sono fatta uno strappo sotto la spalla e non so neppure come, ma alle volte mi fa male anche a respirare. Però va tutto bene 😊  
Penso sia il tafferuglio e la ciccia che mi protegge. Però ho deciso che quando vado nei supermercati prendo il carrello anche quando devo prendere solo un litro di latte

**mamma\_lara** Sabato, 29 Dicembre 2018 09:09

Willy, hai fatto ridere anche me quando dici che sei contento di essere al lavoro.

Penso sia normale essere preoccupati quando i nostri ragazzi vanno in posti che non conosciamo.

**mamma\_lara** Sabato, 29 Dicembre 2018 09:03

Nico, per me avere gente per casa da molta gioia, forse è perchè non sono mai tanti quanti ne hai tu a casa tua. 😊

**mamma\_lara** Sabato, 29 Dicembre 2018 09:01

Scusate per come scrivo, ma sto facendo un po' di cose

**mamma\_lara** Sabato, 29 Dicembre 2018 08:59

Feffe, hai ragione, dobbiamo imparare a vedere il tempo in modo diverso. Non so da cosa dipenda, ma se stiamo bene non siamo capaci di riposare sia fisicamente che con la mente. Non so come siamo fatte, ma se mi ritrovo seduta a riposare trovo sempre qualcosa da fare che mi distoglie dal riposo. Penso che il problema non sia che ci manca il tempo di fare ciò che vogliamo, perchè se il tempo desse retta alla nostra voglia di fare dovrebbe darci almeno 48 ore in un giorno e forse neppure basterebbero.

Mi fa piacere che i genitori dell'uomo siano così sensibili. Questo mi fa piacere veramente.

Spero tu abbia un po' di giorni liberi

**feffe81** Sabato, 29 Dicembre 2018 08:58

MARGARET grazie per le tue parole! Mi dispiace molto per lo stomaco, sai che il 27 che sono partita alle 4 ho avuto una cosa simile: crampo allo stomaco, sentivo di doverlo vuotare e quindi ho vomitato (sulla strada) poi il tutto si è spostato in basso e arrivata in aeroporto ho avuto diarrea, dopo questa mi sono liberata. La mia impressione è che ero intossicata dal cibo...che in questi giorni era di più e diverso dal solito.

Ricordiamo che il cervello emicranico non è adattativo come gli altri...

Anche io consiglio le dita in gola per provocare il vomito quando la nausea è troppo forte

**mamma\_lara** Sabato, 29 Dicembre 2018 08:48

Margaret, anche a me rarissimamente succede di avere forti crampi con nausea e vomito, ne avevo parlato con il mio "vecchio" (insostituibile purtroppo) medico di medicina generale e mi ha dato un farmaco che mi aiutava. Ogni tanto mi succede che sento arrivare questi crampi e riesco a calmarli bevendo un bicchiere di acqua caldissima e mettendo un termoforo caldissimo sullo stomaco, però come ti ho detto ogni tanto non si calmano e devo ricorrere a questo farmaco. Ma in 4 anni ne ho usati

due e sono pure scaduti. Pensa che porto con me queste pastiglie anche quando vado via da casa per paura mi succeda di stare male.

Parlane con il medico che è sempre una cosa ottima da fare.

Io per ste feste come dolce me la sono cavata con uno yogurt reso dolce dal dolcificante. Preferisco non farmi dolci perchè mi fanno venire la voglia di dolce. Poi ho le proteine al fior di latte per le quali vado matta, un cucchiaino di quelle sono meglio di qualsiasi altra cosa. Però ho esagerato con il parmigiano reggiano, devo fare qualcosa per disintossicarmi 😞

**cri69** Sabato, 29 Dicembre 2018 08:38

Buongiorno gente , qui nebbia e ghiaccio, prudenza .

Attacconi da storia che anch'io conosco bene 😞 ma a quel livello io mi caccio due dita in gola perchè, solitamente, dopo sto un pochino meglio. Coraggio fanciulle, spero oggi vada meglio per tutte. io mi sto preparando per andare in città con la mia nipotina e stasera siamo a teatro 😞😞 ,mia cugina a Natale ci ha regalato i biglietti, bellissima idea .  
Scappo, besos.

**mamma\_lara** Sabato, 29 Dicembre 2018 08:34

Buongiorno a tutti.

Spero di recuperare anche se devo recuperare anche un bel po' di altre cose, sono un bel po' di giorni che trascuro tutto, ma è normale farlo in questo periodo.

Però sono a buon punto.

Mentre sistemo casa sto provando anche a sistemare la ricetta del pandoro, sto modificando la ricetta facendo un pandoro alla volta. Questa mattina mi sono alzata prestissimo e ho ripreso l'esperimento perchè vorrei raggiungere un discreto risultato prima della fine di queste feste, ho iniziato ieri sera facendo la biga, ma tutti gli impasti e le lievitazioni richiedono un bel po' di tempo. Vediamo cosa salterà fuori.

**nico26** Sabato, 29 Dicembre 2018 08:06

Tutti mentre sorseggio un bel caffè. Auguri Cris auguri auguri anche se in ritardo. Fefe goditi la Sardegna che in questo periodo deve essere meravigliosa. Margaret allora... lo vivo quello che hai vissuto tu due volte all'anno circa e sono abbastanza meravigliata visto che l'ho avuto a giugno che a dicembre per ora non abbia replicato. Personalmente inizio con una strana sensazione addosso e lievi crampi allo stomaco e dolori dietro la nuca. Poi arriva il top del top... inizia avere dei crampi allo stomaco talmente forti talmente forte e inizio a vomitare i succhi gastrici e questo per circa 10-12 ore.dallo sforzo che faccio e dalla concentrazione del sangue che arriva lo stomaco comincio a sudare sudare sudare freddo mio marito mi deve mettere le gambe in alto e arrivo ad avere formicolio alle mani.poi passa per circa mezz'ora e via di nuovo. Ti sembrerà assurdo e fa sorridere ma nel momento in cui ho desiderio di formaggio Grana Padano vuol dire che sta andando via. Io non ho analizzato tanto e questo è il mio modo purtroppo e dico purtroppo per buttare fuori tutto quello che io trattengo nello stomaco e non digerisco mentalmente. Ti capisco molto molto bene E dimenticavo io che non prendo medicine in quel caso devo fare immediatamente due Buscopan iniezioni più Plasil. Anche se contano fino a mezzo giorno. Lara tesoro bello Ti capisco tanto. È dal 24:00 che ho sempre gente e ieri sera che eravamo solo noi tre Mi sembrava di esserenuna regina?

**Margaret** Sabato, 29 Dicembre 2018 07:53

Io ieri ho fatto questa tinta particolare che riesce a mascherare i capelli bianchi facendo durare il tutto più a lungo..3 ore 😞 Ma poi cosa è successo? Esco dalla parrucchiera per andare a casa e mentre mi avvio alla funivia, cominciano dei crampi allo stomaco che non vi posso dire..Arrivo a casa non so neppure io come, brividi e attacca una nausea talmente potente che mai in vita mia ricordo di avere provato una cosa così. Dolori muscolari e articolari ma la nausea senza riuscire a vomitare è stata micidiale. I ragazzi si sono occupati egregiamente di Delia perchè Sandro era al lavoro e lei mi ha fatto un disegno per farmi guarire presto. ..era così preoccupata..Ad un certo punto ho cominciato ad avere sforzi di vomito pazzeschi e la nausea era folle..ho cominciato a sudare e mi sono ritrovata a terra. Sono poi riuscita ad andare a letto e a mettermi a gambe in su e naturalmente mi è presa un'ansia brutale..Volevo chiamare il 112 e chiedere se poteva venire qualcuno a calmare tutta questa nausea e

ansia..ero fuori dallae grazie..ma poi si è calmato il tutto per poi riprendere questa notte alle 2...che mi sembrava un film dell'orrore. Adesso mi sembra meglio tranne per l'emicrania che si è riaffacciata. Ho mangiato due biscotti natalizi (pazienza la dieta) perchè ho sentito un bisogno pazzesco di zucchero. Ecco, ora decido se prendere il trip o aspettare. Nel frattempo spero a voi meglio. FEFTE goditi quella bellissima terra nei momenti liberi dal maledetto

**Margaret** Sabato, 29 Dicembre 2018 07:44

Buongiorno..FEFFE cara, in tutto questo nostro dolore penso che la vera comprensione altrui, l'empatia con sospensione di ogni giudizio e consigli vari, sia una medicina per noi..Con questa malattia dobbiamo ogni volta adattarci e far adattare gli altri alla situazione che essa ci costringe a vivere, alle rinunce, al dolore che tutto ciò ci provoca dentro la nostra anima. Eppure, se troviamo almeno intorno a noi "amore", cambia qualcosa e il tempo potrebbe diventare una attesa fatta di speranza (non illusione). Purtroppo non possiamo cambiare quei momenti in cui il mal di testa si impossessa di noi

**feffe81** Venerdì, 28 Dicembre 2018 22:46

WILLY mi hai fatta sorridere col fatto che "per fortuna sei tornato al lavoro" 😊 ma ti capisco! Sono felice di sapere che tuo figlio lavora con te e vi trovate bene. Non è scontato...quando ho iniziato l'università pensavo che avrei potuto lavorare con mio padre, ma poi ho visto che non è una cosa che fa per me, non saremmo sereni e discuteremmo di continuo 😞

Mi ha fatto tanta tenerezza il tuo messaggio notturno...sai che il mio Rolli quando sto male non fa avvicinare nessuno e ringhia? Oggi abbiamo dovuto sgridarlo perché non faceva avvicinare nemmeno l'uomo 😞

**feffe81** Venerdì, 28 Dicembre 2018 22:41

CRIS buon compleanno anche da parte mia!  
MARGARET sei poi riuscita a fare la tinta?

**feffe81** Venerdì, 28 Dicembre 2018 22:40

Per fortuna a casa dai "suoceri" sto benissimo, mi fanno sentire a casa proprio, anche col mdt dimostrano solo comprensione e rispetto, non ho sentito una sola parola fuori luogo anzi tanto accudimento

**feffe81** Venerdì, 28 Dicembre 2018 22:38

Ieri ho raggiunto l'uomo a casa dei suoi, in Sardegna. Mi sono alzata alle 4 perché l'aereo partiva presto da Verona. Però ieri ho retto bene alla giornata, abbiamo anche fatto un giro nel pomeriggio con camminata - breve - in salita fino a una vedetta sul mare 😊

**feffe81** Venerdì, 28 Dicembre 2018 22:35

Ciao a tutti, ho passato tutto il pomeriggio a letto perché i farmaci non facevano effetto. Avevo in programma una cena con amici e l'uomo ma è dovuto andare solo lui...  
Faccio tanta fatica ad accettare di passare il tempo stando male e non potendo fare quello che voglio fare  
Ho proprio bisogno di riuscire a vedere in modo diverso il tempo: quando sto bene sono sempre di corsa a fare quello che devo fare, quando sto male mi sento derubata del tempo per fare quello che vorrei fare...

**francesca63** Venerdì, 28 Dicembre 2018 16:04

Salve a tutti.  
Augurissimi CRIS anche da parte mia.  
Buon proseguimento a tutti.

**mamma\_lara** Venerdì, 28 Dicembre 2018 14:06

**Auguri di Buon Compleanno Cris.**

**mamma\_lara** Venerdì, 28 Dicembre 2018 14:05

Buongiorno a tutti.  
Confido nella Vostra comprensione, sono strapiena di cose da fare.  
Stefano è partito da poco e Zeno a momenti. Dopo prometto che m9i dedico anche al Forum.  
Immagino possiate capire la confusione che regna per casa. 😊  
Vi voglio bene. ♥

**Margaret** Venerdì, 28 Dicembre 2018 10:58

Buongiorno..mega attacco da stamattina alle 5. Alle 12 devo scendere in città per forza un tre orette perchè ho prenotato la tinta più di un mese fa e se rinuncio oggi passano almeno altre due settimane e sono arrivata al limite. Doveva essere un appuntamento rilassante e invece un incubo. Nausea e dolore che vanno e vengono

**nico26** Venerdì, 28 Dicembre 2018 08:25

Venerdì mattina Buon da casa 😊 da sola mentre mio marito l'ho portato a fare fisioterapia il silenzio regna sovrano e io me lo godo tutto 😊 mentre Nicolo sta ancora dormendo. finalmente si è alzata la nebbia e vedere il cielo azzurro è una meraviglia. Ragazze da ieri Mi sono iniziato a dare una regolata perchè in un anno e mezzo ci ho messo 7 kg e non è tanto per i 7 kg è che mi danno fastidio perchè sembro una pera 😊. Che bello esser a casa e non esser nel covo delle serpi.

**cri69** Venerdì, 28 Dicembre 2018 08:24

Buongiorno a tutti, qui ancora nebbia 😊 😊 .

Spero che il mio stomaco e company oggi se ne stiano buoni, non so più cosa mangiare ...non che un po' di dieta faccia male ehh...noo anzi !!

WILLY che meraviglia il fatto che il tuo bimbo lavori con te , che bella soddisfazione ...e che bel viaggio, lo sto invidiando un po' 😊 😊 . Credo siano i soldi spesi meglio , sono quelle cose che probabilmente si fanno solo una volta nella vita e se non le fanno ora che sono giovani , quando ??? 😊 .

**Tanti augurissimi di Buon Compleanno alla nostra Cris** , spero che oggi sia una giornata libera ..in modo che tu riesca a goderti la tua festa ..

PAULA sarai già arrivata , spero sia una buona vacanza ...senza rotture 😊 .

Vi abbraccio, besos

**Willy** Giovedì, 27 Dicembre 2018 22:28

Ciao a tutte, due giorni con parenti e tavole stracolme, finalmente oggi sono tornato al lavoro non ne potevo più, riprende anche il mal di testa, pazienza non spaventa più . Mio figlio oggi è partito per una vacanza con la morosa destinazione Abu Dhabi negli emirati, e' un amante del caldo, io come sempre sono preoccupato quando è va lontano in paesi che non conosco. È un bravo ragazzo dopo la laurea ha iniziato a lavorare in ufficio con me, ha portato entusiasmo e idee nuove, ci voleva. Un caro saluto ed un dolce pensiero a chi soffre nel corpo e nell'anima. Notte.

**Annuccia** Giovedì, 27 Dicembre 2018 17:16

LARA, veramente hai una mano sulla testa che ti protegge..... per fortuna

**Annuccia** Giovedì, 27 Dicembre 2018 17:13

Un saluto da studio.

Sono al lavoro , loro si tratteranno fino al 29 mattina. Natale all'insegna della famiglia, come deve essere. Sono un pò stanca ma mi riposerò per Capodanno. Ieri sera ciliegina sulla torta, Enrico con la sua mole, ha fatto cadere l'albero di Natale, per fortuna si è rotto solo un babbino Natale, e tutto il resto si è salvato. I bambini alla vista di quel casino si erano eccitati a morte, specialmente lei..... che ridere.... Roberto stamani si è rimesso all'opera ed ora è di nuovo a posto.

**Margaret** Giovedì, 27 Dicembre 2018 14:31

p.s. Mamma LARA ho fatto dei biscottini chetogenici con la farina di mandorle e lo xylitolo che la mia nutrizionista mi ha concesso e sono venuti buonissimi. dai, dicaimo buoni..E poi li ho tagliati a listarelle e usati come base del tiramisù..dopo tanto tempo mi sono tolta un vero peccato di gola

**Margaret** Giovedì, 27 Dicembre 2018 14:29

forse sentirmi obbligata a vederli e a starci in queste occasioni come fosse vita o morte..e a me natale piace proprio invece nella più stretta intimità della mia famiglia..ormai tutto è uso e consumo e io ci sguazzo in mezzo, non sono meglio degli altri, ma ci soffro Ok, adesso vado a fare una passeggiata e poi vado a trovare una cara amica e se riesco concludo un lavoro in sospeso. vi abbraccio forte e grazie che ogni volta che apro il forum ci siete sempre.

**Margaret** Giovedì, 27 Dicembre 2018 14:27

Buon pomeriggio. Sto diventando un orso..peggio che mai..queste indigestioni di parenti, per quanto persone affettuose e care, mi disturbano. Proprio mi sento insofferente, perchè mi chiedo..

**mamma\_lara** Giovedì, 27 Dicembre 2018 10:55

Buongiorno a tutti.

Sempre di corsa, ma almeno il buongiorno dovevo darvelo.  
Fate i bravi e le brave. Riposatevi più che potete ♥

**MARIA51** Giovedì, 27 Dicembre 2018 10:42

Un caro augurio di Buone Feste a tutti.

**cri69** Giovedì, 27 Dicembre 2018 08:47

Buongiorno gente, qui nebbia ormai da gg 😞 .

Stanotte ho sognato la mia aura , tutta a colori , bellissima ,poi mi sono svegliata e ci sono rimasta

male 🤢 ..era in bianco e nero ..ma la nostra mente è ben strana 😞 😞 ...

NICO ma quanto mi fai sorridere con la tua ironia 😄 😄 ...che bella cosa .

LARA .il tafferuglio ha fatto il suo bel lavoro ...ottimo 😊 .

IO sono gg che ho colite , gastrite , lato b ...un delirio ...avanti gente che c'è posto ... 😄 😄 ma sono ben stufa ..

Vi abbracciooo tuttissimiiii,besos, vado a far qualcosa , altrimenti perdo il vizio 😄 😄

**nico26** Giovedì, 27 Dicembre 2018 07:57

Buongiorno a tutti e a tutte mentre mi sorseggio un buon caffè perché sono a casa fino al 7 di gennaio.Lara Dio santo pure il signore che ti ha fatto cadere? Non ho parole.Imporrante è che non ti sei fatta male se non qualche botta perché sono proprio le cadute più stupide che causano i danni più grossi.Meno male.Ora faccio qualcosina e poi vado a farmi una bella seduta con la mia.psyco per fare il punto sulla mia pazzia 😊 .Paula dita incrociate per questa vacanza. 😊

**paula1** Mercoledì, 26 Dicembre 2018 17:42

Buona sera a tutti...qui bel tempo...oggi non abbiamo fatto grandi cose...ieri dai miei genitori tutto bene...e dai parenti di Fausto idem...domani mattina partiamo per Pesaro...speriamo che un po' di mare faccia bene a questa tosse che mi porto appresso...e anche a Fausto che è sempre scocciato di tutto...ma se glielo dico si arrabbia 😞 😞 😞 che grande pazienza che ci vuole, babbo natale dovrebbe tenerne grandi scorte.. 😊 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Dicembre 2018 11:17

Non vi ho detto che la mattina della vigilia ero al supermercato perchè mi mancava una cosa importante. Un signore mi ha sbattuto il carrello contro e sono caduta. Ho un po' di dolori sparsi ma niente di rotto.

Il detto che ho c... fortuna è proprio vero. 😊 😊 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Dicembre 2018 11:15

Buongiorno a tutti.

Ho appena sistemato la posta e mi ha impiegato buona parte del tempo che avevo a disposizione.

Ora devo farvi un veloce saluto perchè anche oggi ho ospiti, ma ne avrò ancora di più domani.

Va tutto bene ♥

**cri69** Mercoledì, 26 Dicembre 2018 08:46

Buongiorno gente ,qui cielo da neve ... Ho l'impressione che qualcuno mi abbia fatto una macumba, non sto nemmeno a dirvi nome e cognome andate di fantasia 😄 😄 , ieri non sono proprio stata benissimo ed oggi mi sa che si replichì .Il tutto ha fatto sì che mangiassi poco ed oggi bis .Ma avanti sempre .

Spero che voi tutti abbiate passato una bella giornata serena ,insieme alle Vs famiglie.Un abbraccio grande, besos

**nico26** Mercoledì, 26 Dicembre 2018 08:38

Buon santo Stefanocon loveeeeeeeee

**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Dicembre 2018 00:21



**mamma\_lara** Mercoledì, 26 Dicembre 2018 00:20

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

**feffe81** Martedì, 25 Dicembre 2018 22:58

Buon Natale a tutti e grazie dei vostri auguri!  
Oggi per me giornata buona per la testa

**Annuccia** Martedì, 25 Dicembre 2018 21:16

Buon natale a tutti tutti. Mi fermo ora..... un bacio a tutti!

**Margaret** Martedì, 25 Dicembre 2018 19:55

BUON NATALE a tutti. Oggi naturalmente trip come digestivo, ma non posso lamentarmi..Vi ho pensato. Un abbraccio forte con tanto affetto.

**mamma\_lara** Martedì, 25 Dicembre 2018 12:07

**Buon Natale a tutti**

Sono di corsa ma siete sempre nel mio cuore.

Vi voglio bene.

**Willy** Martedì, 25 Dicembre 2018 11:31

Buon Natale a tutti gli abitanti del forum, in particolare a chi soffre, un abbraccio.

**paula1** Martedì, 25 Dicembre 2018 09:29

Buon giorno...qui sole splendente...Auguri a tutti per questi due giorni di festa...

**cri69** Martedì, 25 Dicembre 2018 09:20

Buongiorno a tutti, Un sereno Natale è l'unico augurio che mi sento di fare a tutti Voi, sempre presenti nella mia vita .  
Un abbraccio grande .

**nico26** Martedì, 25 Dicembre 2018 09:05

Buon Natale a tutti\* e grazie a Piera e a Ross perché leggendo il vostro post il mio cuore si è riempito di emozione.

