

# Uno Nessuno Centomila

Gennaio 2023 - Numero Zero



Mensile realizzato dalla CTRP B della Cooperativa "Un segno di Pace" di Vallonara di Marostica (VI)

## SOMMARIO:

- Editoriale
- Attualità
- Cultura e Società
- L' Intervista
- Attività di Comunità
- Parole e Musica
- Angolo della Posta
- Arte & Arte
- Curiosità
- Mi racconto
- Il gioco del mese
- La pagina dei Se
- La ricetta del Mese

## In redazione:

- Alberto
- Tommaso
- Fabio
- Dott. Francato  
(Psicoterapeuta)
- Rahhal
- Dunia (Operatrice)



## Collaborazioni in questo numero:

Massimiliano, Giulio, Cinzia, Massimo, Alessandra G, Alessandra Q. e Marco

# EDITORIALE

A cura del Dott. Francato

*Non studio, non lavoro, non guardo la tv.  
Non vado al cinema, non faccio sport.  
E' una questione di qualità o una formalità, non  
ricordo  
più bene, una formalità.*

In esergo a questo editoriale i versi di G.L. Ferretti, frontman del gruppo punk-rock CCCP, che scriveva questa canzone negli anni '80. Aveva in mente un paziente psichiatrico, poiché al tempo, faceva l'operatore in una comunità. Nei diversi anni in cui ho ascoltato questa canzone, mi sono immaginato una persona che non manifestava nessun interesse, nessuna qualità.

Un uomo che impone il suo "esserci" attraverso il no, come lo scrivano di un racconto di Melville, impegnato a ripetersi che "preferiva di no".

Chissà se tale passività rappresenta ciò che viene percepito dal senso comune, dalla supposta società che lavora e consuma, come segno e significante di negatività, mancanza, sottrazione di impegno e desiderio, interpretando la dis-abilità come stato non modificabile.

Come un umano che non possedendo particolari qualità, viene stigmatizzato, ossia marchiato di disapprovazione. Tutt'oggi il lavoro di attacco allo stigma e alla discriminazione che il paziente psichiatrico si porta appresso, rimane fulcro attraverso cui gli operatori della salute mentale forzano le rappresentazioni che la società continua a coltivare verso coloro che non sembrano farne parte, relegati, appunto, in tale involucro rigido e bidimensionale.

Alla luce dei cambiamenti scientifici, sociali e culturali avvenuti in questi anni, l'ascolto dei bisogni dell'utenza, l'attivazione di progetti condivisi, la compartecipazione di operatori utenti e familiari nelle azioni di prevenzione, terapia e riabilitazione, si rivelano come pilastri fondanti dell'attuale prassi e disciplina delle varie istituzioni, dedite alla cura della patologia mentale. Scenario complesso e multidisciplinare sul quale la patologia si infrange facendosi vedere meno drammatica e più avvicinata, sino alla possibile cura e remissione. In questo senso, parafrasando Cacciari in un suo saggio "sull'uomo senza qualità" si tratterebbe di considerare il soggetto come colui "che ricerca insieme forma e decisione, che vuole conferire forma al flusso dei casi e decidersi di volerne spezzare il continuum esprimendo la propria interiorità". Un uomo che nonostante la contemporaneità complessa e difficile, cerca qualcosa. Un paziente che nonostante la patologia non è passivo. Tutto questo si esprime all'interno dello spazio che il lavoro riabilitativo apre, tra la tentazione del "no" per non dire qualcosa di sé e la possibilità di aprire un "sì" che ne articola un discorso ri-abilitando senza aver pre-giudicato nessuno.

E' a partire da tali considerazioni che il progetto "giornalino" ha preso forma e sostanza, attraverso un coinvolgimento degli utenti della CTRP B e GAS di Vallonara, i quali si sono resi disponibili ad interpretare i diversi ruoli che la scena giornalistica ingloba.

