

Uno Nessuno Centomila

Maggio 2025- Numero Venti Otto "LA MUSICA"



Mensile realizzato dalla CTRP B della Cooperativa "Un segno di Pace Onlus" di Vallonara di Marostica (VI)
Sito: www.unsegnodipace.it
Social: Facebook Un Segno di Pace ONLUS
Instagram [unsegnodipaceonlus](https://www.instagram.com/unsegnodipaceonlus)



SOMMARIO

- * Editoriale
- * Cultura Costume e Società
- * I Racconti di Raffaele
- * Notizie dalle Nostre Comunità
- * Pensieri Liberi
- * Le favole di Elisa
- * Attività di Comunità
- * Le avventure di Peter T.
- * Parole in Versi



IN REDAZIONE

- * Alberto B.
- * Cinzia B.
- * Dunia B (OSS)
- * Elisa M.
- * Tommaso D.P.
- * Raffaele B.
- * Serena P.

E con la partecipazione di : Giuseppe,
Giacomo, Rahhal e Cristina.

EDITORIALE

A cura di Dunia B.



*“La musica è la lingua dello spirito.
La sua segreta corrente vibra tra il cuore
di colui che canta e l'anima di colui che
ascolta.”*

Khalil Gibran

L'Espressione artistica è una delle forme più profonde di comunicazione umana. Attraverso immagini, suoni, movimenti e parole, l'arte consente di tradurre emozioni ed esperienze in una forma tangibile, accessibile a chiunque. La sua forza risiede nella capacità di superare le barriere linguistiche e culturali, creando connessioni tra individui, generazioni e comunità.

L'arte si manifesta in molteplici forme, ciascuna con la propria capacità di evocare emozioni e stimolare la riflessione.

L'arte, in tutte le sue forme, non è solo un mezzo per raccontare il mondo, ma anche per comprenderlo meglio e per costruire relazioni più profonde all'interno della famiglia e della società.

Che si tratti di dipingere, scrivere, ballare o suonare, ogni individuo ha il potenziale per esprimersi in modo unico. Esplorare la propria **Creatività** e condividere il proprio mondo interiore attraverso l'arte è un'opportunità straordinaria per arricchire la propria esperienza e quella degli altri.

A partire da questo numero, inizieremo il viaggio attraverso tutte le varie forme di arte iniziando con la Musica.

Dalle sinfonie classiche alle composizioni contemporanee, la musica è una forma di Espressione personale che permette di comunicare stati d'animo e storie senza l'uso delle parole.

La Musica, in modo diverso, fa parte della vita di ogni singolo individuo. Tutti abbiamo delle canzoni preferite e colonne sonore per momenti importanti della nostra vita. E' quindi un tema dove ciascuno potrà facilmente trovare qualcosa da raccontare e condividere.

LA PAGINA DI CULTURA, COSTUME E SOCIETÀ

A cura di Alberto B.

Riguardo al tema di questo mese affrontiamo il tema della musicoterapia.. La musica interagendo a livello terapeutico, si sa, provoca un rilassamento del sistema nervoso, con rilascio di certe sostanze, che tranquillizzano in generale il nostro corpo umano.

Tante canzoni, vecchie o nuove (San Remo, estate dance 2024), ecc.. sono molto belle da sentire, però secondo me, hanno un secondo fine nel testo, come inviare dagli stessi cantanti ad altri cantanti o ragazze, messaggi un po' secondo me personali (da evitare).

Con l'arrivo degli mp3, la musica ha avuto un calo, ma canzoni importanti e belle da ascoltare ci sono sempre. La radio per esempio è gratuita.

Modelli della musicoterapia:

La musicoterapia analitica (Priestley, 1984)

La musicoterapia benenzoniana (Benenzon, 1984).

Questo modello è stato creato dalla violinista Mary Priestley negli anni 1970, con la finalità di **abbinare la musicoterapia alla psicoanalisi**, in particolare pone le sue basi nella psicoterapia analitica..

La musicoterapia comportamentale e cognitiva (Madsen)

Questo modello si sviluppa negli USA e il suo maggior teorico è stato Clifford Madsen. Bruscia nel **1988** definisce la musicoterapia comportamentale come l'uso della musica come rinforzo o stimolo indirizzato ad aumentare o modificare i comportamenti di adattamento ed a eliminare i comportamenti non congrui (dal 1988 al 1993).

L'Immaginario guidato e Musica (Bonny, 1990)

Questo modello nasce dagli anni 1970 del secolo scorso, dalle sperimentazioni di Helen Bonny in ambito psicoterapeutico, il cui la musicoterapia, di formazione comportamentale, proponeva ascolti musicali ai pazienti.