**Isa** Martedì, 25 Dicembre 2018 09:00

Buon Natale a tutti gli amici del forum. Spero che possiate trascorrere questo giorno in serenità e salute. Vi ringrazio di esserci sempre e vi porto sempre nel mio cuore. Auguri!

**Piera** Martedì, 25 Dicembre 2018 07:56

"Cerca di accettarti così come sei. Non cambiare per piacere agli altri. Chi ti ama accarezzerà le tue insicurezze. Chi vorrà starti accanto si accoccherà tra le pieghe della tua anima. Sii te stesso sempre. Fatti un dono vero... resta come sei. " Alda Merini. Buon Natale a tutti!

**francesca63** Martedì, 25 Dicembre 2018 06:39

Salve a tutti.

Auguro a tutti voi un Natale pieno di stupore e di speranza.  
LARA e Rossana i vostri scritti sono un inno alla vita. Grazie.  
E un Grazie a te ELISABETTA. ...

**Elisabetta** Martedì, 25 Dicembre 2018 01:52

A FRANCESCA, e a tutte le amiche silenziose, buon Natale!

**Elisabetta** Martedì, 25 Dicembre 2018 01:18

Insonnia e pensieri anche la notte di Natale, mentre scoppiettano i mortaretti di chi non aspetta certo il Bambinello ma preferisce la caciara..

Vi leggo e mi conforto, come sempre. LARA, ROSSANA, riuscite sempre a vedere il sole anche dietro le nubi più nere e siete una scuola di vita. GRAZIE. Le vostre parole sono un vero regalo di Natale. Per un futuro di speranza e di pace.  
Che auguro a tutti voi con grande e profondo affetto. Elisabetta

**rossana** Lunedì, 24 Dicembre 2018 22:46

Ciao a tutti,  
grazie LARA per il tuo bel messaggio.  
Io, per farvi gli auguri, ho pensato di scrivervi qui le parole che ho letto alla cerimonia della mamma, non vuole essere una "carrambata" , né tantomeno portare tristezza.  
Al contrario. Io ve la scrivo perché spero in questo modo di potervi trasmettere un po della sua forza che io sento e che tanto mi serve ogni giorno, in tutto quel che faccio.  
E la scrivo perché sono serena.

"La mamma è stata un dono speciale.  
Lei mi ha insegnato la forza di lottare sempre per superare le difficoltà, una forza potente e costruttiva, la forza di voltare pagina a cercare sempre il bello e il buono di ogni situazione.  
La forza di non legarsela al dito, ma di perdonare e guardare avanti sempre con la convinzione e la certezza che poi passa, poi migliora, che poi ce la facciamo, e ridiamo e poi cantiamo anche.  
Altro suo dono è stata la voglia di vivere.  
Incontenibile questa.  
Impossibile renderla in uno scatto di parole....  
Apprezzava piccole cose che sapeva far fruttare e restituiva a noi come a tutti sempre a formare un'altra occasione di gioia, un nuovo motivo per ridere.  
Un motivo per celebrare ogni giornata.  
Un motivo per vivere. Per vivere bene.  
La mamma è stata una festa, io ce la metto tutta perché questa continui."

Buon Natale a tutti voi e ai vostri cari

**mamma\_lara** Lunedì, 24 Dicembre 2018 21:20

Nella vita ho cercato di costruire delle colonne che in ogni caso mi avessero sorretto: i figli, l'onestà, la casa, la famiglia e le amicizie.  
Avrò trasmesso ai miei figli, alla mia famiglia, ai miei amici e amiche che sono questi i miei valori?  
Quasi come per incanto, arriva sempre la loro risposta.  
Sono questi i regali che ogni anno ritrovo il giorno di Natale, perché ogni qualvolta li ricevo, li metto in un cassetto, oppure dentro al cuore o alla mia memoria e..., li conservo per questo Natale e per tutti i giorni della mia Vita.

Auguri  
di  
Buon Natale  
e un  
Sereni Anno Nuovo.  
Con immenso affetto  
Vi voglio bene ♥

**nico26** Lunedì, 24 Dicembre 2018 17:56

Mia family del cuore... 

**nico26** Lunedì, 24 Dicembre 2018 17:55

Ciao Myriam family del cuore. Piera graxieeeeeee . Stamattina sono stata brava ...ho acceso e visto solo....senza aprirlo lei che ha detto...cucciolo mio buonanotte 😊  
Un abbraccio a tutti\* e pensate che fra mezz'ora ora arriva mio fratello che non vedo da un anno....mah....e mi ha detto....arrivo a portare i regali.....Dany respira che oggi stai bene.... 😊

**Monica** Lunedì, 24 Dicembre 2018 16:54

Buonasera e tanti auguri a tutti. Io ho raffreddore e quindi mdt. Al momento sopportabile, spero bene. Io sto con i miei e siamo solo noi 4, meglio così vado a letto presto

**feffe81** Lunedì, 24 Dicembre 2018 14:57

Ciao, qui la testa non va 😞

**Annuccia** Lunedì, 24 Dicembre 2018 13:34

Scusate il doppio messaggio scrivo con il cell

**Annuccia** Lunedì, 24 Dicembre 2018 13:34

Buona vigilia a tutti anche da me. Anche io notte da inferno, la testa scoppiava. Sono tanti giorni che la testa non mi lascia in pace, sono anche sotto attacco di gastrite, e, a quanto pare, stomaco e testa vanno a braccetto. Ieri ero riuscita ad andare dai miei era da 15 giorni che non li vedevo, ma la paura di attaccarli qualcosa.... ho preferito stare a distanza. Stasera tutti da loro e domani pure. Arrivano i parmigiani che staranno fino al 29

**Annuccia** Lunedì, 24 Dicembre 2018 13:33

Buona vigilia a tutti anche da me. Anche io notte da inferno, la testa scoppiava. Sono tanti giorni che la testa non mi lascia in pace, sono anche sotto attacco di gastrite, e, a quanto pare, stomaco e testa vanno a braccetto. Ieri ero riuscita ad andare dai miei era da 15 giorni che non li vedevo, ma la paura di attaccarli qualcosa.... ho preferito stare a distanza. Stasera tutti da loro e domani pure. Arrivano i parmigiani che staranno fino al 29

**Piera** Lunedì, 24 Dicembre 2018 12:25

Buona vigilia a tutti, io stasera per la prima volta dopo quasi trent'anni, non la festeggio a casa mia, Irene ha insistito per festeggiarla a casa sua, primo natale nella sua nuova casa

**mamma\_lara** Lunedì, 24 Dicembre 2018 08:58

Buongiorno a tutti. ❤️❤️❤️❤️❤️

**Piera** Domenica, 23 Dicembre 2018 22:21

Paula controllare il telefono di figli dodicenni è la base!!! Altroché.....anche Vittoria è controllata sempre!!! Penso proprio che dovrebbero fare tutti i genitori, tu non puoi nemmeno avere idea di cosa viene fuori da alcune chat.....

**paula1** Domenica, 23 Dicembre 2018 21:04

Buona sera a tutti...qui oggi sembrava primavera col sole e caldo...poi nel pomeriggio siamo scesi a Bologna e siamo quasi scappati dal freddo, puzza e umidità che c'erano... 😞😞  
io sto cercando di uscire dall'influenza latente...ho la tosse, raffreddore intermittente e ho avuto anche molto male alla testa ieri...visto che sono in ferie spero di riuscire a stare meglio...

il giorno di Natale sarò dai miei genitori e nel pomeriggio andiamo a salutare i parenti di Fausto...poi finish...non vedo l'ora di essere un po' al mare..... 😊

NICO...non arrabbiarti...io la penso come tuo marito.....e come dice CRI magari ci si può mettere un pensiero quando sono un po' più grandi.....però non fargli capire che vedi il suo smart altrimenti potresti perdere la sua fiducia...ma penso che lo sai già, visto che lavori dove passano tantissimi ragazzini... 😊

ROSSANA se pensi che ti faccia stare bene, dopo tanti dolori, un po' di silenzio e serenità ....goditela...tanto anche tu sai bene come raggiungere le persone a te care.....

WILLY mi hai fatto venire in mente che il giorno che pioveva e mi sono tirata su il cappuccio dell'eskimo...Paddy fece un salto dallo spavento... 😞😞😞😞 (mi manca tantissimo, ma oggi Fausto mi ha detto che se ho pazienza, quando va in pensione ne prendiamo un altro.....solo che lui dentro la quota 100 non ci stà... 😞😞😞😞😞😞😞 )

**mamma\_lara** Domenica, 23 Dicembre 2018 11:18

Buongiorno a tutti. Avrò tempo per scrivere un po' di cose e mentre facevo di tutto ho riflettuto sul messaggio di Rossana che vorrebbe stare da sola il giorno di Natale.  
Avrò tempo, per ora purtroppo o per fortuna va così.  
Buona domenica a tutti.

**cri69** Domenica, 23 Dicembre 2018 10:05

Buongiorno gente, buona domenica .

NICO ho sorriso quando ho letto il tuo post. Mia figlia ha cominciato all'asilo ad infrangere cuori, un bimbo le portava , tutte le mattine, i fiori dei gerani della nonna ...poi la nonna si è

incavolata 😊😊 .Alle elementari un compagno di classe , è andata avanti per anni, un bambino carinissimo , di una gentilezza assoluta ...ancora si sentono anche se si è trasferito con la famiglia da tanti anni. Ritengo che siano gli amori più puri, senza malizia , senza pretese ,di una dolcezza infinita ..non preoccuparti, sono quelli che si ricordano con gioia . I più tremendi sono quelli che arrivano in piena adolescenza ,lì un occhio in più ,informazioni a go go ed anche una buona dose di fiducia .

Auguri carissima 😊😊

WILLY, bella l'immagine di te che esce di notte con il cane ed il turbante , sembra di altri tempi , quasi romantica , mi spiace che invece sia solo un'immagine di dolore .Ti auguro che almeno per queste festività ti lasci vivere , un abbraccio.

MARGARET ,bello che la tua piccola ancora creda in questa meravigliosa magia ...spero duri a lungo .

**Margaret** Domenica, 23 Dicembre 2018 08:44

Buongiorno! Un saluto al volo ma affettuoso..vado a fare qualche pacchetto che Delia crederà ancora per qualche anno a babbo natale e quindi la magia è tutta per lei

**nico26** Domenica, 23 Dicembre 2018 08:33

Buongiorno a tutt]\*

willy che piacere leggerti l'antivigilia di Natale e pensare al cielo stellato guardo fuore e qui c'e il cielo grigio e pieno di nebbia!lo sono al lavoro e vi è già tanta gente.Saranno giorni intensi e spero che riacquisti un po di relax visto che sono arrivata veramente alla frutta.Ragazze Nicolo ha il primo amorino.....ma sono stravolta...Stamente ho controllato il whatsapp e da ieri è tutto un msg di amore ,tesorino,ti amo,,,,mi manchi ,come farremo.....cucciola, sei la mi a vita... 😊 Allora prima di andare al lavoro sono andata da mio marito e lui....ridendo dice ma va lasciali fare .....!Io sono stravolta! 😊 In 24 ore dicono cose che io nemmeno a 18 anni dicevo.....Aiuto!!!!!!!!!!!!Chiedo consigli!!!!!!!! 😊

**Willy** Domenica, 23 Dicembre 2018 04:19

Questa notte il nemico ha picchiato forte, ho dovuto ricorrere ad un turbante bagnato per alleviare un poco il dolore, l'alba è ancora lontana ma il cielo è bellissimo anche senza luna, sereno e pieno di stelle, sono uscito in cortile con Joi il mio cagnolino che non mi abbandona mai in questi momenti anche se con il turbante mi osserva sorpreso. La fortuna è che domani sono a casa dal lavoro e non devo riempirmi di farmaci. Devo essere in forma solo per la sera, la Roberta partecipa al presepe vivente che fanno in paese, molto bello a cui non voglio mancare. Vi auguro e mi auguro questi giorni di festa senza il mal di testa. Buona giornata a tutte.

**cri69** Sabato, 22 Dicembre 2018 08:27

Buongiorno gente, alle 6 mi sono svegliata dal dolore, trippata, vediamo come butta. Giusto perché le cose non devono mai venire da sole, sto aspettando l'elettricista, poi dovrò decidermi a chiamare l'idraulico... Niente di gravissimo... Ma intanto. Quest anno il Natale io, proprio non lo sento, sarà che ho festeggiato nei gg scorsi.. I prossimi sarò con la famiglia ma sola ?. Meglio che mi renda presentabile... Besos

**Margaret** Sabato, 22 Dicembre 2018 07:00

Buon sabato. Grazie mamma LARA per l'incoraggiamento.-Natale è alle porte ed è vero, stress. O forse proprio per troppi doveri in questo periodo si fanno anche le cose belle malvolentieri. Io sono allergica alle riunioni famigliari, ma non posso evitarle. Vi auguro una buona giornata, soprattutto tranquilla e in santa pace!

**rossana** Venerdì, 21 Dicembre 2018 22:07

CRI spero ben che tu riesca ad avere quello che ti spetta. ..che roba.  
E spero anche sempre che dopo tanto travaglio ti arrivi qualcosa di buono.

**rossana** Venerdì, 21 Dicembre 2018 22:05

PAULA bellissima la "Napoleonica"  
Scrivi sempre di itinerari o posti molto particolari, troppo forte.  
Ottimo il tuo periodo di ferie! !

**rossana** Venerdì, 21 Dicembre 2018 22:01

Quest anno ho proprio desiderio di stare per conto mio per le feste. In pace, tranquilla.  
E intendevo farlo anche il giorno di Natale o, per meglio dire, per il pranzo di Natale che poi nel tardo pomeriggio vado da amici che fanno festa dal mattino fino a mezzanotte.  
Ma, per il giorno di Natale il pranzo da sola non me lo posso concedere.  
Oggi la moglie di Stefano mi ha detto un po' preoccupata " ma cosa fai giù da sola?" e dunque andrò a pranzo su, non voglio né farli preoccupare né sembrare scostante.  
Però ho un tale bisogno di "disintossicarmi, depurarmi"e stare nel silenzio di casa che quasi non mi viene in mente di accendere la tv nemmeno una volta al giorno.  
Ma questo perché vedo persone e so che queste ci sono in caso di bisogno.  
Ed è questo l'importante.  
Le letture e le mie passioni mi fanno compagnia, sono fortunata perché le ho.  
Poi mi cucino bene, faccio ginnastica regolarmente, curo le piantine qui fuori coprendole la sera per il gelo e tante piccole cose che mi fa bene fare.  
Speriamo che mi duri un po....

**rossana** Venerdì, 21 Dicembre 2018 21:41

Ciao a tutti,

ancora freddo. Lo sento tanto secondo me anche perché, già da tempo, ho la temperatura sempre piuttosto bassa.  
Certe sere quando sento proprio troppo freddo me la misuro e mi capita di avere 35 o, qualche volta, anche meno.  
Oggi va un po meglio e infatti è 36.  
Mah, anni fa avevo fatto esami del sangue specifici proprio per escludere problemi di tiroide o che altro non ricordo.  
E andavano bene, allora la mia dottoressa mi aveva detto di lasciar perdere e più precisamente che in menopausa "il termostato" non funziona come prima.  
Quindi passare dalle caldane all'ipotermia è normale.  
Ricordo bene che anche la mamma aveva questo problema.  
Nessuna di voi ha il termostato ballerino?

**Cris83** Venerdì, 21 Dicembre 2018 17:57

.. considerando poi che questa settimana non ero in chetosi e sono stata meglio non mi spinge davvero a riprovarci.. farò passare questo natale e poi farò un punto della situazione.

**Cris83** Venerdì, 21 Dicembre 2018 17:56

PAULA sono contenta che dalla nutrizionista sia andando bene.. si meglio se non la fai troppo rigida, almeno all'inizio.. la pasta senza glutine della barilla è buonissima sembra uguale all'altra.  
Io mi vergogno a dirlo ma con la chetogenica proprio non va.. ho preso l'altro giorno un farmaco per il raffreddore e sono uscita dalla chetosi e da allora ho sgarrato senza rientrare. Non so perché faccio tutta questa fatica.. dovrei pensare che stavo meglio e dovrei pensare che devo perdere tantissimi kg.  
mi sento fuori forma e non mi entra più niente dentro al mio armadio. 😞 😞

**Cris83** Venerdì, 21 Dicembre 2018 17:54

CRI spero tu riesca a trovare un lavoro più gratificante e che ti faccia stare un po' serena, anche se ci vuole poco con quello che avevi 🤔

**Cris83** Venerdì, 21 Dicembre 2018 17:53

NICO immagino non sia facile avere il marito dolorante a casa 😞

**Cris83** Venerdì, 21 Dicembre 2018 17:52

Ciao a tutti!

Vi ho letto ultimamente ma non ho più scritto..

Sono immensamente felice di rileggere

Rossana.. ci sei mancata tantissimo! Condoglianze per tua mamma.. ma sono sicura che ora riposa serena!

Io per i regali sono super indietro.. mai trovata così all'ultimo.. Ma risolvo facendo dei biscotti tra domani e domenica. Ma mi tocca comunque uscire con mia mamma per fare un po' di spesa e dei regalini che le sono rimasti da fare a lei.. dico mi "tocca" perché ci sarà un gran caos in giro.

La testa va molto meglio.. o almeno ho passato quasi una settimana senza, poi è arrivato il ciclo e ieri ho fatto l'errore di fare un pisolino pomeridiano causa febbre a 38 e mezza e super raffreddore ed è partito un attacco di quelli micidiali. Preso un mix di roba che meglio se non vi dico. Ora meglio e sono a lavoro, ma sono venuta con mio padre perché di guidare proprio non me la sentivo.

Per chiara seconda tosse e raffreddore andato liscio senza broncospasmo. Sono partita subito con il farmaco al primo colpo di tosse e siamo riusciti ad arginarlo.

Stasera michele viene a prendermi e andiamo a cena e a dormire da mia suocera, domattina lui ha delle cose da fare là e cerchiamo di starle un po' vicino in questi giorni di festa. Domattina viene mamma in là e usciamo a fare questi ultimi regalini. E stasera ne approfitto per fare una bevutina con una mia amica che sta da quelle parti, anche se non sono molto in forma vado volentieri.

**mamma\_lara** Venerdì, 21 Dicembre 2018 15:15

Buongiorno a tutti

Ho un po' da fare ma ci sono

**Simona** Venerdì, 21 Dicembre 2018 10:31

Auguro a tutti voi buone feste e se possibile un Po di serenità...

**nico26** Venerdì, 21 Dicembre 2018 10:06

Buon venerdì a tutt\* dal lavoro. Oggi mio marito ha ricevuto la mail del primario che alle 12 lo vuole vedere per vedere come va. Lo porta un suo amico e mi chiama quando finito ma ..ma.. non sa che alle 12 ci sarò lì con lui perché voglio sentire cosa gli dice perché sono convinta che mi direbbe quello che gli pare 😊 E se si in@@@a dopo gli passerà! Cris noi tutte ci siamo insieme per superare i momenti di m....

Avanti pure!!!

**cri69** Venerdì, 21 Dicembre 2018 08:35

Buongiorno gente, qui molto freschino e nebbioso, siamo , circa, a -1.

Iniziamo questa nuova giornata , intanto cercando di capire chi sono ,poi facendo un po' di pulizie .In tutto questo caos la mia testolina fa la bravina , non oso immaginare quando ci sarà un attimo di relax , mi farà pagare anche gli interessi 😊 , ci penserò a tempo debito.

A più tardi ,besos

**cri69** Giovedì, 20 Dicembre 2018 16:58

Buon pomeriggio , giornate piene , piene di nervoso . Non sto qui ad annoiarvi con lo spiegare cosa è successo ...il caos. Ho trovato il signore che mi faceva le buste paga che una volta spiegato esattamente cosa è successo ha detto che farà il possibile per farmi avere tutto il dovuto.. Stamattina sono andata a fare la rsm, è stata interminabile , mi son presa un sacco di freddo, son qui che non mi scaldo nemmeno se mi siedo sulla stufa. Dover spiegare in 2 min 38 anni della tua vita clinica è davvero difficile . Vedremo cosa salta fuori, non sono preoccupata e mi par d'aver capito che non c'è nulla di troppo anormale e va già bene .

Devo ancora capire da che parte ricominciare , mi sembra di essere in un limbo. Ne uscirò , in qualche maniera ...

**Monica** Giovedì, 20 Dicembre 2018 13:45

Giornate frenetiche quelle prima di Natale, se poi ci si mettono gli autobus turistici a protestare perché non possono più entrare in centro, si scatena l'inferno! La nostra sindaca a me piace molto, sta finalmente facendo il bene della città e ovviamente ha calpestato molti piedi

**Monica** Giovedì, 20 Dicembre 2018 13:42

Buongiorno a tutti. Tempo incerto ma meno freddo di ieri. Oggi ho pagato lo sgarro di ieri. Per festeggiare il compleanno di una collega, ho mangiato la pasta e il pampepato, e oggi ho pagato il conto 😞

**nico26** Giovedì, 20 Dicembre 2018 12:29

Ciao a tutt\*

Allora ieri mio marito ha preso un cazziatone perché il medico vedendoli si usare le stampelle vedeva però che non teneva sollevata la gamba ma un po' la punta l'appoggiava. Lui c'è e rimasto male ma gli sta bene! Se gli dicono che per 35 gg non deve appoggiare deve fare così. Punto e basta. In auto tutto un bla bla e anche stamane e io che potevo venire a lavorare alle 10 sono uscita alle 8!!! 🙄🙄  
Che roba ste uomini o almeno il mio!!!