Redattrici capo sono le operatrici Dunia e Sara che hanno concordato struttura e rubriche del giornalino, lasciano agli ospiti ampia azione di manovra per la scrittura degli articoli, operando solo di appoggio e nel lavoro finale di revisione.

Interviste caratterizzano l'opera nella quale il giornalino "UnoNessunoCentomila" convoca il soggetto come il lavoro di gruppo, la dimensione introspettiva e intima nei racconti e nelle poesie, quella relazionale e sociale nei lavori dediti alla collettività.

Lavoro corale dunque, che non disdegna assoli e impulsi creativi. Lavoro di scrittura che permette di rilucere il lavoro riabilitativo all'interno della struttura, caratterizzato dai diversi setting attivati per le terapie.

Sarà possibile, leggendo e scorrendo i lavori che qui presentiamo, cogliere l'impegno ed il desiderio di ognuno nel far partecipare il benevolo lettore alla vita comunitaria dentro e fuori la sua struttura. Quella vita che per un tratto impegna ognuno di noi nel lavoro di trasformazione di quel supposto "no" in un vibrante "SI" alla propria irriducibile interiorità.

# ATTUALITA'

A cura di Fabio



*“Dopo Vaja ora l'emergenza è il Bostrico”*

A fine Ottobre 2018 sulle prealpi venete e trentine si è abbattuta la “tempesta di Vaja” che come un gigantesco uragano, con venti compresi tra i 160 e 200 km/h ha spazzato via intere porzioni di foreste di abete rosso.

Danni simili sul territorio erano stati registrati con la distruzione della prima guerra mondiale e proprio come allora, si manifestò a seguire una epidemia di Bostrico.

Il Bostrico è un coleottero che scava sotto la corteccia degli abeti rossi fitte reti di gallerie, privando le piante interessate della circolazione linfatica e provocandone la morte in breve tempo.

Di solito, la presenza del Bostrico nelle foreste è endemica, ovvero il coleottero prolifera solo sugli alberi già indeboliti o a fine ciclo riproduttivo e così regola l'equilibrio delle foreste.

Dove però si siano verificate catastrofi come guerre, trombe d'aria, valanghe, eccetera e quando le foreste sono mono-specie, ecco che il Bostrico trova le condizioni ideali per proliferare in maniera esponenziale.

E ciò che sta avvenendo nelle foreste colpite da “Vaja”: le piante abbattute e rimaste a terra per lunghi periodi di tempo e le condizioni climatiche favorevoli, hanno permesso al Bostrico di trovare l'habitat ideale per poter proliferare aggredendo così anche gli alberi sani e causando una vera e propria epidemia.

Gli unici mezzi per contrastarlo ora sono l'asportazione repentina delle piante infette e una bonifica dei boschi e a lungo termine, la sostituzione degli abeti con alberi a latifolia.

La mia opinione è che non tutto il male viene per nuocere.

L'epidemia di Bostrico in effetti, sta intaccando territori che il bosco aveva sottratto in maniera sconsiderata a prati e pascoli nell'altopiano di Asiago.

Si parla del 30% di bosco in più solo dagli anni '60.

C'è anche da tener conto che i nuovi boschi sono quasi tutti mono-specie e quasi del tutto privi di manutenzione.

Con l'epidemia del Bostrico i nostri boschi hanno subito un arresto di crescita e un naturale ridimensionamento che porterà giovamento, sia al paesaggio che all'ecosistema. Insomma, la natura si mostra sempre in grado di autoregolarsi e lo fa con sistemi che a noi appaiono come catastrofi.

Un po' di fiducia nella natura e vedremo con quali bei risultati verranno ripristinati gli ambienti che ora sembrano perduti.

Fabio

## LA PAGINA DEL SE....

Se fossi Archimede che cosa vorrei inventare?