Concludendo, la musicoterapia è una disciplina terapeutica che utilizza la musica come strumento principale per raggiungere obiettivi terapeutici e promuovere il benessere. Si basa infatti sull'idea che la musica abbia un potente impatto sull'aspetto emotivo, cognitivo, fisico e sociale delle persone, ma comunque dando la parte principale a psicoterapeuti e psichiatri.

PAROLE IN VERSI

A cura di Serena P.

Alla Ricerca della Nota Perfetta

Io amo il suono del temporale
Quando inizia il ticchettio sulle
Tegole di gocce che incalzanti
Una dopo l'altra scivolano
giù, amo il suono del temporale
Quello dei nuvoloni cupi
E dei pensieri sognanti.
Il fischiare del vento per me
È melodia
Quando sbatte sulle persiane
E anch'esse suonano
Amo la pioggia sulle finestre
E le gocce che scivolano giù.
Forse questo è un componimento
musicale assai strano da
sentire,
però se ascolti bene
con un po' di attenzione
e con un po' di fantasia
nel tuo cuore suoni la melodia



ATTIVITA' DI COMUNITA'

A cura di Cinzia B.

Turno Cuoca

Io faccio attività di cucina, il venerdì a pranzo e la domenica a cena.

In genere cucino pasta, con vari sughi e poi contorni. Decidiamo con l'operatore quando fa il menù settimanale.

Mi piace cucinare, anche se vorrei essere più brava.

In cucina lavo anche le tazzine o preparo le moka del caffè.

Oggi ho cucinato cavolfiori, piselli e spinaci. Ho anche preparato il soffritto di cipolla con la pancetta per fare la carbonara di primo. Faccio da sola, anche se mi piace essere aiutata dall'operatore perché alcuni piatti che si fanno sono un po' elaborati.

E' bello cucinare perché si imparano a fare piatti elaborati e anche fantasiosi. Non ho preferenze su piatti da cucinare, ma una cosa che mi piacerebbe provare a fare sono i tramezzini di vari gusti e anche fare una torta salta con ricotta e spinaci. Poi vorrei anche provare a fare un dolce.



LE FAVOLE DI ELISA

A cura di Elisa M.

Il potere della musica.

In un castello incastonato fra le rocce dell'Himalaya viveva un tempo una avvenente principessa.

Costei però era tanto sola e triste perché non aveva nessuno che le facesse compagnia. Era affetta da una strana malattia che le impediva di capire le parole che la gente le rivolgeva. Era questo l'effetto di un brutto malocchio che le aveva mandato una fattucchiera malefica sua nemica.

Un giorno però venne alla sua corte un famoso arpista. Prese un tè con la principessa però per errore gli cadde la tazza che si frantumò a terra. la principessa rimase turbata dall' accaduto e l'arpista comprese dunque che la giovine non era completamente sorda : sentiva infatti i rumori.

L'arpista allora cominciò a suonare una dolce melodia con la sua arpa magica.

All'udirla subito il volto della principessa si illuminò di gioia e prestò molta attenzione alla musica. Tanto si immedesimò in questo canto che alla fine quasi piangeva di commozione...

Il re suo padre comprese che la musica aveva il potere di risvegliare la principessa dalla sua profonda solitudine.

Decise pertanto di chiamare un musicista a piazza stabile nella reggia il quale avrebbe suonato il flauto tibetano per la principessa ogni volta che questa l'avesse voluto.

In quanto alla fanciulla non si sentì più sola e riacquistò il suo bel sorriso.



LE AVVENTURE DI PETER T.

A cura di Tommaso D.P.

LE AVVENTURE DI PETER T

Peter T vuole fare un altro giro fuori dall'Isola che non c'è.

Vuole visitare il mondo e vede che quasi tutte le persone sono tristi. Lui vorrebbe che le fossero felici, ma non gli viene in mente come fare. Ritorna alla sua Isola e va dal saggio Baux per chiedergli un consiglio. A Baux vengono in mente tante idee che entrano nella testa di Peter T e così lui

cerca di unificarle in una cosa per dargli forma. Così gli viene finalmente l'idea di come fare. Ossia va a Vallonara di Marostica e là trova degli uccellini posati sopra a dei lampioni.



E vede anche dei nidi sopra agli alberi. Però non vuole disturbarli. Ad un certo punto va da quelli dei lampioni e cinguettando comunica con loro e gli dice “avresti una idea per rendere felici tutte le persone nel mondo?” e loro rispondono “possiamo farti da pianoforte, che il nostro suono si espanda in tutta la crosta terrestre” Allora Peter T comincia a suonare con gli uccellini la melodia di Wonderful Life di Blake. Dopo che ha finito di suonare va a rifare un giro per il mondo per vedere se ha sortito qualche effetto e vede per magia tutte le persone sorridere mentre ascoltano la musica e dipingono tutte le case con colori solari e gioiosi. Sono talmente felici che ora tutto il mondo sembra una immensa Isola che non c'è

Peter T rientra all'Isola che non c'è ancora più felice di quando è partito.