**paula1** Mercoledì, 19 Dicembre 2018 20:11

Buona sera a tutti...qui tempo stabile e oggi neanche tanto freddo...meno male, perché dal paesello dove sono andata alla visita sono dovuta rientrare a piedi, perché non c'era la corriera a quell'ora, ma con la scorciatoia che si chiama Napoleonica ( il nome è già un programma 😊) si fa presto...non è nemmeno 3 km ed è tutta discesa...l'h pagata col mal di gambe a riposo, ma ormai è sempre così...la visita è andata bene...la dottoressa mi è piaciuta e mi ha fatto piacere che conoscesse la chetogenica (che non è scontato che tutte le dietiste la conoscano)...

non mi ha dato un regime alimentare stretto, ma abbiamo deciso di provare alcune strategie che stanno appunto studiando per la fibromialgia e che, con alcune accortezze sulle quantità, mi serviranno anche a calare di peso...praticamente cercherò di eliminare gli zuccheri (la stevia posso usarla), dovrò incentivare la frutta (ne mangio davvero pochissima), e sostituire la pasta e il pane con quelli senza glutine, ma senza ammatire e comprando anche i prodotti Coop che vanno bene...

credo che inizierò a gennaio... 😊

domani ho la lunga al lavoro, ma siccome chiudiamo il reparto appena finiamo tutto posso tornare a casa e inizio le ferie....rientro il 7 gennaio...direi che non posso lamentarmi 🙄🙄

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Dicembre 2018 16:18

Nico, attendiamo notizie.

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Dicembre 2018 16:18

Margaret, sono proprio felice che un po' di risultati arrivino con la dieta. Noi la chiamiamo dieta ma è a tutti gli effetti una profilassi e non bisogna mai sgarrire.

Sei bravissima.

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Dicembre 2018 16:16

Rossana, anche tu con il mal di gola.

Penso influisca un po' anche tutto lo stress che hai avuto nell'ultimo mese. Io quando sono stressata mi ammalo più facilmente.

Sicuramente avrai i glutei sodi, ma sei magrissima e di quello devi tenerne conto

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Dicembre 2018 16:14

Maya, la neve ci circonda e ne risento anch'io nonostante non debba andare a lavorare.

Mi sa che le strade facciano fatica un po' ovunque a liberarle dalla neve, non ci sono soldi purtroppo

**mamma\_lara** Mercoledì, 19 Dicembre 2018 16:11

Annuccia, la mia tosse si calma io uso una polvere che fa parte dei corticosteroidi, la respiro con la bocca e un po' mi aiuta. La devo prendere insieme ad un inalatore nasale. Un po' aiutano, ma non tantissimo.

Vedo che anche tu ne hai di accertamenti da fare. Anche da ste parti tra Gabriele e me non si scherza. Però va tutto bene almeno qui.

Per tua sorella un altro po' di respiro.

Non so che ti ha messo in mente che ci si debba contenere nelle lamentele.

Lasciami dire che se fosse così sarebbe meglio che neppure aprissimo il forum.

Qui cara si lascia quello che non possiamo dire altrove e se a qualcuno non va bene gli basta non

leggere che sta meglio lui o lei e stiamo meglio anche noi.

Noi raccontiamo ciò che ci pesa o che ci fa felici, questo dobbiamo mettercelo ben in mente.

Queste sono le regole del forum.

Sappi che quando raccontate il vostro star male mi fa bene perchè non mi sento sola e mi faccio forza.

Quando raccontate le vostre gioie siccome vi voglio bene gioisco con voi.

Quindi racconta quello che ti viene se racconti di te e se qualcuno non vuole leggere passa oltre. Io leggerò di questo puoi starne certa ♥

**nico26** Mercoledì, 19 Dicembre 2018 10:11

Buon mercoledì a tutt\*dal lavoro .Oggi visita di controllo di mio marito e vediamo cosa dicono.Ragazze la nostra emotività ci gioca un ruolo importante della nostra emi.Sosteniamoci a vicenda e andiamo avanti 😊

**Margaret** Martedì, 18 Dicembre 2018 21:26

Buonasera e buonanotte. In questo periodo tirando le somme da novembre fino ad oggi posso osservare i benefici della chetogenica. Ci sono giorni che lavoro per 12 ore, poi il corso a Firenze tre giorni al mese..e la testa regge. Meno attacchi senz'altro e quelli che arrivano però sono di 72 ore spaccate e refrattari ai farmaci. Forza a tutti, vado a crollare nel letto. Mi fa piacere leggere vostre notizie

**rossana** Martedì, 18 Dicembre 2018 20:30

ANNUCCIA tu vivi ognuna città tanto bella quanto difficile.

Proprio oggi ne parlavano in TV, del traffico 😞

Per i malanni vari capisco la scocciatura ma a questa età è così per molti. ..augh

Bene per tua sorella

**rossana** Martedì, 18 Dicembre 2018 20:25

Passo dal letto al divano, non credo che questo esercizio sia sufficiente a rassodare i glutei. Almeno servisse a quello..

**rossana** Martedì, 18 Dicembre 2018 20:23

Ciao a tutti,

stamattina oltre al mal di gola si sono aggiunti raffreddore e tosse.

E poteva non arrivare l'emicrania?

Me la tengo stretta da stamattina con il solito mal di schiena e domani riprendo il cortisone.

Avanti pure

**Maya** Martedì, 18 Dicembre 2018 15:41

È l'ultima settimana poi vacanze di Natale,un po' di riposo..... 😊 😊

**Maya** Martedì, 18 Dicembre 2018 15:30

Ciao.....ieri sono andata al lavoro con qualche difficoltà ..causa neve,non tantissima ma qui a San Felice la pulizia strada avviene con una ditta appaltatrice.....sempre ultimi o quasi ,tutte le strade per uscire sporche ....arrivata ai successivi paese un po' meglio...però per le 11 la testa friggeva ed ero molto tesa.....la giornata con fatica l'ho terminata ma poi in serata emy e la notte tanto dolore, stamattina non sono riuscita ad andare 😞 direi periodo ciclo,ma tutti gli effetti ci sono tranne il ciclo compreso

vomito e virus Maya..... 🤮 ....è solo oggi riesco a vedere quasi bene.....però il letto sono riuscita a sistemarlo,e a dare la pappa alla mici a Maya ...che non mi lascia sola un attimo....

**Annuccia** Martedì, 18 Dicembre 2018 14:16

MONICA, non sai quante volte penso alla mamma di Valerio.

Il male del non ricordo è il male più terribile che possa capitare.

**Annuccia** Martedì, 18 Dicembre 2018 14:13

Roma è il caos più totale per il Natale, come tutti gli anni. Non vedo l'ora di arrivare a venerdì per non dover venire a studio. Dobbiamo fare ancora l'albero di Natale. Insomma estrema confusione. Non vi tedio oltre perchè non finirei più..... sappiate che vi voglio bene.

**Annuccia** Martedì, 18 Dicembre 2018 14:11

Bollettino medico generale: la pet di mia sorella è rimasta invariata (gran cosa), Roberto dovrà fare scintigrafia renale a gennaio perchè i valori si sono un pò abbassati, la pressione anche con la

psicichina è scesa e sotto controllo, io dovrò andare dalla endocrinologa perchè ho un valore un pò alto relativo alle paratiroidi. Insomma ... un pò di tutto , non ci manca nulla.

**Annuccia** Martedì, 18 Dicembre 2018 14:09

Eccomi qua anche io.

Ho una tosse terribile, sono stata venerdì, sabato e domenica a casa per riguardarmi , ma la tosse continua. Stamattina ho pensato di ricominciare a fare le pompette per l'asma perchè ho ricordato che anche l'altra volta le tosse erano continue e con accessi irrefrenabili. La pneumologa mi segnò queste inalazioni per bocca a base di cortisone da fare per sempre. Proviamo.....

**nico26** Martedì, 18 Dicembre 2018 13:29

Buondi' a tutti/e dal lavoro .

Beh..Lara il tuo msg di stamane 9.30 ea calzante per me!!Fantastico.

Monica 64 anni è l'eta in cui si e' ammalata la mia mamma ed è durto 10 anni e il 13/12 erano 17 anni che è mancata.Ma so che ora è in pace e non soffre piu!

Forza insieme andiamo avanti e spero che Fefe oggi stia meglio!

**mamma\_lara** Martedì, 18 Dicembre 2018 09:50

Fefe, la stanchezza ci sta, quando prendevo i triptani ero sempre stanca anch'io.

**mamma\_lara** Martedì, 18 Dicembre 2018 09:46

Fefe, che brutta roba quando il triptano non funziona.

Spero vada meglio oggi. 😊

**mamma\_lara** Martedì, 18 Dicembre 2018 09:44

Paula, dalla finestra della scala, ho intravisto il tetto della casa che sta dopo il giardino del mio vicino ed era tutto bianco. Non ha nevicato ma stanotte ha ghiacciato per bene.

Bisogna fare tanta attenzione a camminare e anche ad andare per strada

**mamma\_lara** Martedì, 18 Dicembre 2018 09:42

Monica, la vita di tua suocera non è vita, faccio persino fatica a parlarne per quanto mi fa male.

Una malattia del genere devasta tutti. ♥

**mamma\_lara** Martedì, 18 Dicembre 2018 09:33

Nico, anche tu sei forte 😊

Siccome non ne hai abbastanza da fare aiuti chi ne ha bisogno, ma fai bene se te la senti.

**mamma\_lara** Martedì, 18 Dicembre 2018 09:30

Rossana, ecco che hai scritto ciò che tuo fratello dice - "mi sembra di non vivere".

Questa cosa è quello che io ho dentro, devo fare ciò che mi fa sentire viva.

E lo devo fare costi quel che costi.

Questo ho fatto sempre e sto bene da sempre, ma la cosa più importante è che mi ha dato la forza di superare tutto quello che la vita mi ha riservato.

Gabriele ormai neppure mi dice più niente, mi vede scorribandare per casa su e giù per fare tutto quello che ho nella mia testa. Si è rassegnato. Però pur di farmi fermare un attimo sopporta anche di vedere

un film di Natale melenso e insulso. 😊

Grazie carissima per aver scritto questa cosa, mi fa di un bene che non immagini.

**mamma\_lara** Martedì, 18 Dicembre 2018 09:20

Buongiorno a tutti.

Grande fermento in giro per tutta Italia, stanno uscendo le nuove terapie e si fa la corsa a cercare informazioni che siano date da noi, così mi chiedono informazioni e alcune di queste poi attraverso me le chiederanno anche a voi.

E' positiva la cosa, perchè stanno lavorando in tanti per cambiare l'immaginario collettivo che si ha del MDT.

Così c'è un bel da fare.

Ma va bene così 😊

**feffe81** Martedì, 18 Dicembre 2018 07:41

Buongiorno a tutti. ROSSANA in effetti non proprio un inizio dei migliori,ma amen. Stamattina va meglio, sono solo stanca stanca

**rossana** Lunedì, 17 Dicembre 2018 23:54  
Buonanotte a tutti

**rossana** Lunedì, 17 Dicembre 2018 23:53  
CRI che brutta cosa questa che ti è capitata sul lavoro.  
Inqualificabile e qui mi taccio.

**rossana** Lunedì, 17 Dicembre 2018 23:50  
MONICA povera tua suocera.....e voi tutti.  
È giovanissima.....ma mi par di capire che la malattia vada più che veloce.  
Vi capisco, ci vuole una forza per reggere....

**rossana** Lunedì, 17 Dicembre 2018 23:44  
PAULA anche io stasera ho mal di gola.  
Dovendo scegliere tra paracetamolo e nimesulide e ibuprofene - questo avevo in casa - ho optato per ibuprofene.  
Spero funzioni, il paracetamolo in questo caso non mi ha mai funzionato.  
Vedremo

**rossana** Lunedì, 17 Dicembre 2018 23:41  
FEFFE che brutto inizio.... 😞

**rossana** Lunedì, 17 Dicembre 2018 23:39  
Ciao a tutti,  
ero sul divano - nuovo e bellissimo e comodissimo 😊 - e leggevo.  
Sentivo muovere le sedie sotto al portico che noi lasciamo tutto l'anno e mi domandavo chi e cosa facesse fuori a quell'ora e con questo freddo.  
Subito ho pensato che Stefano o il figlio stavano mettendo fuori il pattume pero' poi continuava.  
Ho guardato poco fa ed era Stefano che stava piazzando il filo di luci per l'adobbo natalizio.  
Che roba ....sveglio da stamattina alle 5,30 e in partenza domattina stessa ora o prima.  
Mah, lui sacrifica il sonno ma fa quel che sente se no - dice - mi sembra di non vivere.  
Mah...

**feffe81** Lunedì, 17 Dicembre 2018 22:03  
Oggi sono rientrata al lavoro, ho fatto 10 ore perché avevo anche il test del corso di inglese e nel tardo pomeriggio mi è partito un attacco...ho preso trip già da due ore ma ancora non ha fatto niente 😞

**paula1** Lunedì, 17 Dicembre 2018 20:21  
Buona sera a tutti...qui è finita la neve...stanotte abbiamo dormito da mia sorella e stamattina siamo partiti prestissimo...però si girava bene...per domani hanno messo il sole 😊😎 la mia emicrania sembra finita, ma adesso ho un gran mal di gola....anche un po' di febbre...ho preso del Tachidol anche perchè ho dolori dappertutto...meno male che mercoledì sono a casa...e ho la visita dalla nutrizionista qui su in paese... 😊

**Monica** Lunedì, 17 Dicembre 2018 13:40  
Cri non so che dirti per il lavoro, certo hai perso una fonte di reddito, ma acquisterai in salute. Spero arrivi presto qualcos'altro

**Monica** Lunedì, 17 Dicembre 2018 13:38  
Buongiorno a tutti. Rossana ho letto di tua mamma, beh mi permetto di dirti che è meglio così, che come hai detto tu, l'hai persa tanti anni fa, quando è arrivata quella malattia devastante.  
Come sai la sto vivendo con mia suocera. 64 anni, ormai immobile a letto da oltre un anno, persa in un mondo lontano, un mucchio di ossa. Non è vita, nemmeno per i familiari che si stanno ammalando vedendola in quelle condizioni e cercando di farla stare meglio possibile. Sempre più spesso le auguro che questa non-vita la abbandoni presto, per lei, per il marito e per il figlio. Ti mando un abbraccio

**nico26** Lunedì, 17 Dicembre 2018 13:09  
Buon lunedì' dal lavoro a tutti/e.  
Cri dacci notizie perche' pensare che ti hanno trattata così mi fa vermanete imbestialire.  
A Modena e' venicato ma da me che son 22 km cavolicchi ci sono 20 cm e stamani sono impazzita per uscire visto che il cancello si era bloccato e faceva tutto mio marito ma visto che non puo' camminare

mi dava indicazioni alle 6.30 di mattina e urlava anche perché la finestra dista dal cancello circa 30 mt .Se qualcuno sentiva sembrava che litigassimo 😞 .Poi avevo un ragazzo a dormire perché la sua mamma è tornata x un mes a casa in Filippine che gli è morto l'ultimo fratello rimasto di infarto (su 8 sei sono morti tutti di infarto e lei dice sempre che da loro non ci sono le cure come da noi)Dato che ha altri 2 figli gli ho una mano per quello di 12 anni .  
Avanti pure cara mia family!!!

**mamma\_lara** Lunedì, 17 Dicembre 2018 09:58

Cri, attendiamo notizie.

**mamma\_lara** Lunedì, 17 Dicembre 2018 09:57

Rossana, anche a me piace quando nevicava fin da piccola e mi piace il silenzio che porta anche per le strade.

Poi è il gelo che mi fa paura e poi con quello sono reclusa in casa purtroppo

**mamma\_lara** Lunedì, 17 Dicembre 2018 09:55

Buongiorno a tutti.

Willy, da noi piove, ha nevicato però da mia sorella che abita a Sermide.

**cri69** Lunedì, 17 Dicembre 2018 08:59

Buongiorno a tutti, qui ha piovuto .

Vado al Caf ☹️☹️ .

Poi vi racconto ...

Buona giornata a voi.

Besos

**rossana** Domenica, 16 Dicembre 2018 22:58

Grazie anche a te Willy.

Rientrata da poco da pomeriggio / cena con cugine.

Quanto mi piace veder nevicare e guidare mentre nevicava.....

Se non avessi paura di scivolare - ho il terrore a fare due passi a piedi sulla neve - andrei a passeggiare.

La neve è sempre una magia 😊

**Willy** Domenica, 16 Dicembre 2018 20:50

Qui ha iniziato a nevicare con forza, previsioni rispettate. Rossana coraggio dopo il buio viene sempre la luce, vedrai ora starai meglio, un abbraccio.

**mamma\_lara** Domenica, 16 Dicembre 2018 20:50

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

**mamma\_lara** Domenica, 16 Dicembre 2018 16:48

Oggi avevo i ragazzi a pranzo, vado che ho da fare 😊

**mamma\_lara** Domenica, 16 Dicembre 2018 16:47

Annuccia, io ti leggo sempre volentieri 😊

**mamma\_lara** Domenica, 16 Dicembre 2018 16:45

Piera, anche a me S. Luca piace anche se non sono di Bologna mi fa sentire a casa lo stesso. 😊

**mamma\_lara** Domenica, 16 Dicembre 2018 16:44

Paula, Gabriele sta bene anche se la voce fa fatica ad arrivare, sembra sempre affaticato, ma ha solo quello che da l'idea di quello che ha passato, per il resto va bene.

Però va bene e passa l'aspirapolvere ovunque. Lo lascio fare. 😊

Mi spiace per Fausto che ancora non sta bene, ma pensa te che noi dopo un attacco di emicrania è così che stiamo sempre. Almeno questo i nostri compagni dovrebbero saperlo.

Per la neve sai ch4e non dico niente. Ma tu vai con la corriera blu

**mamma\_lara** Domenica, 16 Dicembre 2018 16:40

Rossana, immagino che la burocrazia ne pretenda di tempo per sistemare tutto. Se dopo questo ti rimane anche un piccolo barlume di forza e hai la voglia di spenderla per te fai proprio bene. La cosa che mi è piaciuta nel tuo messaggio è che lo spendi come intendi tu, questo cara fa sempre bene, perchè sarà il tempo di qualità rarissima.

**Annuccia** Domenica, 16 Dicembre 2018 15:38

Caro forum, sono ormai latitante e solo ora leggo di rossana anche se le avevo scritto im privato le mie congratulazioni per il suo bravissimo e bellissimo nipote. Le nostre vite in tanti anni di scrivere sono ricche di dolori e gioie. Qui le parole non mancano comunque mai..... vi voglio bene

**Piera** Domenica, 16 Dicembre 2018 14:56

rossana che belle soddisfazioni che da' alla sua famiglia tutta, il vostro Francesco, e' bello sapere che ci sono ancora tanti giovani come lui 😊 Nico la foto e' bellissima, tutte le volte che torno a Bologna da fuori, specie quando vado lontano.....vedere San Luca al mio ritorno mi fa sentire subito di nuovo casa!!!

**paula1** Domenica, 16 Dicembre 2018 14:41

Buon giorno a tutti...sono a casa..anzi in casa...non si capisce se Fausto sta bene o no, ma si sa che gli uomini sono sempre esagerati..ha solo un po' di tosse....stiamo aspettando la tanto annunciata neve, anche se il cielo non è così bianco.....se inizia andiamo a dormire da mia sorella, così siamo più vicini al lavoro 😞 ...ancora una settimana poi un po' di riposo....la mia emicrania era quella tipica...3 giorni e anche stamattina, dopo una notte dolorosa, ho dovuto prendere il Toradol..... 😞

**rossana** Domenica, 16 Dicembre 2018 14:21

Buongiorno,  
LARA in realtà si tempo ne ho.  
È l'urgenza di alcune cose burocratiche unita alla mia urgenza di fare, di mantenere le passioni e le relazioni....  
Ma adesso di tempo ne ho e voglio spenderlo per me. E bene, come intendo io

**mamma\_lara** Domenica, 16 Dicembre 2018 09:51

Nico, non riesco a vedere il Santuario di S. Luca, ma i colori sono bellissimi. Quando abitavo a casa mia vedevo sempre l'alba, qui invece sono protetta dalle case che mi circondano, ma il centro storico è così. 😊

**mamma\_lara** Domenica, 16 Dicembre 2018 09:48

Buongiorno a tutti.

Rossana, che bello tu abbia trovato il tempo di scrivere qui. E' inutile dirti che ci manchi.  
Bellissima soddisfazione la laurea con lode di tuo nipote e ci credo che ti sei emozionata, vengono gli occhi lucidi a me anche solo il leggere di queste notizie.  
Guai a te se non porti il video che abbiamo fatto al Convegno, è stato fantastico. Ma anche per l'intonazione, mica solo per il coraggio.

Per il mio essere più contenuta non è così, solo che tengo per me e per pochi intimi le cose che faccio. Ma io sono fatta così ed è questo il mio essere, ma è giusto che stia zitta. Però il tempo per i film con Gabriele devo ritagliarlo perchè lui ci tiene, fa fatica a dirlo e magari sbuffa , però l'avermi li gli fa bene, almeno questo mi è parso di capire, poi magari fra un po' di anni mi dirà che gli è pesata tantissimo questa cosa 😊

I corsi che fai sono bellissimi. Sei proprio brava 😊

**nico26** Domenica, 16 Dicembre 2018 08:07

Ciao a tutti e a tutte e buona domenica.Vorrei regalare ad ognuna di voi la foto dell Alba di stamane .Meraviglia di colori nel.cielo lo sfondo in lontananza del santuario di San Luca di Bologna. L'ho postata su Facebook perché mi ha preso l'anima.Ross Ecco la frase giusta per te ora è ...riscopri quanto hai tenuto dentro al.tuo cuore ,perché hai un tesoro immenso da donare agli altri.