Inventerei una corda con diverse fasce di colore, che funziona con il calore delle mani. La prendi in mano, chiudi gli occhi e la fai scivolare su e giù. Il colore che esce ti indica se sei al sicuro oppure no, se stai facendo cose giuste o cose sbagliate eccetera.

Massimo

Io inventerei una cosa come Aerogravity di Milano, ma al posto del tunnel farei una stanza con pini e abeti come fosse un bosco artificiale per fare sì che ti sembra di volare sulla natura e non in una stanza.

Tommaso

Io inventerei un robot che mi facesse da servo: che pulisce, cucina, fa la spesa e le lavatrici. Da utilizzare come maggiordomo. Con sembianze umane e che si attiva quando pronunci il suo nome.

Rahhal

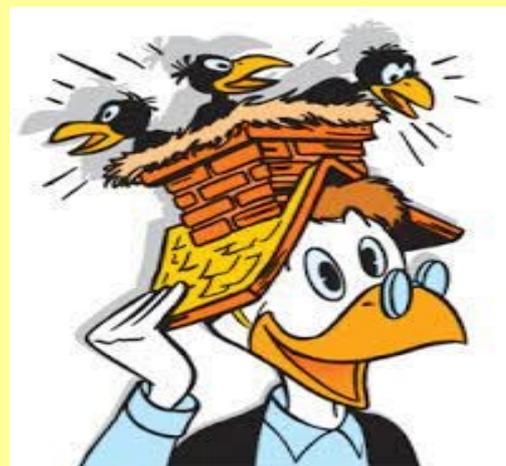
Io inventerei qualcosa per aiutare i poveri. Si potrebbero creare delle banconote apposta per loro, che dopo un certo reddito non pagano niente e usano quelle per pagare tutto.

Cinzia

Io inventerei un albero di Natale disegnato su un foglio grande e dipinto con i colori a pastello o a tempera, dove farei dei fori e inserirei delle luci colorate o bianche vere. Da usare come addobbo natalizio da parete.

Alberto

*“Archimede quando era in cerca di una idea geniale, indossava il cappello pensatore. Quando arrivava l'idea, gli uccellini cominciavano a cantare”*



# LA PAGINA DI CULTURA, COSTUME E SOCIETA'

*A Cura di Alberto*

Da quando è arrivato il covid le abitudini degli italiani sono fortemente cambiate. Il potere di acquisto è fortemente calato e questo spinge le persone a spendere meno perché hanno poca disponibilità di soldi.

Gran parte delle banche concede prestiti annuali a famiglie e imprese per superare gli inverni sempre più difficili a causa del taglio del gas russo, come conseguenza della guerra in corso. Bisogna cercare di risparmiare! Ma come?

Una idea potrebbe essere rinunciando ad un circa 5% su tutti i settori della giornata e del mese. Abbassare i termostati a 18 gradi, ridurre l'aria condizionata in estate. Per esempio, molti sono passati alle stufe a legna e a pellet che costa meno del gas.

Tanti non hanno soldi per puntare al fotovoltaico e preferiscono installare condizionatori ad alto rendimento che consumano assai meno di quelli di vecchia generazione.

Fare turni di lavoro continuati con la pausa pranzo in ditta, per evitare di fare quattro viaggi e consumare benzina può essere anche una idea. A questo proposito alcune persone, quando viaggiano, preferiscono rimanere in zona proprio per diminuire i consumi di carburante.

Le vacanze invernali ed estive comunque rimangono, ma per molti sono più brevi ossia tre o quattro giorni al massimo e cercando offerte convenienti.

La gente esce di meno, va più di rado al bar e al ristorante e sceglie di cenare a casa tra amici. Alcuni negozi nelle periferie hanno ridotto l'orario di apertura perché hanno difficoltà a sostenere le spese di gestione (bollette tasse eccetera)

Anche fare la spesa è diventato un impegno, infatti ci si orienta verso ipermercati o supermercati come LIDL cercando i prezzi più vantaggiosi senza trascurare la qualità.

Si trovano su internet consigli per risparmiare in cucina, come per esempio spegnere l'acqua della pasta che si cuoce lo stesso e magari cuocerne già anche per il giorno dopo, dato che pure riscaldata la pasta è sempre buona.

Nonostante ciò per alcuni è difficile arrivare a fine mese con il cibo e qualcuno si appoggia a strutture di aiuto come la mensa della Caritas o ad amici e parenti.

Sono presenti comunque degli incentivi a favore degli abitanti delle rispettive nazioni, per far fronte alle difficoltà economiche dei più disagiati.

Per gli italiani è presente il reddito di cittadinanza, anche se questa ipotesi ha lasciato molti italiani perplessi....

Alberto

# ATTIVITA' DI COMUNITA'

A cura di Alessandra Q.

## MONTAGNATERAPIA

Con l'aiuto dei volontari del CAI di Marostica, si organizzano, una volta al mese, delle camminate in montagna. Vengono coinvolti anche i pazienti del CSM di Bassano e di Thiene. In genere sono uscite di una giornata, con pranzo al sacco.

L'obiettivo è aumentare le competenze relazionali, imparando a stare in gruppo e adeguati al contesto sociale, oltre che imparare a porsi degli obiettivi (il rifugio) e raggiungerli con impegno e fatica.



“Stare all'aria aperta è piacevole, dà una sensazione di libertà e di superare i tuoi limiti. Alla partenza siamo assennati ma carichi di entusiasmo. Gli altri mi vengono a cercare e io sto per conto mio. Una persona ci fa da guida e ci indica il tragitto. Facciamo la sosta per un caffè e poi ripartiamo e arriviamo al punto di incontro con tutti gli altri. Mentre cammino sto con i miei pensieri. Sento la fatica quando c'è la salita. Durante l'uscita si cammina, si parla con gli altri. Il capogruppo osserva il paesaggio e ci racconta qualcosa. Resto concentrata sui miei passi. Sono stanca ma felice di aver fatto tanti chilometri, quando raggiungo l'obiettivo. Dopo si pranza con i panini al sacco, caffè e brioches e coca cola. Quello è un momento di festa per tutti.”

Alessandra Q.

# L'ANGOLO DELLE CURIOSITA'

a cura di Tommaso

*“La struttura del calabrone, in relazione al suo peso, non è adatta al volo, ma lui non lo sa e vola lo stesso.”  
(frase di Albert Einstein)*



Come fa un calabrone a volare?

Le ali del calabrone hanno un battito di 230 battiti al secondo ossia cinque volte superiore a quello di un colibrì. Il calabrone non viola alcuna legge fisica o aerodinamica, ma riesce quindi a volare grazie alla velocità e alla torsione/oscillazione delle ali. Il suo nome scientifico è “vespa cabro” l’insetto è diffuso in tutta Europa, con esclusione dell’estremo nord, nella zona orientale degli Stati Uniti e in tutta l’Asia centrale fino al Giappone. Ritornando al discorso di Einstein, mi viene da dire che non c’entra se uno è grasso o magro, basso o alto, considerato all’altezza o inadatto a fare delle cose. Ognuno può avere tutte le capacità del mondo di fare quello che desidera a modo suo. Questo significa che ogni cosa si può raggiungere. Io per esempio volevo volare in carne ed ossa e sono riuscito ad avere la sensazione di farlo, dopo anni di meditazione. Questo significa che se volete, potete riuscirci anche voi.