**rossana** Sabato, 15 Dicembre 2018 23:07

Ora tento di leggere un po.  
Sto seguendo due corsi: inglese e Lettura espressiva, quest ultimo bellissimo e difficile.  
Poi pretendo di leggere anche il quotidiano e ...insomma tutto non ci sta.  
Un abbraccio e buonanotte a tutte

**rossana** Sabato, 15 Dicembre 2018 23:04

LARA bello sentire che stai un po più contenuta....  
E ancor di più sentire che guardi i film con Gabriele.  
Che tenerezza

**rossana** Sabato, 15 Dicembre 2018 23:02

Domani incontrerò le cugine per scambiarsi gli auguri e aggiornarci ecc. ecc.  
Vorrei portare con me il video della mia performance canora al Convegno di due anni fa.  
Devo farlo vedere, e sentire, perché loro non credono che io abbia avuto cotanto coraggio.  
E in effetti coraggiosa lo sono stata.....osando sicuramente troppo.  
Ad ogni buon conto, sta cosa essendo vera, la voglio mostrare ché io le cose mica le dico per dire.

**rossana** Sabato, 15 Dicembre 2018 22:54

PAULA bello aiutare lo scrittore famoso!  
Da mettere tra le cose positive

**rossana** Sabato, 15 Dicembre 2018 22:52

Per essere precisa devo dire che mi sono commossa di brutto.  
Ma che bello...

**rossana** Sabato, 15 Dicembre 2018 22:49

Ieri ho vissuto una grande emozione.  
Francesco, figlio di mezzo di mio fratello piccolo, ieri si è laureato.  
Terzo anno di economia e marketing.  
Quando hanno chiamato il suo nome, dopo altri ragazzi ovviamente, si sono alzati in piedi tutti i docenti o chi essi siano, e lì subito commozione : ho pensato subito che era per la lode.  
E così è stato: 110 con Lode e complimenti a lui e ai genitori.  
L'unico tra quelli di ieri.  
Grande emozione, troppo bello.  
Evviva Franci

**rossana** Sabato, 15 Dicembre 2018 22:39

Ciao a tutte,  
e a tutte grazie per le vostre parole di affetto.  
Continuo ad essere serena, il sollievo che deriva dall'aver staccato con la sua sofferenza è grande.  
Devo anche dire che la mamma manca da molti anni, che di pianti ne ho fatti tanti già quando non era chiaro se mi aveva capito o no.  
Non voglio nemmeno pensarci.

**Margaret** Sabato, 15 Dicembre 2018 17:36

Carissima Rossana ti mando un abbraccio e che tu possa stare il più serena e consapevole possibile come ti ho letta.

**nico26** Sabato, 15 Dicembre 2018 14:50

Ciao a tutti e buon pomeriggio. Ho la lavatrice che va da questa mattina alle 8:00 non vi dico quante ne ho fatte. I dire che siamo solo in tre.... sarò Maniaca del bucato.  
CRI sono delle emerite. m@@@e e spero scusate paghino la loro cattiveria.Non si può trattare un essere umano così...

**mamma\_lara** Sabato, 15 Dicembre 2018 14:23

Mi sono trovata sottomano questo scritto di 12 anni fa.

Il giorno 13 Dicembre scorso, ho seguito la trasmissione Porta a Porta diretta dal Giornalista Bruno Vespa, che trattava l'argomento Cefalea.

Io soffro di "emicrania cronica" e "cefalea a grappolo cronica", per questo motivo faccio parte e ne sono la responsabile di un Forum di Sostegno al Dolore Cefalalgico nel sito Italiano della Cefalea [www.cefalea.it](http://www.cefalea.it)

Scrivo a nome mio e del forum che rappresento.

Mi sento di spiegare cosa voglio dire avere mal di testa tutti i giorni dell'anno e per tutti gli anni della tua vita, una vita fatta di speranza che la cura che stai facendo possa giovare al tuo male, nella speranza che trovino finalmente la cura per curare il TUO di male e non essere costretto a curarti con farmaci che curano la depressione o l'epilessia.

Una vita fatta di rinunce e di privazioni, passata per la maggior parte dei giorni sperando che un giorno duri un minuto.

Una vita passata nella paura che arrivi l'attacco, in attesa del dolore che toglie anche il respiro e il più delle volte senza riuscire a governare lo stato di ansia che si impadronisce di tutto il tuo essere.

Una vita passata nella paura di leggere negli occhi della tua famiglia la tua sofferenza e nel cuore una stanchezza infinita che ti fa perdere volontà di pensare al futuro.

Una vita vissuta in modo precario con la sensazione di essere sempre in prossimità di un costante pericolo.

Una vita vissuta ad ingerire farmaci che distruggono corpo e mente, togliendoti la gioia e il sorriso. Potrei continuare ad elencare fino all'infinito cosa vuol dire vivere col mal di testa, ma so che a poco servirebbe e non scrivo per questo.

Scrivo perché seguendo la sopraccitata trasmissione, mi sono sentita una rabbia mista a dolore per come è stato trattato l'argomento, scrivo per come il signor Vespa ha condotto la trasmissione e per come ha permesso ai suoi ospiti di sminuire il mal di testa.

Sicuramente il signor Giurato non sa neppure cosa voglio dire avere il mal di testa del quale parlo io, lui è certamente figlio di genitori senza male alla testa perché lui stesso non può avere il MIO mal di testa, visto che a lui gli passa facendo l'amore.

Ma neppure la signora Del Santo lo sa, se lamentava solo un cerchio alla testa nella grande impresa di scrivere il suo libro.

Senza tralasciare le coccole che alla signorina Tommasi servono a far passare il dolore.

Non ho visto in trasmissione nessuno dei milioni di pazienti che dopo aver provato tutte le cure possibili e aver speso un capitale per rincorrere la "guarigione", si ritrovano con più male alla testa di prima e senza nessuna prospettiva che arrivi in futuro la cura per curare il loro male.

Come vorrei vedere una trasmissione dove fanno parlare i pazienti che non hanno tratto nessun beneficio da nessuna terapia, come vorrei che un Luminare portasse con se i pazienti che non riesce a far star meglio e dire com'è la nostra vita di tutti i giorni.

E' la disperazione che ci spinge a "pellegrinaggi" da specialista a specialista perché loro sono l'unica porta che ci collega alla speranza.

Troveremo mai chi riesce a dare buona informazione di un male che affligge così tante persone?

Se non riescono a farlo, è meglio lasciar perdere, perché l'informazione così fatta, ci fa solo del male. Grazie per l'ascolto.

lara merighi

**cri69** Sabato, 15 Dicembre 2018 09:41

Buongiorno a tutti, -5 stamane ma c'è un bel sole e va bene ,meno umidità.

LARA ,certo se non sanno loro come mettermi a 90 chi se no ? ma non sono nemmeno arrabbiata solo disgustata ,alla fine i signori non sono loro...andrò a prendermi i miei documenti , il mio assegno e per l'ennesima volta ricomincerò da capo , anche se è faticoso e demotivante 😞 .

PAULA ogni tanto qualche piccola soddisfazione c'è ...mi fa piacere.

LARA non fara' fatica Gabriele a trovare i filmini ,ci sono solo quelli 😊😊

**mamma\_lara** Sabato, 15 Dicembre 2018 08:16

Cri, mi sembrava strano che tu potessi fare qualcosa per il tuo contratto. In quella casa sanno come

muoversi e si sono mossi per il verso che faceva comodo a loro. 🤔

C'è una frase che non posso dire, ma ricordami che quando vieni te la dico. Ci calza a pennello.

**mamma\_lara** Sabato, 15 Dicembre 2018 08:13

Paula, qui si dice che arrivi la neve, ormai non si vede più qui da noi.

Mi viene in mente la mia mamma che diceva sempre: "sotto la vene pane, sotto la pioggia fame".

Per questo anche se la neve mi reclude in casa io l'eccetto di buon grado

**mamma\_lara** Sabato, 15 Dicembre 2018 08:10

Buongiorno a tutti.

C'è tutto un "brulicare" di eventi che arrivano da tutte le parti e c'è un bel da fare.

Ma non si può mollare adesso che sembra tutto così vicino.

Si fa quel che si può sempre e alle volte anche di più, ma va bene così Gabriele sta bene e io con lui.

Il Natale si avvicina e c'è un po' da fare, ma va bene lo stesso perchè tanto se non ci fosse me lo inventerei.

Gabriele non sa più cosa fare per farmi stare seduta un po'.

Voi non sapete che io ho una tradizione in questo periodo, lo facevo con i bambini poi me lo sono portata dietro anche quando loro sono diventati adulti. Prima di Natale guardavamo in tv tutti i film che trattavano il tema Natale. Ora Gabriele cerca tutti i film natalizi e mi chiama a guardarli. Non oso neppure immaginare quanto costi a lui questo sacrificio visto che se non ci sono 200 morti e stragi per lui sono film monotoni. Mi chiedo sempre come faccia ad essere così tranquillo.

Io più per farlo contento mi siedo un po' a fargli compagnia e guardiamo sto film 😊 Di Natale ehh, mica quelli ammazza ammazza. 😞

**paula1** Venerdì, 14 Dicembre 2018 20:25

ROSSANA è un piacere leggetti, un po' meno sapere di questo grande dolore, però le tue parole sono bellissime e credo che la tua mamma ora riposerà in pace e serenamente...

**paula1** Venerdì, 14 Dicembre 2018 20:23

Buona sera a tutti...la neve tanto segnalata non è arrivata..mentre è invece molto freddo...stamattina era tutto ghiacciato...la corriera è arrivata con le catene e le ha smontate alla mia fermata...non so se sia stata la neve (probabile), quel po' di cioccolata che ho messo nel latte o il nervoso al lavoro...fattostà che alle 11 al lavoro ho dovuto prendere 60 gc di Toradol altrimenti l'emicrania mi devastava...il dolore forte è calato in un'oretta, ma sono spossata...la testa è delicatissima..., però sulla bilancia bisogna mettere anche le cose positive e oggi ho preso la tredicesima e un buono di 100eu, regalo del direttore a tutti...poi ho aiutato uno scrittore molto famoso in una ricerca per un saggio che

scriverà il prossimo anno, mettendolo in comunicazione con un amico... 😊 ora 😊😊😊😊

**Isa** Venerdì, 14 Dicembre 2018 15:09

Feffe mi dispiace, ancora MDT! Quanta pazienza! Anche per te Cri, per altri motivi. Buona giornata a tutte

**Isa** Venerdì, 14 Dicembre 2018 15:08

Cara Rossana, ho appena letto i tuoi messaggi. Le amiche che mi hanno preceduto hanno scritto tutto quello che anche io avrei voluto dirti. Condoglianze carissima amica e sappi che capisco benissimo quello che stai provando e che io ho provato l'anno scorso quando è mancata la mia mamma che mi manca ancora tantissimo... ti mando un abbraccio speciale

**Elisabetta** Venerdì, 14 Dicembre 2018 14:59

Bentornata, Rossana. Sei mancata tanto a tutti. Con il tuo calore e la tua umanità. Gli stessi che emergono nel ricordo dolcissimo della tua mamma. I tuoi genitori mi sembra di averli conosciuti, tanti e bellissimi sono stati i racconti che parlavano di loro. Come dei tuoi fratelli che ti aiuteranno certamente a riprendere il cammino dopo questi anni di sofferenza.

Ti abbraccio, cara. E grazie per le tue parole che sono una lezione di vita.

**nico26** Venerdì, 14 Dicembre 2018 12:14

Ciao a tutti/e.

Ross quello che avete fatto per la mamme è immenso e pieno di amore...La tua serenità anche se hai dentro dolore per la perdita della mamma si sente dalla tue parole!ti sono vicina !

**feffe81** Venerdì, 14 Dicembre 2018 11:31

Buongiorno a tutti. Qui emicrania da stamattina, ho provato ad aspettare un po'ma adesso ho preso un triptano. Evidentemente non mi è concesso di stare bene un giorno

ROSSANA che belle le tue parole...ti abbraccio

**mamma\_lara** Venerdì, 14 Dicembre 2018 10:01

Buongiorno a tutti.

Rossana, capisco il tuo stare, mi viene in mente ciò mi disse Gabriele quando mi ha raccontato di sua moglie che dopo due anni di sofferenze incredibili ha smesso di vivere. Lo so che è brutto da dire, ma quello che lui ha sentito è stato il sollievo che il quel momento provava Gabriella che finalmente aveva smesso di soffrire.

Tua mamma ora vive come è sempre stata prima della malattia perchè è così che deve vivere nei vostri pensieri e nei vostri cuori.

Io da mamma è questo che vorrei dai miei ragazzi e glielo dico sempre, non mi aspetto pianti ma festeggiamenti al mio funerale e se mai fossero così "folli" da farlo in una sala dove invece che piangere si canta e si balla quello sarebbe il massimo.

Tanto folle io lo sono sempre stata, ho festeggiato il Natale in pieno agosto un po' di anni fa mettendo anche tutti gli addobbi natalizi, quindi sanno che a me andrebbe più che bene.

Ma tu sai bene e siete una bellissima famiglia. Ora certo che ci saranno momenti duri, ma sei circondata da tanto affetto e spero che ci sia un futuro abbastanza vicino anche per altre "sistemazioni".

Mi fa piacere che tu abbia scritto, si sentiva la tua mancanza, si sentiva eccome. ♥

**cri69** Venerdì, 14 Dicembre 2018 09:28

Buongiorno gente , oggi 1°.

Stamattina aprire il forum e trovare Ross è stata una gioia ,leggere la sua sofferenza molto meno 😞.

Un abbraccio grandissimissimo,il mio augurio è che trovi un po' di serenità .

Spero che le amichette trippate stiano tutte meglio e siano nella fase di ripresa .

Sono andata al Caf , senza lettera di licenziamento non possono far nulla , comunque da quello che ho spiegato ,tenendo presente il tipo di contratto ,potevano mettermi a casa quando volevano , anche senza preavviso se pagato...vediamo quando riuscirò a recuperare i documenti .

Du pa....

Besos

**Piera** Venerdì, 14 Dicembre 2018 09:28

Rossana sono contenta che dopo tanti e tanti anni duri di malattia, la tua mamma se ne sia andata in cielo dolcemente, le era dovuto!!! ma si sa che per queste cose non c'e' giustizia purtroppo, ti abbraccio forte e ti prego di portare le mie condoglianze anche ai tuoi fratelli e parenti tutti.....spero tanto che il peso che hai sul cuore si faccia lieve .

**Maya** Venerdì, 14 Dicembre 2018 07:31

Ciao... Ross, si sono d, accordo con te... Ogni cambiamento ci porta una rinascita... Ti abbraccio.

**rossana** Venerdì, 14 Dicembre 2018 00:53

Ora mi sento stanca, devo recuperare.

Troppe cose in quest ultimo anno.

Interventi e altro

Stasera però sono riuscita a mantenere la tradizione dello scambio di auguri con le amiche galline a casa mia. L'ho voluto fortemente ed ho rinnovato - per quanto possibile - la casa.

Via tante cose e mobili che mi evocavano quella situazione, divano nuovo arrivato oggi, quadri fatti da mio nipote & co. pescati in garage...macchie di colore un po forti ma che "spaccano", via i soprammobili di una vita che ho sostituito con cose mie e diverse.

Grandi pulizie...

Ho voltato pagina come faceva la mamma e cenato con le amiche.

Sento che posso un po "rinascere".

Vedremo

Ora provo a dormire.

Domani proclamazione di laurea di un nipote, che vivrò con gioia e commozione ma sempre festa sarà.

"La mamma è stata una festa, io faccio di tutto perché questa continui" , quindi avanti così.

Buonanotte

**rossana** Venerdì, 14 Dicembre 2018 00:33

Ciao a tutti,  
volevo riprendere a scrivere nel giorno di Santa Lucia ma non ho fatto in tempo.  
E lo avrei fatto volentieri in quel giorno perché la mamma lo considerava importante e faceva trovare un dono a me e alle muore in questa giornata.  
La mamma è riuscita a partire.  
È morta martedì scorso, dopo un ventennio di malattia ha avuto una buona fine.  
Non si è praticamente svegliata dal sonno della notte.  
Sono serena come i miei fratelli e noi tutti che non ne potevamo più delle sue crisi, povera....non si contano.  
Io sentivo la sua sofferenza premere sul petto come un macigno. E da troppi anni.  
È sopravvissuta a se stessa un numero di volte infinito.  
Ora - e ancora fatichiamo a crederlo - è finalmente in pace.

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Dicembre 2018 21:10

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

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Dicembre 2018 21:09

Paula, fai bene a sportarti con la corriera blu.

Fai bene a fidarti dell'ortopedico che ha visitato anche me. È bravo e ti ascolta.

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Dicembre 2018 21:05

Margaret, ci sono quegli attacchi che non passano con niente. Spero che almeno questa che arriva sia una notte migliore

**paula1** Giovedì, 13 Dicembre 2018 20:27

Buona sera a tutti...qui a casa un po' di neve...per il momento è tutto fermo, ma domani ne hanno messa di più...io devo essere di riposo, ma l'ho barattato con la domenica.....però visto che oggi ho preso freddo nello spostamento in scooter, domani uso solo la corriera e il bus..Fausto è a casa con l'influenza...

io sono stanchissima dopo la lunga di ieri parecchio impegnativa, abbiamo ancora qualche giorno di tribolo poi speriamo si inizi a calmare...

ieri ho scambiato due parole col dottore ortopedico (quello che ti ha visitato MAMMA LARA), ma vuole vedere la risonanza...ci penserò poi all'anno nuovo...le ginocchia fanno male, ma le sopporto..

oggi invece ho tribolato con la testa...un dolore molto strano, ma con Oki è calato.....

**Margaret** Giovedì, 13 Dicembre 2018 14:21

attaccone in proseguimento..da stanotte resistente a trip etc..tostissimo..un saluto a tutti

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Dicembre 2018 10:41

Nico, anche per te non ci sono parole. Mi taccio altrimenti mi cacciano.

Per la notizia penso che Gabriele inizi a capacitarsi di quello che ha avuto e la fortuna che gli è toccata.

**nico26** Giovedì, 13 Dicembre 2018 10:26

Buongiorno a tutti/e dal lavoro ...Ahime' mi viene da ridere ..Pensate che io sono Responsabile commerciale dell'azienda e sono inquadrata come cassiera....Che ridere....se non piangere....e pensate che sono 22 anni che lavoro qui' ed è solo da 10 che sono dipendete perche' prima ero operatore sportivo e quindi niente Inps ,ferie,malattia e altro...

Andiamo pure avanti!!!

Lara capisco come ti senti con la notizia di ieri....

Un abbraccio

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Dicembre 2018 10:20

Feffe, ti credo che non hai voglia di fare niente, quando si ha la febbre è fatica avere voglia di fare.

Poi per il sottotono mi sembra di ricordare che hai modificato la terapia poco tempo fa, anche quella è una cosa da tenere presente.

Se ricordo male scusami e fai finta che non abbia scritto niente.

Per il pigiama va bene in ogni caso, io starei in pigiama tutto il giorno, ma vado a letto con una

maglietta tutta tagliuzzata e mica posso stare con quella. Ma ho un pigiamino che faccio la voglia di mettere, mi hai fatto venire un'idea 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 13 Dicembre 2018 10:15

Buongiorno a tutti.

Cri, dillo anche a me se la pancia si sgonfia, non si sa mai.

So che non c'è bisogno che te lo dica, ma per il tuo lavoro vai al sindacato e vedi se possono fare qualcosa. Non è che possono trattarti così e farti un contratto per una mansione mentre ne svolgivi un'altra.

**feffe81** Giovedì, 13 Dicembre 2018 09:39

Buongiorno a tutti.

MAMMALARA mi dispiace per il lutto...

Qui ancora sottotono, ieri avevo ancora febbriattola. Non sto male male, però boh...non me la sento di fare niente...poi mi viene da piangere...adesso provo a tirarmi un po'su, è da domenica che sto in pigiama...

CRI se funziona quella cosa per sgonfiare la pancia dimmelo!

**cri69** Giovedì, 13 Dicembre 2018 08:21

Buongiorno a tutti, qui è piovuto ora è tutto coperto ,fa freddo.

LARA mi spiace proprio per la brutta notizia , la vita è davvero un attimo...avanti sempre.

ANNUCCIA i pensieri ci sono sempre sempre come anche gli abbracci anche se virtuali.

PAULA hai visto la neve ? sii prudente ..

CRIS anche tu una bella fatica ,non farti sensi di colpa ,dobbiamo fare come possiamo nella maggior parte delle volte .Due baciotti.

MIRIAM che bello il viaggio con tuo figlio ,io sono stata una settimana a Firenze con Giulia un secolo fa ma è stata la vacanza più bella in assoluto...goditelo.

FRANCESCA dove seiiii?