Tommaso

# PAROLE E MUSICA

Il gruppo espressivo “*Una canzone ti cambia la giornata...*” si riunisce a cadenza circa settimanale. Utilizza le canzoni come stimolo per la discussione su particolari tematiche. La canzone viene scelta a turno dagli ospiti e dai conduttori, permettendo ad ognuno di condividere col gruppo vissuti, emozioni, esperienze ecc. legati a particolari momenti della propria vita. **La canzone di questa settimana è *Io sto bene* dei CCCP - Fedeli alla linea.** Sono stati un gruppo punk rock italiano, artisticamente nati nel 1982. Il brano varca il sottile confine tra apparenza e sostanza, l’eterno dilemma pirandelliano dell’essere o apparire. Stiamo parlando di un pezzo che ha almeno due generazioni poiché risale agli anni ‘80 eppure risulta essere così categoricamente attuale. *Io sto bene* categorizza infatti una serie di concetti, vediamo quali. Rispetto a quello che realmente vogliamo, quanto facciamo? Sogniamo o crediamo di farlo? Un taglio di capelli può arrivare a fare la differenza? Ferretti la scrisse avendo in mente una figura della malattia mentale, in quanto in quegli anni lavorava come operatore in una comunità.

Testo:

*È una questione di qualità, È una questione di qualità,  
O una formalità, non ricordo più bene, una formalità.  
Come decidere di radersi i capelli.  
Di eliminare il caffè o le sigarette  
Di farla finita con qualcuno o qualcosa  
Una formalità, una formalità, una formalità  
O una questione di qualità  
Io sto bene, io sto male, io non so dove stare  
Io sto bene, io sto male, io non so cosa fare  
Non studio, non lavoro, non guardo la tv  
Non vado al cinema, non faccio sport  
Non studio, non lavoro, non guardo la tv  
È una questione di qualità  
È una questione di qualità, è una questione di qualità  
O una formalità, non ricordo più bene, una formalità  
Come decidere di radersi i capelli  
Di eliminare il caffè o le sigarette  
Di farla finita con qualcuno o qualcosa  
Una formalità, una formalità, una formalità  
O una questione di qualità  
Io sto bene, io sto male, io sto bene, io sto male  
Io sto bene, io sto male, ma è una formalità  
Una formalità, una formalità, una formalità, una formalità*



L’ascolto di questa canzone ha portato il gruppo ad interrogarsi su diverse tematiche. Dal punto di vista storico, siamo negli anni ‘80, ha portato a considerare il periodo di chiusura dei manicomi e lo sviluppo delle comunità nel territorio.

I contenuti della canzone hanno successivamente suscitato un dibattito rispetto alla rappresentazione del paziente psichiatrico nella società, toccando dunque il tema dello stigma. Inoltre la differenziazione dei concetti “io sono la malattia” oppure “io ho una malattia”, ha permesso al gruppo di riflettere sull’importanza di oggettivare la malattia per aprire al bisogno di cura, sviluppando un atteggiamento di contrasto alla propria sofferenza. Sono stati colti tali concetti come modalità diverse di pensarsi e pensare la propria malattia. Come ciò si rifletta nella percezione che gli altri hanno di noi e come la cura comporti un atteggiamento attivo del paziente, ad una *decisione* che ne liberi le possibilità di cambiamento, sciogliendo il dilemma tra *formalità* o *questioni di qualità*.

## L'angolo della posta.      Risponde la Maga di Oz....

*Cara Maga di Oz, secondo te c'è qualche ragazza che mi pensa? Firmato mister x.*

*Caro mister x, penso che tutti noi abbiamo qualcuno che ci pensa. Il problema è che se non ce lo dicono, non lo sapremo mai e passeremo il resto della vita a pensarci a vicenda, chiedendoci se qualcuno ci sta pensando. Quello che voglio dirti è che se pensi a qualcuno, faresti meglio a dirglielo. Qualcuno dice che il pensiero è energia che può arrivare anche al cuore. Io nell'incertezza userei le parole che passano per le orecchie...*

*Cara Maga di Oz, qual è la differenza tra fantasia e realtà? Firmato mister z.*

*Caro mister z, quando una fantasia ti convince diventa realtà. Quindi lascia stare la differenza tra fantasia e realtà. Ogni fantasia diventa reale quando decidi di crederci. E a questo punto puoi decidere tu a quale fantasia vuoi credere e vuoi far credere anche agli altri. Sarà quella che desideri e che ti farà sentire felice. Quella che ti serve in quel momento della tua vita.*