Vado a punzecchiarmi la pancia , chissà se con tutti questi fori si sgonfia 😊😊😊😊  
Besos

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 20:39

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

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 18:08

Abbiamo appena saputo che un nostro amico è morto questa mattina con la stessa cosa che ha avuto Gabriele. 😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 17:36

Cri, neppure a me lo tenevano lontano

**cri69** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 17:15

LARA le punturine non servono a tenere lontano il mdt ...almeno a me 😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 17:03

Cris, le volte che usavo la tv come bambinaia i miei bimbi erano felicissimi. Sono certissima che anche Chiara lo sarà.

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 17:02

Cri, anche tu punturine nella pancia, a me quando le facevo dopo gli interventi di protesi mi dicevano che non mi sarebbe venuto MDT 😊😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 17:00

Nico, io ho lasciato perdere delle cose questo Natale e mi compiaccio, penso di aver fatto 10 passi avanti esserci riuscita 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 16:58

Margaret, la giornata sarà stata in salita per te, mi spiace cara

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 16:52

Paula, da noi mettono pioggia, ma io questa mattina mi sono già messa avanti portando qui il tavolo che avevo in garage. Mi serve per il Natale. E' se qui viene pioggia, mi sa che verrà neve.

Non immagini quanto parmigiano ho mangiato mentre Gabriele era in ospedale 😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 16:50

Maya, ne ha fatto dei danni questo attacco. Spero tu stia meglio ♥

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 16:49

Miriam, benissimo, cucinare per nessuno va bene. 😊

Fai buon viaggio e mi raccomando, quando torni ci racconti la tua vacanza per cortesia?

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 16:46

Annuccia, io ho già sistemato tutto nelle notti insonni quando Gabriele era in ospedale, non immagini quanti cappelletti ho fatto. Ho deciso che saranno cappelletti a Natale e a S. Stefano. Farò pentoloni di brodo, ma ho le galline che ho comprato da mia sorella Loredana e quelle fanno un brodo fantastico. Poi per secondo farò arrosto al latte e salamina, contorno purè di patate. Vedi mo che faccio presto.

Diciamo che quest'anno faccio la buona da niente 😊😊

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 16:42

Annuccia, i sintomi che hai avuto domenica è meglio che tu li dica al medico, se ti hanno impedito di andare dai tuoi genitori sicuramente non sono da sottovalutare.

Poi ci darai notizie della pet di tua sorella mentre io spero che tutto vada bene. A queste notizie, unisci anche quelle degli accertamenti che farà Roberto, sai che poi io ci penso e non sto lì a disturbarti chiedendotelo.

In ogni caso sempre alta l'attenzione.

**feffe81** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 12:13

ANNUCCIA mi spiace molto per il periodo così pesante 😞 tutto di buono per la tua sorellina e per Roberto

**feffe81** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 12:06

Buongiorno a tutti.

MIRIAM mi piace l'idea del viaggetto 😊 con tuo figlio poi 😊

CRI accidenti, ti auguro di riuscire a fare valere qualche diritto. Certo che è dura dover sempre stare attenti a difendersi 😞

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 10:56

La nostra Fondazione lo sapeva da più di 20 anni, per questo ha messo a disposizione dei pazienti con cefalea cronica il nostro forum.

Eemicrania cronica, perché raccontarsi fa bene

Avere un mal di testa perenne, imbottirsi di antidolorifici, non riuscire a svolgere le normali attività quotidiane e temere il giudizio degli altri. I pazienti con emicrania cronica soffrono spesso di almeno uno di questi problemi, senza riuscire però a parlarne, né coi propri cari né col medico. E il risultato è ansia e rassegnazione. "Per questo la narrazione è importante nel rapporto tra il medico e per il paziente: è uno strumento che può migliorare gli esiti terapeutici", dice Domenico D'Amico neurologo dell'Istituto Besta di Milano. Con i colleghi del Centro Cefalee dell'Istituto milanese, D'Amico ha utilizzato lo strumento narrativo con alcuni pazienti affetti da emicrania cronica che avevano fatto uso eccessivo di farmaci, per poter valutare le differenze con l'anamnesi classica. Lo studio, guidato da Chiara Scaratti e Venusia Covelli, è stato pubblicato su Headache e presentato di recente in un

seminario sulla Medicina Narrativa in neurologia che si è svolto presso lo stesso Istituto milanese. Ecco come, alla luce di questi risultati, il D'Amico spiega l'importanza del racconto nella cura della cefalea. Dottor D'Amico, perché è importante conoscere il vissuto del paziente?

La diagnosi di una cefalea primaria, ovvero non causata da altre patologie sottostanti, può avvenire soltanto attraverso ciò che riferisce il paziente, dato che non esistono esami strumentali specifici per accertarla. Per questa ragione, per il neurologo informarsi sul vissuto quotidiano della persona è una pratica di routine.

Come si fa emergere questa realtà soggettiva?

Oltre a domande standard sui possibili sintomi – come frequenza e intensità degli attacchi, se il dolore è pulsante o costrittivo, se è da un lato solo, la presenza di nausea e vomito – è importante che lo specialista si informi sullo stile di vita e su fattori scatenanti o peggiorativi, anche quelli legati alla sfera emotiva. Stress familiare, pressioni lavorative e sociali, traumi di qualsiasi natura possono intervenire nella patologia, nell'uso di farmaci e nell'aderenza ai trattamenti. La scelta di una terapia, farmacologica o meno, si basa anche su questi elementi, ed è diversa, per esempio, se il paziente è un pilota di linea oppure se impiega le sue giornate davanti allo schermo del pc.

Rispetto all'anamnesi di routine, la narrazione cosa può aggiungere?

Nello studio pubblicato su Headache abbiamo valutato il confine fra anamnesi classica e impiego di altre modalità espressive, proponendo interviste orali e scritte a pazienti con emicrania cronica ed uso eccessivo di farmaci, un fattore questo che, piuttosto che ridurre i sintomi spesso può peggiorarli e generare una resistenza. Dei 16 partecipanti, di cui 13 donne e 3 uomini – l'emicrania è a prevalenza femminile – ben 7 avevano avuto ricadute nell'uso di troppi medicinali. Il racconto guidato ha permesso di identificare numerosi (circa 22) temi "caldi", inerenti il vissuto della patologia, che durante una visita tradizionale non sarebbero emersi.

Quali criticità sono emerse?

In primo luogo, in molti pazienti c'è il dilemma di rivelare o meno la propria condizione, in ambito familiare, lavorativo e sociale. Si esita a dichiarare la presenza del disturbo o il fatto che si stanno assumendo molti farmaci per tentare di attenuare il dolore. In particolare, questo secondo aspetto è vissuto come una colpa. Si pensa "sono dipendente dalle medicine" e, temendo lo stigma sociale, si tace e ci si isola. D'altro canto, c'è ansia e stress perché non si riesce a controllare la propria cefalea. Come mostrano alcune evidenze scientifiche, i pazienti con emicrania cronica tendono, mediamente più di altri, a voler essere sempre iperfunzionanti: un tratto di perfezionismo che si scontra con la realtà e con una patologia in certi casi invalidante. E da questo scontro derivano sensazioni negative fino a sintomi depressivi. All'ansia, inoltre, si può associare un atteggiamento di rassegnazione, anche rispetto ai trattamenti, percepiti come inefficaci. Arrivando infine a mettere in dubbio il ruolo del medico e a imboccare strade alternative, con rimedi "caserecci", spesso non comprovati scientificamente, senza riferirlo al medico.

Le narrazioni possono essere utili anche al medico?

Nella mia esperienza acquisire questi nuovi elementi è stato molto importante per capire come comunicare meglio e motivare la persona con emicrania cronica. La conoscenza di questi problemi è importante a mio avviso anche nella scelta della terapia farmacologica (ci sono anti-emicranici con azione antidepressiva) o non farmacologica, dalla mindfulness alla terapia cognitivo comportamentale, che possono aiutare il paziente nella gestione della patologia.

Come si fa a motivare il paziente con emicrania cronica?

La chiarezza è il primo step. Ad esempio, è importante che fin dall'inizio siano chiari e definiti gli obiettivi terapeutici e che questi si adattino quanto più possibile alle aspettative del paziente. La persona deve essere consapevole che non guarirà, dato che non c'è una cura risolutiva, ma che è possibile ridurre la frequenza e l'intensità degli attacchi. Inoltre, è importante smascherare le convinzioni errate, emerse dall'indagine, come la percezione che nulla potrà migliorare, l'inefficacia delle terapie mediche, l'incomunicabilità dei problemi ai propri cari e al medico. Tutte queste false credenze vanno ad intaccare la capacità di reagire e in ultimo la riuscita dei trattamenti.

Quali prospettive emergono da questo studio?

L'idea che emerge è che l'apertura ad un approccio narrativo nel trattamento della cefalea possa essere molto importante e da replicare. Non solo perché migliora la comunicazione e lo stesso rapporto fra medico e paziente ma perché, su larga scala, apre riflessioni più ampie su interventi a livello psicosociale per far conoscere il problema dell'emicrania cronica e combattere lo stigma in ambito lavorativo e sociale.

**mamma\_lara** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 10:55

Buongiorno a tutti

**cri69** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 10:17

CRIS mi si è strappato il muscolo del polpaccio e per 2 settimane devo far le punturine per fluidificare il sangue ..

**Cris83** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 09:40

Ciao a tutti!

Qui siamo partiti abbastanza benino stamattina.. ieri attacco piuttosto pesante e sono stata a casa con chiara.. Faccio sempre una bella fatica quando sto male ma alla fine arrivo comunque a fine giornata, anche se sono più nervosa e approfitto un po' troppo dei cartoni alla tv.. ma non posso fare altrimenti. Stamattina l'ho spedita da mia suocera con il babbo e io sono a lavoro .. Anche se ero più propensa a tenerla a casa visto che ha di nuovo un po' di tosse.. ma in realtà se vestita bene bene le fa bene uscire.. tanto anche se la tengo riguardata a casa prende qualcosa lo stesso. Staremo a vedere.

Grande Miriam.. bellissima idea il viaggio con tuo figlio! Anch'io avrei una gran voglia di fare un piccolo viaggio.. magari un weekend 2 o 3 giorni non di più.

CRI non ho parole davvero!! Bisogna non fidarsi mai davvero! Io unica cosa che posso consigliarti e rivolgermi a un ufficio per la tutela dei consumatori.. da noi ce n'è uno e io e michele ci siamo andati per un contratto della tim che continuavano a mandarci bollettini da pagare e non avevano in realtà fornito il servizio che avevamo richiesto. Ma danno assistenza su moltissime altre cose.. contratti di lavoro ecc.. Punturina in pancia per cosa?

Anche qua stamattina un gran freddo e una gran brinata..

Io ho la gola un po' dolorante e una ghiandola sotto il collo ingrossata che di solito vuol dire che sto covando qualche influenza.

ANNUCCIA mi spiace sentirti un po' giù.. un abbraccio forte!

Buona giornata e pensieri positivi per tutti!!

**cri69** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 09:12

Buongiorno a tutti, il mio cell dice -6 , una bella brinata c'è e sarebbe ora che questo inverno si facesse sentire e facesse le vittime dovute ( zanzare e cimici ).

Anche per me nottata brava con la mia amichetta emi ,c'è la siamo goduta un mondo con un bel trip...

cose turche 😊😊

Cerco di mettere in fila i pensieri ma sono talmente tanti che il caos ha il sopravvento ...risolvo andando a farmi la punturina sulla pancia ..

A poi...

Besos

**nico26** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 06:55

Buongiorno a tutti/e già' al lavoro con lieve emi.Si in questo periodo abbastanza movimentato la testa ne ha risentito tanto.Inutile dirlo la mia e' quasi tutta dovuta allo stress che ahime' povera Danu non riesco a gestirlo al meglio ,nel senso che per mia mentalis faccio tutto tutto e non tralascio niente anche in questo periodo per cui carico carico carico e la mia testa oppala....ci molla.Di bello e' che di notte dormo bene per cui mi sveglio riposata.Cara mia famiglia quanto sensibili siamo !!!

**Margaret** Mercoledì, 12 Dicembre 2018 06:50

Buongiorno a tutti. Nottata infernale con la testa, ora piano piano mi preparo. ANNUCCIA, un abbraccio e tanti pensieri positivi

**mamma\_lara** Martedì, 11 Dicembre 2018 20:55

Sono un pochino stanchina quindi vi do la buona notte e vado a riposare un po'.

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

**paula1** Martedì, 11 Dicembre 2018 20:16

Buona sera a tutti...qui il tempo regge, ma hanno messo la neve da giovedì...io viaggio in corriera e scooter per gli ultimi 5 chilometri...meno male che nel comune, appena fuori Bologna, si può lasciare al coperto e sembra anche in sicurezza...

le gambe fanno malino...anzi sono strane... ho come degli attacchi di dolore che sembran coltellate...poi oggi anche il torcicollo...anche Fausto non sta bene...credo sia influenza, ma va a lavorare lo stesso...

domani ho la lunghissima...sembra che debbano operare tutto il mondo prima di Natale... 😞 abbiamo già avuto un omaggio con lo stipendio..un kiletto di parmigiano.... 😊 slurp

**Maya** Martedì, 11 Dicembre 2018 18:20

Ciao.....anche per me dolore ,ieri sera attacco emy con aura.....o faticato dal dolore ad addormentarmi ,ma avendo riposato sono andata al lavoro,ma per le 11 il dolore e ' aumentato ,e ho preso un tornado l ,sperando che poi dopo pranzo sarei stata meglio,che poi la testa e' ha s asso di battere,ma il tornado l mi ha staso,non mi reggevo in piedi vari dolori muscolari,è una gran confusione.....sono tornata a casa

per le 13... 🤢

**cri69** Martedì, 11 Dicembre 2018 16:40

FEFFE si lavoro a casa del nipote che è giudice ...la moglie mi ha assicurato il posto 😊😊

**Miriam61** Martedì, 11 Dicembre 2018 15:19

Grazie Lara della ricetta del panettone! lo non cucinerò per nessuno 😊 ho prenotato 1 settimana a Baudapest vado via con mio figlio Daisuke 18 anni!

**Annuccia** Martedì, 11 Dicembre 2018 14:59

Non mi fate pensare alle "cucinate" per le feste. Quest'anno non mi va proprio. I ragazzi non so ancora quanti giorni staranno , quindi siamo una bella ciurma ..... Chissà se mamma se la sentirà di preparare il bollito. Vedremo.... quello trasportarlo è tosto

**Annuccia** Martedì, 11 Dicembre 2018 14:55

CRI, mi dispiace tanto avresti veramente diritto ad un pò di serenità

**Miriam61** Martedì, 11 Dicembre 2018 14:55

Ciao Nico hai tutto il mio sostegno virtuale. Ma non avevi idea di come eri inquadrata? lo ho avuto una brutta esperienza recente col mio ex padrone di casa. Mi sono fidata della sua parola e mi ha fatto firmare dei contratti con delle clausole che a voce mi aveva detto di non considerare. Mi ha sempre detto di preoccuparmi, che lui era una persona seria ... poi me le ha applicate tutte, anzi di più mandandomi una lettera dell'avvocato. Non ha neanche avuto il coraggio di dirmelo a voce! Ha fatto tanto l'amicone poi quando è arrivato il momento di rendermi la caparra si è appigliato a tutti i punti del contratto. e non solo non mi ha restituito nulla ma voleva dei soldi in più. Ho risposto a mia volta con una lettera di un amico avvocato (che comunque pagherò) e ancora nessuna risposta. Ho capito che devo difendermi meglio in futuro e non pensare che le persone siano tutte oneste e rispettose.

**Annuccia** Martedì, 11 Dicembre 2018 14:55

Buongiorno a tutti! periodo per me parecchio pesante ... ne esce una e più al giorno . Spero di risolvere presto qualcosa perchè così è faticoso . Domenica ho avuto una giornata di completa debolezza, avevo sempre sonno, so che questo sintomo non va bene per niente. Non sono nemmeno andata dai miei , per fortuna era potuta andare mia sorella. Oggi lei aveva la pet. Roberto ha qualche esame che non va quindi stiamo facendo degli accertamenti. Insomma periodo faticoso e la mia testa ne risente molto. Spero domani di poter andare a fare la visita dalla ginecologa programmata da tempo, ma da ieri sera che mi sento influenzata quindi sono in balia delle onde.....

**mamma\_lara** Martedì, 11 Dicembre 2018 14:55

Feffe, di stare benissimo te lo auguro di cuore.

**mamma\_lara** Martedì, 11 Dicembre 2018 14:53

Nico, immagino che avrai un bel da fare tra il tuo lavoro e quello di tuo marito. Va la che sei messa bene anche tu.

**mamma\_lara** Martedì, 11 Dicembre 2018 14:52

Cri carissima, non dubitavo che tu avessi il peggior contratto esistente. Il perchè non lo posso dire qui, ma te lo dirò in privato. Immagino che la rabbia sia tantissima.

**feffe81** Martedì, 11 Dicembre 2018 13:59

Buongiorno a tutti, qui benino ma non benissimo.

CRI non ho parole 🤔 ma lavoravi presso dei parenti?

**nico26** Martedì, 11 Dicembre 2018 10:29

Buon Martedì' mentre son qui con mio marito che dobbiamo fare delle cose per la ditta...e dopo scappo al lavoro e dopo...corso fatturazione elettronica..e dopo..dopo...zio santo sarò cotta!Cris69 non ho parole di quanta gente cattiva e senza rispetto esista...Non ho parole....

**cri69** Martedì, 11 Dicembre 2018 10:23

Buongiorno a tutti, in ritardo sulla tabella di marcia, bel sole e ghiaccio ,stamattina .

Appena alzata e già le p@@@e che girano ..

Diciamo , per sintetizzare che ho pre una bella inc.... ata andate di fantasia a 90 ..giusto perché stamattina mi sento molto signora .Ieri mi è stato comunicato che i miei documenti ed il mio assegno è già pronto e li ho capito che mi hanno fatto il servizietto non richiesto e di certo non mi sono risparmiata di dirlo .Ciliegina sulla torta per poterci capire qualcosa ,stamattina vado sul sito dell' inp s.. .ovviamente avevo già provato a chiamare miliardi di volte ma nulla e scopro che sono stata inquadrata come

collaboratore familiare 🤔🤔 ..per cui io ho litigato un anno e mezzo x l'anima del c... perché non mi spettava praticamente quasi nulla .Ora mi piacerebbe capire se sono o no in malattia ...mandato mail all'inps ..perché il patronato dove fanno quella specie di contratto è aperto solo il lunedì.

Ma po... 🤔 ma a me le cose semplici maiiii??? ma ne avrò un cavolo di diritto ogni tanto ??? Ma santa pace cosa avrò mai fatto di male a sto mondo ??? 😞😞

**mamma\_lara** Martedì, 11 Dicembre 2018 08:06

Buongiorno a tutti.

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 21:17

Miriam, ti ho spedito la ricetta dei miei panettoni

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 20:39

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

I messaggi erano miei non ho cancellato niente che non fosse mio 😞

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 20:38

Mi sono accorta che ne ho cancellato un altro 😞

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 19:02

Ho cancellato un mio commento. 😞

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 16:42

Nico, giornate di lavoro super anche per il periodo

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 16:41

Feffe, mi viene in mente il virus Maya. Anche lei aveva ogni tanto cose del genere. Stai di riguardo

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 16:39

Piera, dimenticavo di dirti che tu mi batti anche se si mettono le ciabatte 😊

**feffe81** Lunedì, 10 Dicembre 2018 16:21

Dice virus perché ho anche un po' di febbre

**feffe81** Lunedì, 10 Dicembre 2018 16:20

È passato il medico, dice che ho un virus che si è sommato a tutto il resto...

**Piera** Lunedì, 10 Dicembre 2018 15:54

Lara mi spiace, ma quest'anno non ti faccio vincere!!!ho già cominciato a contare la gente a cena e pranzo per le feste!! 😊 tra venerdì e domenica sono già a quota 23, !!! 😊 incrocio le dita che non si mettano le ciabatte!!!così vinco IO , sicuro!!! 😊😊

**Piera** Lunedì, 10 Dicembre 2018 15:54

Lara mi spiace, ma quest'anno non ti faccio vincere!!!ho già cominciato a contare la gente a cena e pranzo per le feste!! 😊 tra venerdì e domenica sono già a quota 23, !!! 😊 incrocio le dita che non si mettano le ciabatte!!!così vinco IO , sicuro!!! 😊😊

**nico26** Lunedì, 10 Dicembre 2018 14:49

Buon lunedì a tutti e tutte dal lavoro.giorni impegnativi ma andiamo avanti pure!!!!Un abbraccio

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 14:15

Piera, sei troppo forte, mi metti sempre di buon umore con i tuoi messaggi. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 14:14

Fefe, succede di vomitare anche se non si ha MDT, succedeva anche a me ogni tanto. Molto raramente però.

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 14:09

Miriam, io non metto mai in riga tutto quello che ho da fare. Faccio e piano piano inserisco quello che ci sta. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 14:08

Cri, sto facendo le meringhe, se fai un saltino fra un po' le sforno 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 14:07

Cri, Gabriele sta bene e ancora non mi capacito di vederlo stare così bene.

Il mio messaggio è scritto per prendere forza. Faccio sempre così. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 14:05

Cri, quando questa mattina sono uscita è stata una bella sorpresa, mi sono trovata una tempesta di vento mentre nel mio cortile non si muoveva neppure la bandiera della SPAL.  
E' sempre così.

Poi non ti dico in traffico, c'è chiusa la superstrada e forse anche l'autostrada, perchè in via Bologna c'era coda fino a dopo San Martino. Poi altro non so perchè da lì sono tornata a casa da Poggio Renatico.