*Cara Maga di Oz come posso fare per smettere di fumare? Firmato mister w.*

*Caro mister w*

*La prima cosa che devi chiederti è "voglio davvero smettere di fumare?"*

*La risposta è importante, perché solo se sei davvero motivato potrai provare a smettere.*

*La seconda cosa che devi chiederti è "perché voglio smettere di fumare?"*

*Anche questa risposta è importante perché serve a trovare la motivazione.*

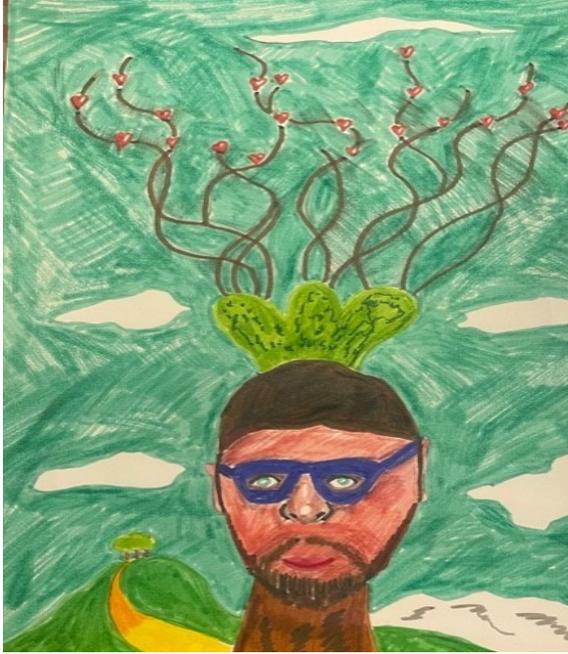
*La terza cosa che devi chiederti è "cosa intendo fare ogni volta che avrò voglia di una sigaretta?"*

*Mangiare, bere un bicchiere di acqua, fare una passeggiata sono le cose più comuni. Io aggiungerei anche fare tre salti sul Posto e dire in modo deciso "sigaretta, non mi avrai!!"*

Alcuni uomini vedono le cose per come sono e chiedono "Perché?"  
Io oso sognare cose che non sono mai state e mi chiedo "Perché no?"

George Bernard Shaw

# ARTE E ARTE E ARTE



“Testa ad albero vista dal basso”

Siamo come gli alberi. Soffriamo e gioiamo e ascoltando il nostro cuore, possiamo rifiorire dai nostri dolori.

Tommaso

## *Il mio amico stella bianca*

*Lo incontrai su per una cordata insieme ai suoi amici*

*Abbiamo parlato insieme salendo la roccia*

*Quando mi sono trovato in difficoltà mi ha aiutato a salire*

*Io ero da solo e da quel momento siamo diventati amici.*

*Non abbiamo mai litigato e ci siamo sempre aiutati nel bene e nel male*

*E questo, se non l'ave te capito è la vera storia di una amicizia.*

*Massimo C.*

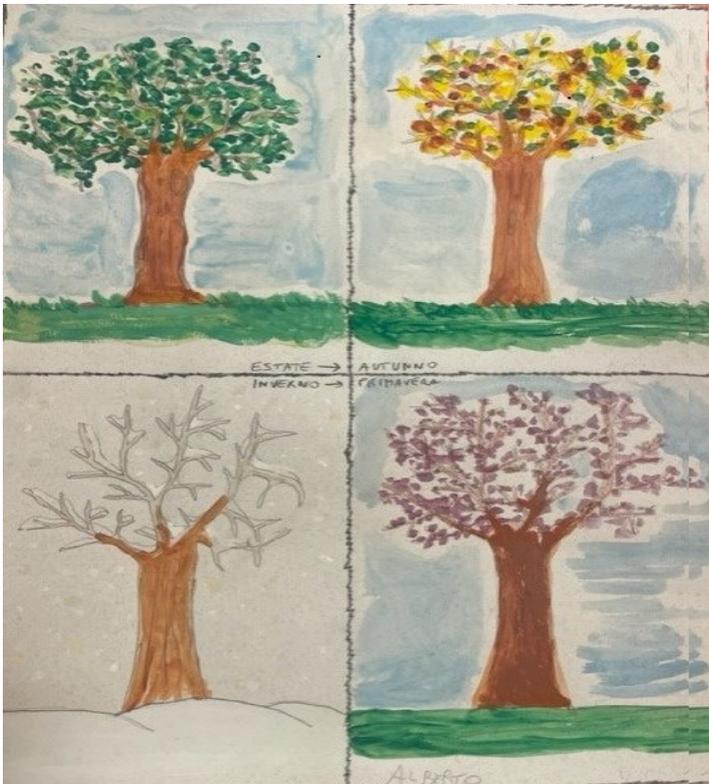


Un agglomerato costruito lasciando comunque spazio di vita all'uomo.

Per l'uso dei colori e le diverse forme. Molto spesso invece ritroviamo nelle costruzioni una spasmodica inclinazione alla uniformità.

Massimiliano G.

# ARTE E ARTE E ARTE



In questa opera, possiamo notare quello che ci insegnavano da bambini, ossia che le stagioni cambiano i colori e l'aspetto degli alberi.

Alberto

## *“Il mal di vivere”*

*Oltre la luna il mistero  
Il profumo denso di un cero  
Sale alta e spasmodica la frase di circostanza  
Mentre tutto rimane velato dentro la stanza  
Eppure martiri acciaccati  
Eroi trionfanti e poi ammazzati  
Ci addentriamo in un cosmo pulito  
Dove tutto è costruito è rifinito  
Ma noi con la voglia in fondo ai piedi  
Diciamo è troppo che soffriamo non vedi  
Si è giusto ma non buttare l'arsura nella spazzatura  
Bevi e arriverà l'ora di dormire  
Dopo un'intensa vita di affanni  
Provate voi a mettervi nei nostri panni*

*Massimiliano dicembre 2022*

# TI RACCONTO...

A cura di Alessandra G.

Nelle mie esperienze in comunità riabilitative, ho avuto modo di conoscere molte persone, ciascuno con le loro difficoltà, difetti e pregi, a chi più e a chi meno, ma messe da me tutte nello stesso piano.

Ho imparato a capire le loro problematiche e come aiutarli a stare il meglio possibile.

Al contempo, ho imparato anche a farmi capire dagli altri, con i miei pregi e difetti per cercare il loro aiuto e supporto nel mio obiettivo di rafforzare i miei punti deboli, poiché avendo problematiche simili, è più facile comprendersi e aiutarsi a vicenda.

Ho conosciuto tanti operatori, educatori e psicoterapeuti che ciascuno con il loro ruolo, mi hanno sempre aiutata a migliorarmi e supportata nei momenti di difficoltà.

Una persona che ricordo con tanto affetto è una ragazza di nome Elisabetta, che stava in una comunità insieme a me e abbiamo passato molto tempo insieme. Mi aveva detto di avere un amore sviscerato per i gatti. Mi ha trasmesso anche a me un po' di curiosità per questi animali, perché ne parlava sempre.

Io di solito prediligo i cani, ho per loro un amore grande.

Mi piacciono tutti i tipi di cani, specialmente quando sono cuccioli, forse perché nella mia vita ho avuto molti cani. Penso che abbiano una intelligenza che a volte supera quella degli uomini.

Penso anche che chi li abbandona siano degli esseri spregevoli e senza cuore, perché fanno del male a degli esseri speciali.