Immagino che non sarai provveduta di informazioni sul da farsi per il licenziamento

**cri69** Lunedì, 10 Dicembre 2018 14:05

Mi sa tanto che il msg di Lara sia subliminale 😊😊

**Cris83** Lunedì, 10 Dicembre 2018 14:03

MAMMA LARA il nostro super uomo come sta?

**mamma\_lara** Lunedì, 10 Dicembre 2018 13:59

Stella, sono pienamente d'accordo con il tuo messaggio.  
Grazie.

**Cris83** Lunedì, 10 Dicembre 2018 13:34

.. e magari ti sfonderà presto un nuovo nipotino 😊😊😊😊😊😊

**Cris83** Lunedì, 10 Dicembre 2018 13:33

ISA capisco il tuo abbattimento. penso che sia normale, soprattutto se si è soli. Almeno posso solo provare a immaginare, ma sono sicura che il suo affetto e il suo amore per te non cambierà mai e sarà essere presente ugualmente.

**Cris83** Lunedì, 10 Dicembre 2018 13:26

CRI accidenti.. mi dispiace per lo strappo e per il licenziamento ma sono sicura che troverai sicuramente qualcosa di meglio..



**Cris83** Lunedì, 10 Dicembre 2018 13:25

ciao a tutti!

qui va e non va.. come sempre. stamattina ennesimo triptano, è passato ma sapete bene che gli effetti non sono cosa da poco.

leri siamo stati belli tranquilli a casa noi 3, anzi 4 con il cane. abbiamo fatto l'albero e il presepe, anche se piccolo rispetto al mio solito ma intanto ho fatto quello se poi ne avrò voglia e tempo lo allargherò. Poi ho ignorato le mille cose che avevo da fare e mi sono goduta un po' di aria di casa con michele e chiara. adesso è in piena fissazione con i puzzle.. li divora e vuole giocare sempre con quelli. a volte le chiedo "questo dove va?" e non lo faccio a posta 😊 è più brava di me!

**Piera** Lunedì, 10 Dicembre 2018 11:02

Isa , con il tuo mex mi sono sentita una madre degenerare 😊😊 non ho mai versato una lacrima quando le mie figlie sono "andate".....e ti confesso che il nido un po' vuoto mi piace 😊 forse per te e' diverso perche' sei da sola e ti capisco!!!

**feffe81** Lunedì, 10 Dicembre 2018 10:33

MIRIAM a me succede la stessa cosa: mi frullano in testa mille cose da fare e vado nel panico. Però non sono tutte cose "belle", in genere mi sento sempre in affanno sulle cose da fare in casa, la contabilità, la spesa etc...e finisco che rimango sempre indietro...e mi arrabbio etc. È da qualche mese che mi pesa tutto quello che "devo" fare

**feffe81** Lunedì, 10 Dicembre 2018 10:28

ISA posso solo immaginare come ti senti, con il nido vuoto, tu che sprizzi calore materno da tutti i pori!! Però come hai detto penso tu possa essere molto orgogliosa di tuo figlio 😊 mi tornava in mente quando ti faceva disperare con la scuola...e adesso eccolo qua, adulto e responsabile

**Miriam61** Lunedì, 10 Dicembre 2018 09:36

Un abbraccio a tutte comincio la mia giornata di lavoro!

**Miriam61** Lunedì, 10 Dicembre 2018 09:35

Stanotte ho ricominciato a rimuginare sulla mia situazione amorosa ...

La testa comincia a lavorare troppo e infatti stanotte mi sono svegliata e ho faticato a riprendere sonno. Super lavoro per il mio cervello come se volessi risolvere subito e trovare una soluzione così entra il meccanismo del corto circuito e poi mi esaurisco e mi viene mal di testa. Scrivere questo processo mi aiuta a riconoscerlo. A voi succede qualcosa del genere?

**Miriam61** Lunedì, 10 Dicembre 2018 09:31

Feffe, ah ho capito chi sei! Oggi come stai?

**Miriam61** Lunedì, 10 Dicembre 2018 09:29

Ciao a tutti,

ho passato un week end abbastanza bene. Ho dormito così profondamente venerdì sera ... era da tanto e come se la mia testa si fosse fermata dal mio continuo brusio interiore.

Quando devo lavorare le mie giornate sono scandite dagli impegni inderogabili, ma durante il fine settimana posso scegliere ... e qui arriva il bello. Saper scegliere la cosa che mi arricchisce di più e mi da gioia e anche mi toglie il mio pensare continuo non è sempre facile. Leri mi era presa una confusione mentale sul da farsi. Volevo fare 3000 cose contemporaneamente (andare a camminare, fare la spesa, cucinare qualcosa di buono per i ragazzi, andare al cinema, andare a trovare una mia amica a Padova, e anche incontrarmi con una ragazza che ho conosciuto... ) sensazione di panico! Quando faccio così è come se perdessi il contatto con me stessa. Poi ho lasciato fare alla vita. Poco dopo una mia amica mi ha chiesto se andavo con lei a Rovigo a vedere una mostra ... ho accettato e sono stata contenta.

**cri69** Lunedì, 10 Dicembre 2018 08:02

Buongiorno gente, c'è un'alba bellissima, all'orizzonte si vedono gli Appennini ed è uno spettacolo. Anche vero che da noi si dice : Alba rossa o vento o goza ( alba rossa o pioggia o vento...x ora vento).

Stamattina mi sembra di stare un po' peggio di ieri ...non riesco a stare ferma 🤢.Lo so che dovrei ..riesco 10 min ...tempo max .  
Per quanto riguarda il licenziamento conosco tutte queste cose ...vediamo come la mettiamo.. intanto ho messo al corrente il giudice, il nipote ...si vedrà.  
FEFFE come non capirti spessissimo io mi metto le dita in gola perché dopo aver vomitato sto meglio.  
Mi auguro che oggi tu sia in ripresa nonostante ti sentirai uno straccetto,un abbraccio.

NICO non mi sembra di averti letto , tutto bene ? Non avrai mica preso un aereo senza dirci nulla ?

Vado a rendermi riconoscibile , a poi.  
Besos

**feffe81** Lunedì, 10 Dicembre 2018 01:55

Ho vomitato alcune volte...ma non ho mdt...non avevo digerito niente, nemmeno il pranzo... Proprio stanotte che non c'è l'uomo...Ecco, mi ha fatto bene poter scrivere qui

**Stella1** Domenica, 09 Dicembre 2018 20:15

Buonasera a tutti... come sapete vi leggo... Vi penso... Vi sostengo... e soprattutto il mio cuore è sempre accanto a voi che sostenete me prima di tutto...  
Può sembrare che il mondo ci crolli addosso con i nostri dolori fortissimi... Che nessuno ci comprenda Mai... che ci vediamo le porte chiuse in faccia... che perdiamo mille lavori... si è vero... ci capita continuamente... ci sentiamo emarginati... ma noi siamo la nostra forza e dobbiamo fare affidamento su noi stessi... ed ogni volta che cadiamo a terra dobbiamo imparare a trovare un sassolino e raccorglierlo.... e capire perché quel sassolino era lì... e che cosa voleva dirci... metterlo nelle nostre tasche ed andare avanti... (questo me lo disse una volontaria in ospedale quando stavo molto male... La vidi come un angelo in quel momento, mi sollevò molto il morale).  
Vi voglio bene davvero... La vostra pazza ☆

**Piera** Domenica, 09 Dicembre 2018 18:33

cri credo che potranno licenziarti solo dopo la malattia.....il licenziamento in malattia e' nullo per legge, e poi anche se poco avrai qualche giorno di preavviso?  
percio' aspetteranno.....come tutti

**feffe81** Domenica, 09 Dicembre 2018 18:26

CRI non ho parole, per il polpaccio ma soprattutto per i licenziamento. Spero tu riesca a fare di tutto per avere pagata la malattia almeno, mi fa una rabbia sta cosa 🤢

**feffe81** Domenica, 09 Dicembre 2018 18:25

WILLY bene per le due notti! E anche per le passeggiate. Rolli purtroppo è costretto in casa, con me...praticamente in linea col mio stare 😊

**feffe81** Domenica, 09 Dicembre 2018 18:24

Ciao a tutti, qui non va bene nemmeno oggi. Sveglia con mdt, ho provato ad alzarmi e fare colazione per vedere se migliorava ma in tarda mattinata ho dovuto cedere al triptano...È il quarto giorno che va così. Poi sono riuscita ad andare a pranzo dai miei, tanto mi portava l'uomo e non dovevo fare nulla di faticoso, ma in realtà ho fatto molta fatica anche solo a "stare". Ora sono demolita, ho freddo in tutto il corpo e bollente invece la testa

**Willy** Domenica, 09 Dicembre 2018 17:11

Paula mi spiace tanto per il concorso andato male, vedrai troverai di meglio. Due notti senza mal di testa dormito quasi 8 ore, un successo!! Sento tanto parlare della nuova cura illustrata dal dott. Barbanti, prossima visita di controllo a Pavia chiederò di provarla, se possibile e non ci saranno controindicazioni. Mi affiderò ai medici. Ieri e oggi ho passeggiato molto con il mio cane Joi, belle giornate e voglia di stare all'aria aperta. E' un toccasana anche per la cefalea, speriamo vedrò questa notte. Buona serata a tutte/i.

**mamma\_lara** Domenica, 09 Dicembre 2018 15:03

Vedrai che la "signora" noterà la differenza

**mamma\_lara** Domenica, 09 Dicembre 2018 15:02

Cri, mi spiace per il licenziamento, e penso non possano non pagarti la malattia. Spero proprio tu possa trovare un lavoro decente.

**cri69** Domenica, 09 Dicembre 2018 14:08

LARA spero davvero si apra il portone perché mi hanno licenziato... Sono sollevata, mi scoccerebbe solo che non mi pagassero la malattia !

**mamma\_lara** Domenica, 09 Dicembre 2018 11:52

Cri, faranno ben come vogliono, mica puoi andare al lavoro messa così.

C'è un detto: se si chiude una porta si apre un portone, spero proprio valga anche per te.

**mamma\_lara** Domenica, 09 Dicembre 2018 11:50

Paula, mi hai fatto sorridere col Gladio 😊

Sì, ci avevi detto che non eri passata al concorso.

Che tu sia poco normale non è una cosa da sottovalutare, a me lo dicono fin da quando ero piccola e continuano a dirmelo. A me piace perché me lo dicono anche i miei figli e detto da loro ha tutt'altro significato. Ogni tanto Zeno aggiunge che sarebbe bene cambiassi spacciatore e questo mi fa stare ancora meglio. Va tutto bene mi dico.

Poi c'è anche chi considera l'essere come sono poco normale con un significato diverso, ma si sa che mica è da tutti avere la mente aperta e l'essere capaci di cambiare il punto di vista.

Spero tu e Fausto possiate pranzare benissimo.

**cri69** Domenica, 09 Dicembre 2018 11:48

Eccomi, sono a casa già da un po'. Mi è andata bene è solo uno strappo muscolare, 14 gg di prognosi. Già comunicato e già hanno cominciato a stracciare le p... Mi sa tanto che anno nuovo, vita nuova ...

**mamma\_lara** Domenica, 09 Dicembre 2018 11:44

Cri, se hai bisogno io ci sono, purtroppo leggo solo ora e forse tu sei già andata al P.S.. Dacci notizie mi raccomando.

Per la professionalità sappi che ne hai da vendere. Sei la nostra matorina 😊

**mamma\_lara** Domenica, 09 Dicembre 2018 11:41

Buongiorno a tutti.

Isa, non ci si abitua mai al fatto che i nostri figli se ne vadano da casa. Io ancora sono qui che ne sento la mancanza.

Però se penso di averli qui penso anche che non sia giusto per loro, devono avere la loro famiglia e anche se sono da soli devono avere la possibilità di decidere della loro vita. Poi può anche essere diversamente da così, ma il mio pensiero è questo ed è quello che mi ha sempre spinto a far crescere indipendenti da me i miei ragazzi.

Per le lamentele non trattenerti, se non ci possiamo lamentare neppure qui è meglio che il forum chiuda i battenti.

Ora sarai con i tuoi nipotini e quello è sempre una bella fatica ma anche una grandissima gioia.

Gabriele si deve abituare a dover prendere delle pastiglie ad ore fisse, per lui è un mondo nuovo questo. Però è bravissimo, mette la sveglia per non dimenticarsi.

Vedrai che ci sarà modo di venire al pigiama party. Penso che ci divertiremo veramente.

**paula1** Domenica, 09 Dicembre 2018 09:47

Siccome non riesco a stampare il calendario con la mia stampante....l'ho stampato a lavorare con l'aiuto del tecnico informatico...è stato gentilissimo...ora ho il calendario...purtroppo in bianco e nero..., ma va bene così... 😊

**paula1** Domenica, 09 Dicembre 2018 09:42

Buon giorno a tutti...qui sole dopo la tempesta di ieri mattina vissuta in parte su Selladicavallo per andare al lavoro... 😞😞😞 perchè dopo ben 13 ore di lavoro di venerdì, portare a casa lo scooter, perchè sabato era festa e le corriere non ci sono, una crisi di emicrania notturna e il poco sonno, sono scesa al lavoro in mezzo alla tempesta...direi che sono davvero "poco normale" o "fuori dal comune"....chissà... 😞😞😞

comunque oggi sono di riposo in previsione di altre due settimane belle toniche al lavoro...

non mi ricordo se vi ho detto che al concorso non sono passata... 😞

oggi porto Fausto a pranzare in un posto non lontano da qui, dove questa estate avevamo mangiato bene... domani è il suo compleanno, ma su di qui è tutto chiuso al lunedì...

la testa ora sta bene e le gambe le tengo a bada col Gladio (non quello di Cossiga 😞😞😞😞)...

**cri69** Domenica, 09 Dicembre 2018 07:29

Buongiorno...parola grande oggi... comunque , nebbia all'orizzonte in dissolvimento...no ma leggete che professionalità sto assumendo? dovranno assumermi prima o poi... 😞😞

leri sera per fare uno scalino mi si è lacerato qualcosa nel polpaccio , un dolore assurdo, ho messo il ghiaccio , stanotte ho dormito poco ...ora finisco le pulizie ...piano piano , non riesco ad appoggiare il piede , poi andrò al p.s ...che periodo ... 😞😞

Besos

**Margaret** Sabato, 08 Dicembre 2018 21:52

GRAZIE Mamma LARA, come sempre. FEFFE81, la maledetta ci lascia sempre lo strascico anche quando i farmaci fanno effetto. A me butta sotto terra e mai ci farò l'abitudine a quel dolore. La notte poi è ancora più brutto. Vi auguro buona notte e tanti pensieri belli nonostante tutto.

**Isa** Sabato, 08 Dicembre 2018 15:52

Un forte abbraccio a tutti voi e coraggio come sempre!!

**Isa** Sabato, 08 Dicembre 2018 15:50

Cri per i dolori sai bene quanto ti capisco..... mannaggia! Margaret mi fa piacere che con la chetogenica tu stia un po' meglio, tutti bene i tuoi ragazzi? Nico faccio tanti auguri a tuo marito perchè si riprenda in fretta dall'intervento e tu sei proprio brava ad arrivare dappertutto! Miriam benvenuta tra noi, se fossi venuta a Ferrara quest'anno avrei potuto conoscerti di persona. Per la prima volta dopo 10 anni quest'anno non ho partecipato e ci soffro ancora per questa cosa.. Cris dai una bacino alla tua Chiara da parte mia!

**Isa** Sabato, 08 Dicembre 2018 15:42

Cara Lara, mi fa tanto piacere leggere che Gabriele ha superato bene l'intervento. Salutalo tanto da parte mia. Immagino quanto sia stata dura per te! Fefe mi dispiace per i tanti attacchi di MDT, coraggio, come d'altronde facciamo sempre...

**Isa** Sabato, 08 Dicembre 2018 15:38

Oggi mio figlio si è definitivamente trasferito per convivere con la morosa. La mia testa dice che devo essere orgogliosa perchè al giorno d'oggi un ragazzo di 23 anni difficilmente prende una decisione che implica molte responsabilità, ma il mio cuore dice altro. Dopo il matrimonio di mia figlia, 13 anni fa, siamo rimasti solo lui ed io e adesso mi sento veramente sola. Niente da fare, oggi non mi lamento nè per la testa nè per il colon, ma non so come fermare il pianto... Domani sicuramente andrò meglio perchè andremo a trovare mia figlia e mio genero e strapazzerò i miei nipotini. Fabrizio bello di nonna presto compirà due anni ed è un chiacchierino come il fratello. Io registro la sua voce e poi lo riascolto a casa. E' un amore!

**mamma\_lara** Sabato, 08 Dicembre 2018 14:36

Gabriele mi ha detto che c'è stato un brutto incidente in una discoteca. Neppure voglio indagare. Mi fa stare male il solo pensiero

**mamma\_lara** Sabato, 08 Dicembre 2018 14:35

Feffe, e ti pareva che l'attacco arrivasse e se ne andasse senza fare ancora danni. Immagino sarai un po' giù.

**mamma\_lara** Sabato, 08 Dicembre 2018 14:32

Stella, dovremmo incerrottarci la bocca 😊

**mamma\_lara** Sabato, 08 Dicembre 2018 14:31

Cri, pioggia anche da ste parti e alzi la mano di non ha dolori. Ma quanta pazienza ci vuole.

**mamma\_lara** Sabato, 08 Dicembre 2018 14:28

Nico, io farei volentieri un bel banchetto con tante cosine dolci da vendere, però deve vendere qualcun altro e a mia insaputa perchè io non riesco a vendere niente

**mamma\_lara** Sabato, 08 Dicembre 2018 14:25

Margaret, ti ho mandato una mail.

Io tempo fa mi ero fatta una cheesecake con il fondo fatto di nocchie tritate unite ad un po' di burro a pomata e sopra un po' di mascarpone dolcificato con il tic.

Era buonissimo.

In famiglia è piaciuta tantissimo la tenerina di Piera. Lei può darti la ricetta se ti interessa.

Vedrai che troverai il modo di fare cose buonissime e dolci anche senza lo zucchero.

Io adoro i mercatini natalizi, solo che con sta caviglia ho paura di cadere, ma venire a Bolzano per Natale è ancora una cosa che mi piacerebbe fare.

**mamma\_lara** Sabato, 08 Dicembre 2018 14:19

Buongiorno a tutti.

Ho un po' di cosine da fare e da sistemare in previsione del Natale.

Ma ci sta tutto 😊

**feffe81** Sabato, 08 Dicembre 2018 11:04

Buongiorno a tutti. Eemicrania anche stanotte, quindi trip, oki... sono un po' giù di forma...

**Stella1** Sabato, 08 Dicembre 2018 09:55

Buongiorno e buona festa dell'immacolata a tutti... Mi raccomando non cominciate a mangiare da qui alla befana... 😊 sennò son guai dopo... Vi voglio bene... ☆

**cri69** Sabato, 08 Dicembre 2018 09:19

Buongiorno gente , qui ha piovuto ed ora è tutto coperto ed io son o tutta coperta di dolori sparsi 😞 .

La pioggia non perdona mai è inutile io devo farmi assumere dal servizio meteorologico, ieri sera mi sono trippata 😊 😊 .Avanti pure che oggi devo fare le pulizie ed i cappelletti ... non so per chi

... 😊 che tristezza ..

NICO ma che belle iniziative avete e quanta adesione , qui il parrocco ha fatto solo danni , non ha più voluto i ragazzi , non c'è più nulla .Nella ns chiesa c' era un santuario ora è relegato in una

tensostruttura ...scusa ? il terremoto ...e qui mi taccio 😞 .

Cerco di mettermi in moto ...senza casco 😊 😊

Besos

**nico26** Sabato, 08 Dicembre 2018 08:13

Buona Festa dell'Immacolata a tutti/e.Io sono al lavoro ma non sto male ...sola e senza rompi p@@@ per cui da Dio.Stamane cerco i regali di Natale on line perche son talemnte piena di cose che non ci riesco.Pensate che abbiamo avuto l'idea all'oratorio di vendere a € 5 benisoni di marmellata o nutella e abbiamo dovuto fare il bis e il tris ed anche ieri pom abbiamo venduto con anche regalini fatti da volontari.Si replica anche ma dopo le 10,00 pero!!!Miriam bella roba che sta facendo.Bravissima!!!Lara super pigiama party !!!Feffe son contenta che il trip abbia fatto il suo effetto!!!

**Margaret** Sabato, 08 Dicembre 2018 06:23

A parte il freddo e i salti mortali tra famiglia e lavoro, questo è un periodo dove mi sento abbastanza serena. Il mese di dicembre qui in montagna è sempre bellissimo, perchè ci sono poche persone in giro e tanto silenzio..Questo mi aiuta parecchio..In città invece causa mercatini di natale sembra di essere sulle giostre, fiumane di persone..Torno un pò adormire se riesco e se i cani me lo permettono.. 😊

**Margaret** Sabato, 08 Dicembre 2018 06:20

Buongiorno a tutti. MIRIAM61 non so da quanto tempo frequento il forum..mi sono persa un pò di cose..comunque..benvenuta!!! La mia testa per ora regge, continuo la dieta e ora mi darò da fare per capire come addolcire anche queste feste con la chetogenica. MAMMA LARA, mi scriveresti via mail il nome di quel sito dove potrei ordinare cose care ma buone? 😊 Ho bisogno di dolci

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Dicembre 2018 21:23

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

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Dicembre 2018 21:23

Va la Feffe che sono un po' sollevata, ti pensavo immersa nel MDT invece il triptano ha fatto il suo dovere.