Alessandra

# L'INTERVISTA

A cura di Rahhal

**"In questo numero ho intervistato il Sig. Camazzola Daniele, Presidente della Cooperativa Un Segno di Pace. Era la mia prima intervista e non sapevo bene come fare, ma lui è stato gentile e disponibile e mi sono sentito a mio agio"**

## **COSA LE È INTERESSATO IN QUESTO LAVORO E COSA LA AFFASCINA?**

Mi ha affascinato l'universo di umanità presente nelle persone con disagio psichiatrico e inoltre lavorare a stretto contatto con colleghi nuovi.

## **COME È ENTRATO IN COOPERATIVA?**

Sono entrata in cooperativa facendo l'obiettore di coscienza. Era il 1996 e dato che l'esperienza mi è piaciuta, ho poi deciso di fare il corso per diventare un operatore sanitario.

## **PERCHÉ VUOLE ESPANDERE LA COOPERATIVA?**

Perché una azienda deve sempre crescere e continuare a migliorarsi.

## **CHI È STATA LA PERSONA CHE HA FONDATA LA COOPERATIVA E QUANDO?**

La cooperativa è stata fondata da Ennio Costenaro nel 1985. Quando ha deciso di fondarla ha fatto una scelta di vita, insieme a sua moglie, altri amici che sono diventati i primi soci fondatori.

## **COSA SI ASPETTA DAL FUTURO PER LA COOPERATIVA?**

Che le persone siano ben disposte a dare ciascuno qualcosa di sé e della propria esperienza per il bene di tutti i soci e di tutti gli utenti.

## **VISTO IL SUO IMPEGNO PER LA COOPERATIVA, LE RIMANE DEL TEMPO LIBERO PER LA SUA VITA PRIVATA?**

In questo periodo ho poco tempo libero. Quel poco tempo che ho me lo godo con il mio cane Choco. Mi piace anche andare in giro in bicicletta e passare il tempo con qualche amico.

## **PREFERISCE FARE IL PRESIDENTE O TORNEREBBE A FARE L'OPERATORE?**

A me piace lavorare. In questo momento sono il Presidente, ma se dovessi tornare a fare l'operatore sarei ugualmente contento di tornare in prima linea.

# Il Cruciverbone del Mese

Il tema del numero zero è “La Comunità Riabilitativa”.

U P E T A G N A K E G C I L M P O E E C  
E T S Y E T M Y N J I U I O R N T R A M  
P Y E K I I U O A N M T N A R I A M D O  
I D P N C R I E E F I E N U S C E E W N  
U Y S I T S O M P G F Z T I O R U E O T  
Q E Z M S I A T A A O O V I A P G T G A  
E I N I I L M R A E R E G N A I P T R G  
A R M S N H E H Q R C E A G V H E E U N  
H I I M F P E L O G E R T G C X A R P A  
D W V M E O I R C R U P Y O U B T A P T  
O R F C R L G S E C T X O G C A I G O E  
T O B T M O M A C C E O P L I I C I I R  
T È R X I H D P R I S U J F N U S S E A  
E H F V E Z S Y W S N E W W A T U P T P  
G O H F R O R A R I I A R D R A U Y S I  
O B C H A P U L I Z I E U C E R S B E A  
R K N A S C O L T A R E N J Q E I A F A  
P F B À T I V I T T A I S S E M R E P B  
F A R M A C I K E R A L R A P F X U C Z  
S M T R H C O N D I V I D E R E U B Y G

Aiutare	Permessi
attività	pranzi
cinema	pulizie
cucinare	sigarette
dormire	uscite
feste	ascoltare
infermiera	camera
operatori	crescere
parlare	dimissione
piscina	farmaci
psicoterapeuta	terapia
sfogarsi	gruppo
turno	montagnaterapia
visite	orto
amicizia	piangere

*Trova le parole  
nello schema.  
Possono essere  
orizzontali,  
verticali e  
anche oblique*