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Dicembre 2018 21:22

Miriam, volevo aspettare che Gabriele facesse l'intervento per togliere il filtro e anche tutte le altre visite per stabilizzare la coagulazione. Poi una volta fatto questo faremo il pigiama party.  
Bisogna anche tenere conto che sarebbe meglio aspettare la stagione più calda, perchè ci si deve arrangiare con il dormire.  
ma faremo come possiamo.  
Intanto dopo Natale riprendiamo il gruppo di auto aiuto, anche quello è un modo per stare insieme.  
Pensavo anche di fare un incontro prima di Natale, per mangiare una fettina di panettone per chi può, per le altre arachidi e noci.  
Purtroppo non ho tanto tempo e per me dolci non ne faccio.  
Però vedrò se posso fare una cosina lo stesso

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Dicembre 2018 21:16

Sto facendo un "lavoro" necessario che mi porterà via un bel po' di tempo.  
Devo trasformare in jpeg un documento di un bel po' di pagine. 😊

**feffe81** Venerdì, 07 Dicembre 2018 20:15

Per fortuna oggi non ho avuto mdt, solo i postumi e gli effetti del triptano. Volevo uscire presto dal lavoro e invece alla fine go fatto pure straordinari. Ma va bene così

**feffe81** Venerdì, 07 Dicembre 2018 20:14

MIRIAM hai detto bene per il quotidiano, sia sul curare l'aspetto che sul sentirsi in vacanza! Fanno percepire la giornata in modo diverso e la sera si arriva meno stanche, o almeno a me succede così.  
Sei stata bravissima al lavoro 😊

**feffe81** Venerdì, 07 Dicembre 2018 20:12

MIRIAM mi conosci, ero al convegno a Ferrara, sono quella che ha parlato il primo giorno, rappresentante AI.Ce. in Europa

**Miriam61** Venerdì, 07 Dicembre 2018 14:40

Mamma Lara facciamo il pigiama party quando si è rimesso Gabriele così ci conosciamo meglio tutte!  
A presto carissime Buon pomeriggio 😊 😊

**Miriam61** Venerdì, 07 Dicembre 2018 14:39

Ho deciso di fare una cosa nuova ogni giorno. Così mi sembra di essere sempre in vacanza!  
Faccio una strada diversa per venire al lavoro e al ritorno. Poi mi trucco con cura e scelgo i vestiti la sera per sentirmi sempre carina. Sentirmi bene nell'aspetto mi aiuta tanto!

**Miriam61** Venerdì, 07 Dicembre 2018 14:36

FEFFE forza! pensa che questo passerà così com'è venuto. Come le onde del mare che vanno e vengono .... ogni volta che arriva ci rafforziamo sempre un po' di più perchè ogni volta è come se fosse

la prima e ci dobbiamo inventare su come alleggerire e sopportare meglio. Ci trova sempre spiazzate ma la nostra vita impara tanto ad ogni attacco. Ogni giorno è una scoperta.

**Miriam61** Venerdì, 07 Dicembre 2018 14:31

Questa settimana è stata durissima! ma sono già al traguardo. Ho fatto un piccolo passo avanti. Sono sempre riuscita a venire al lavoro 😊. Per me è sempre una conquista. Ho accumulato tanta tensione alle spalle e al collo e mi fa male ma sono contenta perchè ce l'ho fatta, A volte si riesce a volte no. Voglio programmare il mio week end e sapere che posso fare qualcosa che mi piace. Se non programmo nulla poi mi lascio fermare dal malessere e sto chiusa in casa. Dopo mi si abbassa lo stato vitale e sento più il male. Quando non sto bene di umore anche il dolore fisico è amplificato. Questa settimana sono riuscita anche ad andare alla lezione di Feldenkrais. (1 ora e mezza lun sera) Mi ha aiutato a sciogliere le tensioni e ho visto delle persone che non sono del mio ambiente.

**Miriam61** Venerdì, 07 Dicembre 2018 14:23

Grazie MammaLara si mandami la ricetta quando puoi. Non ho la planetaria ma posso anche farmela regalare! O andare da qualcuno che ce l'ha ...  
Feffe non credo di conoscerti e vorrei riuscire piano piano a dare un volto ad ognuna di voi. Grazie di esserci!

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Dicembre 2018 11:38

Nico, spero tu riesca a riposarti un po' per queste ferie.

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Dicembre 2018 11:37

Cris, aiuta un po' seguire sempre un ritmo regolare e gli orari della sveglia è buono. Se ti riesce fai bene.

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Dicembre 2018 11:36

Cri, io al cinema non vado, spero lo facciano presto in tv così lo guardo anch'io

Però non è un bello stare dover andare al lavoro con il pensiero si debba sempre litigare.

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Dicembre 2018 11:34

Feffe, mi spiace. Vorrei solo che finisse presto, ma si sa che il MDT fa quello che vuole sempre.

**mamma\_lara** Venerdì, 07 Dicembre 2018 11:30

Buongiorno a tutti

Spesa fatta. E' venuto con me anche Gabriele così esce un pochetto.

**nico26** Venerdì, 07 Dicembre 2018 10:11

Buon venerdì' a tutte/i dal lavoro anche se domani essendo festa lavoro. Però udite sarò in ferie dal 23 al 7/01!! Visti i miliardi di ferie arretrate che ho .Inoltre ho detto al mio direttore....scusa sai visto che mio marito deve star fermo 35 gg posso quando riesco recuperaere un po di ore di stranorinario che faccio ogni mese ed invece che 6 ore ne faccio 4 o 5 ?Lei....ma certo non ti preoccupare...Mi rendo conto che se fossi piu' diplomatica otterei di piu'...Ragazze avanti pure!!!!

**Cris83** Venerdì, 07 Dicembre 2018 09:08

FEFFE mi spiace per l'emicrania 😞😞

**Cris83** Venerdì, 07 Dicembre 2018 09:08

Stamattina mi sono alzata alle sei e mezza e ho fatto due cosette e colazione con calma. Ho giocato un po' con tango e gli ho dato da mangiare con tutta calma. Poi si è svegliata chiara.. Svegliarmi prima mi fa partire decisamente meglio con la giornata.. Devo farlo ogni mattina.. ho messo il telefono con la sveglia lontano dal letto.. sennò la spengo e mi ributto giù!

**Cris83** Venerdì, 07 Dicembre 2018 09:05

Buongiorno!

Io non sono riuscita a vedere bohemian rhapsody.. Io avevo in programma martedì sera ma stavo poco bene.. mercoledì ancora peggio e poi mi è scappato! vabbè.. abbiamo una tv che è quasi come un

cinema.. lo guarderò lì!Mi hanno anche altri che è molto bello..anche se poco fedele alla loro vera storia.

**cri69** Venerdì, 07 Dicembre 2018 07:53

Buongiorno gente, nebbia nella bassa, siate prudenti.

Testina pesante e ansia 😞😞 ,avanti pure. Hey ho hey ho andiamo a ...litigar na na na na na na na ... 😞😞

Buona giornata  
Besos

**feffe81** Giovedì, 06 Dicembre 2018 21:49

Erano prodromi di emicrania...che è scoppiata. Sono a letto

**cri69** Giovedì, 06 Dicembre 2018 21:48

FEFFE io invece ho cantato ed il piedino non è stato fermo un attimo e mi sarei alzata ed avrei applaudito alla fine , me lo sarei aspettato ...invece nulla .Pensare che non mi dava fiducia 😞 ,è stato come un libro ...mai giudicare dalla copertina.  
Notte serena

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Dicembre 2018 20:36

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

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Dicembre 2018 20:35

Miriam se ti interessa posso spedirti la ricetta del panettone, ma devi avere una impastatrice planetaria altrimenti è impossibile impastarlo.  
Sarebbe meglio una impastatrice a bracci tuffanti, ma quella costa un patrimonio.  
Io mi arrangio con la planetaria.  
In ogni caso se vuoi la ricetta te la spedisco

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Dicembre 2018 20:32

Feffe, ti pensavo anche oggi e dicevo a me stessa che dovevi ben stare male per non scrivere.  
Mi spiace carissima. ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Dicembre 2018 20:31

Miriam, hai ragione, si sentiamo inadeguate e anche incapaci tantissime di quelle volte, sapessi invece che è solo un nostro modo di vederci, ma se riuscissi a scrivere ciò che riesci a fare in un giorno ti accorgeresti che nemmeno 3 persone sarebbero in grado di fare quello che facciamo noi.  
Sono convinta che abbiamo una disfunzione da qualche parte che ci acceca occhi e ci rende incapaci di riuscire a vedere ciò che ogni giorno nonostante il dolore riusciamo a fare.  
Io ho imparato a vedere con occhi "distanti" e mi sono accorta che siamo troppo ma troppo brave.  
Mettitela ben in testa sta cosa perchè è più che vera.  
Sai che io dico sempre che se avessi un'azienda solo emicraniche ed emicranici assumerei.

**feffe81** Giovedì, 06 Dicembre 2018 19:00

MIRIAM grazie per la condivisione, è molto bello quello che scrivi su questa nuova consapevolezza 😊  
In questo periodo non sono molto brava ad accettare il mdt, nel senso che quando mi invalida sento un senso di ingiustizia che mi fa rabbia

**feffe81** Giovedì, 06 Dicembre 2018 18:58

CRI sono stata anche io a vedere Bohemian Rhapsody, mi è piaciuto tantissimo, ho pianto al cinema e anche tornando a casa 😊

**feffe81** Giovedì, 06 Dicembre 2018 18:56

Ciao a tutti. Sto un po' arrancando, anche ieri mdt, per fortuna il trip ha fatto effetto ma ho fatto fatica a fare quel che avevo in programma. Da oggi ho iniziato una cura per lo stomaco che spero mi faccia stare meglio perché sono arrivata al limite di sopportazione.  
Ora avrei avuto yoga ma non riesco ad andare perché non mi sento per niente bene

**Miriam61** Giovedì, 06 Dicembre 2018 15:53

vorrei imparare a fare il panettone come fai tu!

**Miriam61** Giovedì, 06 Dicembre 2018 15:52

Bellissimo il messaggio che hai pubblicato Lara!. Penso che se sempre più persone prendono coscienza, consapevolezza e conoscenza della nostra malattia le cose cambieranno. Sono certa che noi per prime dobbiamo riconoscere il nostro valore e dignità, vincendo soprattutto il senso di colpa e il sentirci inadeguate.

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Dicembre 2018 15:13

Vado a sistemare un po' di cosine e a fare un po' di compagnia a Gabriele.

Nico, forza carissima. 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Dicembre 2018 15:12

Sono davanti ad un messaggio e lo leggo da quando l'ho ricevuto ad intervalli di pochi minuti. Qualcosa cambierà per il nostro dolore e la nostra malattia. Cambieranno le notizie e di come parleranno del nostro star male.

Grazie a tutti voi e alla Fondazione C.I.R.N.A. che ci ha sempre sostenuto nonostante i grandissimi sacrifici ♥

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Dicembre 2018 15:02

Lo sto producendo 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Dicembre 2018 15:02

Miriam, consigli dal forum sono utili e sono scritti da tutti noi che partecipiamo al forum.

Parole che aiutano invece sono scritte da chi ha voluto partecipare a questa iniziativa. Anzi, devo fare pubblicare anche quelle che avete scritto in occasione del Convegno di Ferrara.

non preoccuparti dei doppi messaggi, se non scrivere niente passo io e ne cancello uno, se invece scrivete che ne avete spediti due mi sembra brutto poi cancellarlo. Alle volte lo fatto, però penso sia meglio non farlo.

Sei stata bravissima ad andare lo stesso al lavoro, ci sono volte che poi si è contente di averlo fatto

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Dicembre 2018 14:58

Cris e tu scrivi sempre le stesse cose che a noi vanno bene lo stesso

Aiuta anche scrivere sempre la stessa cosa anche se a te sembra non possa essere vero.

Solo che se lo dico io vale come il due di coppe.

**Miriam61** Giovedì, 06 Dicembre 2018 14:52

Scusate ho inviato per errore lo stesso messaggio 2 volte 😊

**Miriam61** Giovedì, 06 Dicembre 2018 14:51

Leggevo le parole che aiutano ... Sono bellissimi commenti. Grazie a chi li ha scritti. Sapere che qualcuno capisce e condivide questa fatica di vivere, e che in questa fatica trova sempre un valore, un significato, mi da molto coraggio.

**Miriam61** Giovedì, 06 Dicembre 2018 14:46

Leggevo le parole che aiutano ... Sono bellissimi commenti. Grazie a chi li ha scritti. Sapere che qualcuno capisce e condivide questa fatica di vivere, e che in questa fatica trova sempre un valore, un significato, mi da molto coraggio.

**Miriam61** Giovedì, 06 Dicembre 2018 14:31

Rimane comunque una grande stanchezza 🙄 alle 17,30 circa quando esco vado a casa a riposare un po' se no stasera non riesco a fare nulla.

**Miriam61** Giovedì, 06 Dicembre 2018 14:26

Ciao a tutti, oggi ho faticato tantissimo a venire al lavoro. Mi sono letteralmente trascinata. Poi sono riuscita ad arrivare e sono stata anche produttiva. Già arrivare è stata una vittoria. Ho trovato una pasticceria vicino a casa che fa dolci senza glutine, sono buoni e più digeribili e iniziare la giornata con qualcosa di buono mi aiuta! Veramente ho delle colleghe di lavoro molto comprensive che mi capiscono. Per anni non è stato così ma ora mi sento molto fortunata.

**Cris83** Giovedì, 06 Dicembre 2018 12:47

NICO anche mia mamma ha fatto un intervento per la cartilagine.. ma non mi ricordo di preciso come.. comunque aveva i ginocchi messi malissimo osso che sfregava contro osso e con quella una decina di anni ha retto. Ora ha la protesi su tutti e due.

**Cris83** Giovedì, 06 Dicembre 2018 12:45

CRI mi sembra davvero insostenibile a lavoro.. immagino la voglia! spero tu riesca presto a trovare qualcosa di un po' meno pesante.

**Cris83** Giovedì, 06 Dicembre 2018 12:44

Buongiorno, vi leggo sempre ma sono un po' di poche parole.  
Anche perchè le cose da dire sono sempre le stesse.. l'emicrania non molla e la fatica è sempre tanta ma si va.

Ora comunque va benino.. la testa per ora regge abbastanza. Recupero quello che non ho fatto ieri che stavo male e stasera vedo di riuscire ad andare al battesimo di un bimbo di un'amica..

**nico26** Giovedì, 06 Dicembre 2018 10:05

Buon giovedì a tutte/i.Lara hai ragione ...già ieri sera mi aveva un po stracciato le p@@@e.....Ora sono al lavoro ma tenerlo buono facciamo fatica ,perche' anche Nico si arrabbia!  
Ragazze teniamo duro e non molliamo mai la ns voglia di vivere!!!

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Dicembre 2018 08:18

Cri, ok. Va tutto bene allora sul fronte tempo, un po' meno sul fronte lavoro che per avere un giorno di ferie devi sempre litigare.  
Non si lavora bene così.

Dentista una parola che costa anche solo il nominarla. 😞

**cri69** Giovedì, 06 Dicembre 2018 07:56

Eccomi 😊😊  
Buongiorno gente , nuvoloso verso nord con un pallido sole che cerca di uscire ...un'altro mondo senza nebbia .  
Qui si va avanti ,cercando la voglia in ogni dove ,intanto , ovviamente dopo aver litigato, sabato sono a casa e non vedo l'ora .

Ieri sera avevo i miei bimbi a cena e portano sempre una ventata di gioia 😄😄 .  
LARA vedrai che andrà tutto bene ,il ns Santo è una roccia e tu a badare sei brava 😊😊 .  
Devo scappare .  
Oggi ho anche il dentista 😞  
Besos

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Dicembre 2018 07:49

Cri, se non dici tu il tempo che fa fuori io mica lo so 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Dicembre 2018 07:49

Maya, a Gabriele sembra andare nel migliore dei modi, fra un po' di giorni avrà l'eco doppler e sentiamo cosa dice lui. Ma sono fiduciosa. è seguito nel migliore dei modi. E a casa ci sono io che sono come una "grappiola" 😊

**mamma\_lara** Giovedì, 06 Dicembre 2018 07:46

Buongiorno a tutti.

Come sapete io non vedo il tempo che fa fuori, però posso dire che non piove .

**Maya** Mercoledì, 05 Dicembre 2018 18:42

La mia nuova cura e' di eliminare ,EN,e laroxyl....ho melatonina per dormire la sera,un integratore di sali minerali alla mattina,due Gabapentin alla sera. 😞

**Maya** Mercoledì, 05 Dicembre 2018 18:38

Ciao oggi meglio il mdt....anche se la testa non era libera...però meno 😊😊 ....Mami che bello leggere che Gabri si sta riprendendo ....bene.

**mamma\_lara** Mercoledì, 05 Dicembre 2018 17:58

Oggi ho impastato il lievito dei panettoni. Purtroppo ho iniziato tardi ma va bene così.

**mamma\_lara** Mercoledì, 05 Dicembre 2018 14:50

Stella, grazie per il tuo affetto.

**mamma\_lara** Mercoledì, 05 Dicembre 2018 14:50

Nico, ci vorrà tanta pazienza con tuo marito.  
Spero abbia la forza di saper rispettare i tempi che serviranno al suo ginocchio per riprendersi.  
A te dico forza e coraggio, mi sa che te ne serva ora e ancora di più fra un po' di giorni 😊

**nico26** Mercoledì, 05 Dicembre 2018 13:40

Buon pomeriggio caro forum!!!Sono al lavoro evviva!!!!!!!

No scherzo però un po di verità c'e'!! 😊  
non 25 gg ma bensì 35 senza carico evviva evviva....Ieri sera dal mdt sono crollata alle 21.40 e mi sono alzata alle 2.53 x pipì stop e poi alle 06.53 😞😞 .Stamane mille giri e ora mi rilasos al lavoro.Certo Paula abbiamo posticipato com edice il primario una protesi che se tutto va come deve andare fara' fra 7/8 anni .Vediamo però come va perche' è molto artrosico il ginocchio !!!,Il primario però è molto fiducioso !Speram.  
Ora deve fare il bravo e questo mi preoccupa di piu' che l 'operazione.Un bacioneeeeeeee

**mamma\_lara** Mercoledì, 05 Dicembre 2018 13:15

Paula, poi ci racconterai dei posti visitati.

**mamma\_lara** Mercoledì, 05 Dicembre 2018 13:12

Cri, ma cosa vuoi essere un problema, mi sa che le persone con cui hai a che fare riescano a litigare anche con la loro immagine quando sono davanti allo specchio.

**mamma\_lara** Mercoledì, 05 Dicembre 2018 13:07

Maya, quando ci succede di rispondere male a qualcuno stiamo malissimo.  
Penso che il chiedere scusa possa aiutare sia noi che la persona alla quale abbiamo risposto "male"

**mamma\_lara** Mercoledì, 05 Dicembre 2018 13:05

Buongiorno a tutti.

Questa mattina visita di controllo per Gabriele e gli hanno tolto i punti.

Sta andando tutto bene. 😊

**Stella1** Mercoledì, 05 Dicembre 2018 12:45

Buongiorno e grazie. Vi voglio bene ☆

**paula1** Mercoledì, 05 Dicembre 2018 10:26

Buon giorno a tutti...qui sole e neanche troppo freddo...tra poco scendo in città per lavorare...abbiamo prenotato 3 giorni a Pesaro...dopo Natale e prima di Capodanno...poi vedremo....oggi mi sembra che anche le gambe mi diano un po' di tregua..  
MAYA in cosa consiste la nuova cura? me lo scrivi su Whatsapp?

**cri69** Mercoledì, 05 Dicembre 2018 07:56

Buongiorno gente , qui nebbione ...

Stamattina vediamo come butta ,al lavoro, ieri ho detto che se sono un problema che trovino un'altra ... non ne posso più 😞😞

MAYA ,spero che la tua responsabile abbia compreso che ogni tanto , anche noi ci arrabbiamo per il troppo star male ... sono fiduciosa ,un abbraccio .

Besos per tutti

**Maya** Martedì, 04 Dicembre 2018 22:25

Ciao.... Giornata di lavoro difficile per il dolore dopo la pausa pranzo.... Sto ' aspettando piccoli miglioramenti con la sospensione di alcuni farmaci e i nuovi prodotti... Al lavoro ho anche in qualche modo risposto male alla mia responsabile Cinzia.... Ho descritto in modo colorito il dolore.. 😞 .... Non va' bene così, è più il nervosismo di avere dolore che il dolore stesso...

**mamma\_lara** Martedì, 04 Dicembre 2018 20:54

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

**mamma\_lara** Martedì, 04 Dicembre 2018 20:51

Paula, è spiegato bene a questo link il perchè quest'anno non si stampa il calendario e non si spedisce agli utenti: <https://www.cefalea.it/cefalea-calendario-2019.html>

Però lo ricopio perchè non si sa mai che tu non riesca ad aprirlo

-----  
Calendario 2019

calendario cefalea 2018

Il calendario della cefalea 2019 "Malditesta con i giorni contati" torna nel formato stampabile, mantenendo la sua caratteristica unica, cioè il diario mensile della cefalea sul retro di ogni mese, un valido strumento utile al paziente ed al medico curante.

Da quest'anno il calendario sarà distribuito agli aderenti Al.Ce. in formato elettronico, che consentirà di stamparlo e impaginarlo in A3. In questo modo la Fondazione CIRNA Onlus ha potuto garantire la sostenibilità di tutte le attività in corso, senza rinunciare al calendario, uno strumento sempre più apprezzato e atteso, in particolare da quando offre la possibilità di avere a disposizione il diario mensile redatto a cura del Centro Cefalee della Fondazione IRCCS Istituto Neurologico Nazionale C. Mondino di Pavia.

Il calendario, riservato agli aderenti Al.Ce. 2019 e a coloro che aderiranno alla campagna adesioni per il 2019, sarà disponibile dal 03 Dicembre in QUESTA PAGINA, accessibile solo dagli utenti registrati al sito Cefalea.it

**paula1** Martedì, 04 Dicembre 2018 15:02

Non ho capito bene per il calendario....oppure ho capito che possiamo stamparcelo, però non viene un granchè se non abbiamo una buona stampante...non è proprio possibile averlo in altro modo ?

**mamma\_lara** Martedì, 04 Dicembre 2018 14:48

Stella, speriamo che il botulino possa portarti un po' di sollievo.

Lascia pure scritto qui ciò che ti pesa trattenere. Vedrai che una parola di conforto arriverà sempre.

**Stella1** Martedì, 04 Dicembre 2018 14:24

Buongiorno a tutti e grazie Mamma Lara... il peso si è un Po pesante in questo periodo. Botox fatto. Ovviamente un po doloroso perché quando ci si va con tensione si avverte il doppio. Ma d'altronde non ci posso far nulla. Pazienza... ormai è fatta. Già è tanto che riesca ad aprirmi e parlare con voi... grazie per esserci sempre. Mi siete davvero di grande aiuto... un grande abbraccio ☆

**mamma\_lara** Martedì, 04 Dicembre 2018 14:22

Fra un po' dovrebbe arrivare Emma

**mamma\_lara** Martedì, 04 Dicembre 2018 14:21

Paula, penso sia un "difetto" dell'età che avanza quello di non sopportare più niente 😞

Mi spiace per il concorso.

**mamma\_lara** Martedì, 04 Dicembre 2018 14:19

Nico, dai va che anche questa è fatta.  
Ora però viene il bello se non può caricare per un bel po' di giorni.  
Non oso pensare al da fare

**mamma\_lara** Martedì, 04 Dicembre 2018 14:18

Cri, in centro la nebbia si vede poco, deve essere proprio fitta fitta perchè io la veda.

Anche a me ultimamente mi prende spesso l'aura, per fortuna mi viene senza MDT

**paula1** Martedì, 04 Dicembre 2018 14:15

Bene NICO che per tuo marito sia andato tutto bene....noi l'apparecchio per questo tipo di intervento lo chiamiamo proprio "centrifuga"....certo è un palliativo in caso di artrosi e quasi tutti quelli che lo fanno sono poi candidati alle protesi..., ma intanto penso che si calmi il dolore e possa fare delle attività...

**mamma\_lara** Martedì, 04 Dicembre 2018 14:14

Willy, Gabriele sta bene.

La cosa più difficile è parlare del proprio MDT perchè ogni giorno sentiamo notizie che lo banalizzano.

**paula1** Martedì, 04 Dicembre 2018 14:11

Buon giorno a tutti...qui oggi sole...io sono di riposo...che dire? sono sempre stanca e le gambe fanno male ...al lavoro non c'è mai tregua e ieri alla riunione col direttore non abbiamo combinato granchè...io devo mettermi il cuore in pace, perchè non ho passato il concorso, come immaginavo, non mi sono impegnata d'altra parte.....ora faccio passare le feste invernali poi vedrò cosa fare...il problema è che non sopporto più niente e nessuno... 😞 😞  
grazie per i suggerimenti per qualche giorno di svago.....abbiamo scelto Pesaro, ma finora i posti che ho contattato sono pieni o sono chiusi 😞 per stare via solo 3 giorni si tribola lo stesso... 😞 😞

**mamma\_lara** Martedì, 04 Dicembre 2018 14:10

Buongiorno a tutti. Sono stata in giro tutta la mattina.

Poi con l'aiuto di Gabriele ho sistemato un tavolo per poter impastare i panettoni senza occupare tutta la cucina. Mi sa che lo terrò fino a dopo Natale così ho un appoggio in più.

**nico26** Martedì, 04 Dicembre 2018 11:30

Ciao a tutte veloce veloce.Si intervento direi riuscito.Ragazze/i fanno della roba ai giorni nostri che te lo dico che la vecchiaia e' stata posticipata.Con un robot hanno preso dopo aver forato 7 buchetti nella pancia a mio marito il suo grasso ,poi messo in centrifuga (termine mio ma non si dice così 😊 con le stimali.Poi in artroscopia pulito il menisco ,limato tutto ,inseirto le cellule sia nell'osso che nelle articolazioni ...Fermo senza carico assoluto per 25 gg 😞 😞 per dar tempo la cartilagine di rigenerarsi.Vedremo se succederà perche aùha un ginocchio molto artrosico e al limite per queste tecniche!!!!Giovani 😊  
Al massimo dovrà far poi molto piu' avanti ...la protesi parziale!!!  
Io sono distrutta!!! mdt che era stato alleviato in questi due giorni è tornato ma passerà!!Vediamo se stasera torna a casa ...ma donne che delirio sarà averlo a casa fermo!!!!!!! 😞

**cri69** Martedì, 04 Dicembre 2018 07:53

Buongiorno gente, nebbia in Val Padana ,oggi, siate prudenti.

Il risveglio con un'aura non ha eguali 🤪 , speriamo che l'auspicio cambi ed anche in fretta ..ciò dà fa..  
Vi auguro una buona giornata .  
Besos

**Willy** Martedì, 04 Dicembre 2018 05:59

Margaret tieni duro, l'incubo è il dolore devastante che ti ha accompagnato in questi anni, i biscotti e le feste di Natale passeranno presto. Nico in bocca al lupo per tuo marito. Miriam io ho impiegato 30 anni prima di sconfiggere la paura e la "vergogna del mal di testa". Un abbraccio a Gabriele ed una buona giornata a tutt'e se potete.

**mamma\_lara** Lunedì, 03 Dicembre 2018 21:21

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

**mamma\_lara** Lunedì, 03 Dicembre 2018 19:03

Ho sentito Nico, mi ha detto di dirvi che il suo marito sta bene.

**Margaret** Lunedì, 03 Dicembre 2018 18:55

NICO in bocca al lupo..E a tutti buona serata e buona notte

**mamma\_lara** Lunedì, 03 Dicembre 2018 18:55

Cri, mi spiace tantissimo per la partenza dell'uomo, spero arrivi presto qualcosa di buono per voi.

Da sempre non faccio caso al Natale che vedo in giro,io ce l'ho dentro di me e solo quello conta.

Poi sai bene che per me il Natale inizia il primo gennaio e finisce il 31 dicembre.

Lo so, me lo dicono spesso che sono un po' fuori. 😊

**Margaret** Lunedì, 03 Dicembre 2018 18:55

ANNUCCIA, Lupo è un nome bellissimo..!!

**Margaret** Lunedì, 03 Dicembre 2018 18:54

MAMMA LARA buonasera innanzitutto, molto volentieri aspetto il tuo messaggio privato. Qui in Alto

Adige la tradizione dei biscotti natalizi è eccezionale e in chetosi però diventa un incubo 😊

**cri69** Lunedì, 03 Dicembre 2018 17:45

Buonasera , l'uomo è tornato a casa e questa casa è di nuovo vuota 😞 .Ieri sera siamo andati al cinema , siamo andati a vedere Bohemian Rhapsody la storia di Freddy Mercury , ve lo consiglio . Bello ma potevo godermelo fino alla fine ? certo che no , il volume troppo alto mi ha scatenato il mdt ....che due ....

NICO spero sia andato tutto benissimo .

MARGARET hai ragione , troppo consumismo ,non si sente più l'aria magica del Natale ...io da un pezzo 😞

**mamma\_lara** Lunedì, 03 Dicembre 2018 15:07

Annuccia, che meraviglia avere Lupo a casa con voi.

Il da fare sicuramente non vi mancherà. I bambini di quell'età sono mooolto impegnativi.

Gabriele ormai si è rassegnato, ferma non ci so stare. Il mio da fare non è troppo impegnativo. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 03 Dicembre 2018 15:03

Miriam, sono bellissimi i tuoi messaggi. Rileggili sempre quando avrai periodi dove il MDT ti farà tribolare un po' di più.

Infatti, dico sempre che noi ci sentiamo persone sbagliate ed è proprio della dignità di esistere come malati che ci da un grandissimo aiuto.

Forza sempre. 😊

**Miriam61** Lunedì, 03 Dicembre 2018 14:31

Ho riletto i consigli del forum e penso ci siano dei punti davvero molto utili. Grazie a chi li ha scritti e a chi ha contribuito! Confrontandomi con voi ho visto che chi più chi meno ha pensato di avere qualcosa di sbagliato o che non andava in se stessa. Ho capito che questo pensiero era davvero il mio nemico principale. Non ero infelice perchè avevo mal di testa ma perchè mi lascivo sconfiggere dalla malattia. Il MDT non è una sconfitta come ho sempre pensato. Grazie anche a voi ho imparato a non aver paura a dire che ho mal di testa. Anzi lo dico perchè NONOSTANTE il mal di testa ho fatto e sto facendo delle cose bellissime. E per questo mi sento davvero degna di lode. E come se avessi ritrovato una nuova dignità nel momento che ho accolto il mio MDT.

**Miriam61** Lunedì, 03 Dicembre 2018 14:16

Ciao a tutte! dopo un po' di silenzio da parte mia apprendo che Gabriele è tornato a casa: Bravo Gabriele sei un lottatore degno della tua compagna.

**Annuccia** Lunedì, 03 Dicembre 2018 14:09

Brava LARA, non fare agitare Gabriele..... 😊😊 va bene che sarà abituato...

**Annuccia** Lunedì, 03 Dicembre 2018 14:08

Ieri sera è arrivato Lupo con Enrico che però deve lavorare. Quindi faccio la nonna!!!! solo per time, visto che il pomeriggio devo stare qui in studio. Roberto però ha preso tre giorni di ferie (le residue dell'anno).

**mamma\_lara** Lunedì, 03 Dicembre 2018 14:07

Mi sto preparando giorno per giorno al Natale, sto facendo le scorte e anche scorte di cose che preparo un po' ogni giorno. Piano piano senza strafare così anche Gabriele è tranquillo.

**Annuccia** Lunedì, 03 Dicembre 2018 14:06

Buongiorno a tutti!

NICO, un pensiero anche da me per tuo marito. Spero che a quest'ora tutto sia andato benissimo e che si sia tolto il pensiero.

**mamma\_lara** Lunedì, 03 Dicembre 2018 14:05

Stella, spero che il pensiero non sia troppo pesante da portare. Noi ci siamo sempre cara. In bocca al lupo per il botulino

**mamma\_lara** Lunedì, 03 Dicembre 2018 14:03

Nico, capisco benissimo, dormo ora che ho Gabriele a casa. Quando era in ospedale passavo le notti a lavorare, pensa che persino il dover stirare era un "sollievo".

Non so dire le volte che sono andata in ospedale è trovavo la porta di entrata chiusa, mi vergognavo a suonare perchè pensavo che chi era alle informazioni fosse andato un momento in bagno. Poi prima di uscire ho scoperto che aprivano alle 5:30 del mattino. Avevo un bel da aspettare che tornasse dal bagno. Tornavo a casa per poi riandare verso le 7.

Va la che è un'altra vita da quando è a casa. 😊

**mamma\_lara** Lunedì, 03 Dicembre 2018 13:57

Buongiorno a tutti.

Nico, dacci notizie non appena puoi.

**Stella1** Lunedì, 03 Dicembre 2018 11:41

Buongiorno a tutti. Un abbraccio al marito di Nico... un pensiero a tutti voi a per una serena settimana speranzosa senza MDT... periodo difficile... pieno di umidità... lo domani ho il botox ma quando questo tempo non aiuta e la testa è piena di pensiero... beh... Non è facile... un abbraccio ☆

**nico26** Lunedì, 03 Dicembre 2018 10:16

Piera infatti alle 6.00 l ho svegliato 😊. Ora è dentro..... 😊

**Piera** Lunedì, 03 Dicembre 2018 09:59

Nico, magari l'operato, avra' dormito benissimo!!! 😊 in bocca al lupo per tutto

**nico26** Lunedì, 03 Dicembre 2018 07:17

Buondi a tutti già all' ospedale. Lara non ho dormito un c@@@o anche se la operato e mio marito. Che ansia.....

**mamma\_lara** Domenica, 02 Dicembre 2018 21:25

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

**mamma\_lara** Domenica, 02 Dicembre 2018 21:24

Francesca, hai ragione, Gabriele si sta riprendendo alla grande per fortuna.

Penso che dei farmaci per patologie non ne abbia mai presi se non per raffreddamenti e per accettarli li accetta, il fatto è che forse non li considera così indispensabili per la sua salute.

Staremo a vedere gli sviluppi 😊

**mamma\_lara** Domenica, 02 Dicembre 2018 21:18

Elisabetta, spero cambi atteggiamento, è giusto non essere preoccupato, ma è giusto che si occupi della terapia. Ci vorrà tempo, intanto vedo di mettere le medicine bene in vista. Pensavo ad una sveglia nel telefono, ma lui spesso lo spegne. Ci vorrà un po' di tempo.

magari se sono fuori glielo ricordo io. Tanto la telefonata gliela faccio sempre lo stesso 😊

**mamma\_lara** Domenica, 02 Dicembre 2018 21:11

Margaret, io uso il tic come dolcificante e mi trovo bene.

Anche a me l'eritritolo non piace.

Ma sono certa che se riesci a farti un dolcino con mascarpone e tic ti piacerà.

C'è una marca che fa dei dolci ottimi, li ho assaggiati a Catanzaro e mi sono piaciuti tantissimo. Costano abbastanza, ma per una volta si può fare.

Se ti interessa ti dico in privato come si chiamano questi prodotti

**Elena64** Domenica, 02 Dicembre 2018 21:10

In bocca al lupo per tuo marito Nico!!

**Margaret** Domenica, 02 Dicembre 2018 20:27

Buona notte a tutti e buon inizio di settimana.

**Margaret** Domenica, 02 Dicembre 2018 20:26

Fai bene Mamma LARA..Ora vedo di trovare delle ricette appetibili..ma quello che mi frega sono eritritolo e stevia, il retrogusto mi ammazza e anche la crema tiramisù fatta con questi dolcificanti mi fa passare la voglia. Non riesco ad abituarci. Adesso provo lo xylitolo. Ho visto una confezione con 0 carboidrati mentre in genere ne ha come lo zucchero. Non ho capito ancora come mai lo stesso zucchero di betulla o xylitolo abbia valori così diversi. L'ho visto su amazon e da una ricetta tedesca cheto del tiramisù. Sarebbe solo una tantum, tipo a natale e spero che il gusto sia buono come dicono. Ho cercato tanto in internet la compatibilità di xylitolo e dieta chetogenica ma non ho trovato articoli chiari.

**Elisabetta** Domenica, 02 Dicembre 2018 18:13

LARA, molto comune l'atteggiamento di Gabriele. Chi non ha mai avuto niente guarda gli acciaccati che ingurgitano farmaci, come maniaci.

Spero che trovi qualcuno che lo convinca, perché non sarebbe facile per te ricordartene per lui costantemente.

Comunque, per ora, accontentiamoci che stia bene...

**Elisabetta** Domenica, 02 Dicembre 2018 18:05

NICO, tanti pensieri per voi

**francesca63** Domenica, 02 Dicembre 2018 13:36

Buona Domenica a tutti.

E pensieri positivi per tuo marito NICO 26. ...quanto ai tuoi prossimi giorni non ho suggerimenti ma sono sicura che troverai qualche soluzione. .!!!!

LARA credo che Gabriele si stia riprendendo alla grande...quanto ai farmaci dagli ancora qualche giorno e li accetterà. ...credo che per una persona che non abbia assunto quasi nulla per patologie importanti(mi sembra di ricordare)non sia facile trovarsi con una patata bollente così! !!!!!

Gli anticoagulanti sono fondamentali d'altro canto...

Splendida giornata a tutti.

**mamma\_lara** Domenica, 02 Dicembre 2018 11:40

Nico, tanti pensieri per tuo marito. Speriamo che l'intervento serva a farlo stare meglio.

**mamma\_lara** Domenica, 02 Dicembre 2018 11:38

Buongiorno a tutti.

Torno ora dalla spesa.

Margaret, io non sgarro mai perchè poi si sbilancia tutto.  
Però so che è fatica e si fa quel che si può.

Gabriele sta bene.

Faccio fatica a fargli capire che deve prendere i farmaci come indicato dal medico e anche a fargli ricordare di prenderli.

Capisco faccia fatica a capacitarsi che questi farmaci per lui sono indispensabili, non ha sintomi e secondo lui è già tutto sistemato.

Glielo farò dire dal medico.

Oppure se ne renderà conto lui stesso quando parlerà con gli altri pazienti in attesa delle visite.

**Margaret** Domenica, 02 Dicembre 2018 10:00

Come sta oggi Gabriele, Mamma LARA?

**Margaret** Domenica, 02 Dicembre 2018 09:59

NICO tantissimi auguri a tuo marito e anche a te.. 😊 ..lo so cosa vuol dire..ma Sandro con tre costole rotte doveva per forza camminare perchè il dolore da fermo era insopportabile e quindi sempre tra i piedi ovunque.. 😊

**nico26** Domenica, 02 Dicembre 2018 08:10

Buondi a tutti/e e domenica iniziata con pugnale alle nuca....dai pure ....ora preso caffè e speriamo rimanga contenuto. Mattina operano mio marito per cui oltre alle dita delle mani Incrocio anche le dita dei piedi la lingua e le budelle.oggi lo devo usare a gogò per fare tutti gli addobbi natalizi fuori perchè dopo dovrà stare fermo almeno due settimane con doppia stampella. Aiuto un uomo fermo in casa aiutoooooo

**Margaret** Domenica, 02 Dicembre 2018 07:55

Mi piace leggere dei vari acciacchi e dolori..Un abbraccio a tutti intanto e più tardi vi leggo ancora

**Margaret** Domenica, 02 Dicembre 2018 07:53

Buongiorno a tutti e buona domenica. Qui freddino..Comincia a sentirsi l'aria natalizia e io direi poi abbastanza centrata sul consumismo, ahimè..La mia testa a novembre contando gli spostamenti di lavoro è stata clemente. Mi chiedo se potrò a Natale interrompere anche solo due giorni per mangiare: una fetta di tiramisù, pandoro e biscotti natalizi..Assaggi, nessuna abbuffata..Il doc ha dato a mia sorella che si è andata da lui a Roma disperata il nome di una nutrizionista di Milano per la chetogenica..

**mamma\_lara** Sabato, 01 Dicembre 2018 21:51

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

**mamma\_lara** Sabato, 01 Dicembre 2018 19:31

Nico, non oso immaginare come sarà piena di gente casa tua domani.  
Per i mali neppure io mi lamento più. Tanto sempre tanti sono.

Gabriele è conteso ma sono arrivata prima io 😊

**nico26** Sabato, 01 Dicembre 2018 13:49

Subito l'adotto 😊

**nico26** Sabato, 01 Dicembre 2018 13:48

Buon pomeriggio e quanto scrivete tutto vero nel senso che noi emicranici siamo abituati ai dolori sparsi in tutto il corpo e tante volte senza diagnosi.Son due giorni che la testa mi dà un po' di sollievo (dal 27/09 direi che era ora) però per non farmi mancare nulla ho il colon che sembra in guerra e dai fuori scarichiamo lì evviva.....Beh comunque c'è sempre di peggio per cui cerchiamo sempre di non lamentarci.....Vado a preparare delle verdure perché domani da noi a Castelnuovo Rangone Guinness del super zampone secondo voi la casa sarà vuota manco a dirlo...

Lara lo voto per adottare Gabriele mitico. ?

**mamma\_lara** Sabato, 01 Dicembre 2018 09:05

Cri, sappi che ti comprendo. ♥

**mamma\_lara** Sabato, 01 Dicembre 2018 09:04

Scusate, non avevo registrato il messaggio che avevo scritto dal telefono dove di davo il buon giorno.

Faccio ora.

Buongiorno a tutti.

**mamma\_lara** Sabato, 01 Dicembre 2018 09:03

Elena, come dice la nostra Cri, abbiamo acufeni e anche tanto altro. Il nostro problema è che non abbiamo MDT purtroppo, ne abbiamo anche tanti altri che ci complicano la vita.

Si fa sempre come si può.

Io mi considero fortunata, perchè nonostante tutti i miei acciacchi sono ancora qui che rompo le scatole a tutti

Gabriele è bravissimo, per questo io sono libera di fare tutto ciò che faccio

**cri69** Sabato, 01 Dicembre 2018 07:55

Buongiorno gente , buon sabato.

ELENA la maggior parte di noi ha l'acufene , come pure la gastrite ed i dolori sparsi in tutto il corpo ( senza diagnosi ) 😞 😞 .

FEFFE spero che oggi vada meglio.

ANNUCCIA sempre tanta forza, un abbraccio

PAULA vai alle terme , relax completo.

Mi preparo ed andiamo a sentire quali novità ci sono oggi 😞 😞

Besos