IRACCONTI DI RAFFAELE

A cura Raffaele B.

Quando è entrata la musica nella mia vita?

Mi piacerebbe dire suonavo prima di nascere e quando sono nato ho continuato su questo mondo.

Ma non è la verità.

Io volevo fare il soldato.

Facevo le bave quando vedevo nei giornali immagini di guerra, mi dispiaceva ma mi davano anche l'idea di azione.

Al mare alcuni negozi vendevano armi giocattolo... certo giocattolo... ma erano uguali a quelle vere, mancava solo il peso mi viene da dire a memoria.

A natale chiedevo prima di scartare i regali: è lungo? e mia mamma rispondeva: sì allunga, allora pensavo che mi avessero regalato un flobber: un fucile ad aria compressa molto divertente.

Scartavo e ogni anno trovavo un paio di calzini, del resto si allungano.

Mio papà un giorno mi domandò: per forza un fucile? (sempre giocattolo ovviamente) non può essere una pistola?

No volevo un fucile e comunque avrei stonato anche con una pistola.

Sul computer giocavo al videogame "Commandos" e una volta in un pranzo a casa di mio zio mio papà mi fa: Sai cos'ha tuo cugino per te? e io subito Commandos? no ha i cd dei Punkreas masterizzati, ce li regala!

Ma cosa mi interessa di questo gruppo che come genere musicale fa punk... mio cugino suonava la chitarra ma io non lo reputavo molto interessante.



E qui un primo tocco flebile di musica.

Altri momenti furono quando sentii per la prima volta le Spice Girls e poi anche gli Aqua.

IRACCONTI DI RAFFAELE

A cura Raffaele B.

Risultato, passava il tempo e mi avvicinavo al momento che come età avrei potuto fare il soldato.

Eravamo al mare e io e mia mamma stavamo tornando in appartamento e mi dice: guarda mi sono informata, potresti provare a fare tiro al poligono così vedi se ti piace veramente.

Ok, non è coprire un aera con il fucile come in guerra ma è sempre qualcosa.

Qualcosa però dentro di me si era rotto, meglio in fondo sono armi, il pensiero andò alla morte di mio zio in cui c'entra una pistola.

Non dovevo più fare il pirla per ricordarlo in fondo mia mamma era andata avanti e mi disse nella stessa camminata al mare.

Il tuo miglior amico inizia un corso di chitarra, ti interessa? e io: ma chitarra elettrica come i Punkreas? e lei: no inizierai con la chitarra acustica come tuo papà che suona in chiesa.

Iniziai il corso con la chitarra classica, non ero bravo ma quando mi comperai la prima elettrica ero un genio di fantasia e per il resto cioè teoria musicale e suonare canzoni uno scarso.

Adesso devo comprarmi una acustica perchè sono più espressivo che con l'elettrica e anche della classica.

Ci tengo moltissimo a imparare a suonare in modo completo la chitarra e cantare.

PENSIERI LIBERI

La musica è una cosa che mi fa staccare la testa dai pensieri di lavoro, personali. Mi fa rilassare. Ascolto molta tecno, anche se non ho un genere preciso. Vado a momenti, a periodi, a seconda dell'umore.
Rahhal



Io ascolto Nino D'Angelo e Daniele Martini. Mi piacciono perché sanno cantare bene. Mi rilassano. Ascolto sempre la musica. La musica per me è un senso di solidarietà e di tranquillità.
Giuseppe P.



Il violoncello dove se lo mette l'uomo quando lo suona? In mezzo alle gambe. E fa avanti e indietro con l'arco, come se accarezzasse una bella donna. Infatti il violoncello ha la forma del corpo della donna.
Cristina C.



La musica è la colonna sonora della nostra vita.

Giacomo R.



NOTIZIE DALLE NOSTRE...

LA CAE di GRANCONA

CAE S. MARCO di MESTRE

RSSP SIRTAKI di MONTECCHIO

CAB di BREGANZE

CAB il SENTIERO di Marostica

CAE ANCONETTA di S. Caterina di Lusiana



RSSP SIRTAKI

A cura di dott.sa Impartiti

La musica é... emozioni e ricordi, scopriamolo con Barbara, Laura, Paola e Raffaella

Ieri hanno fatto il concerto del Primo Maggio in TV: era pieno di gente, tanti poliziotti, musica ad alto volume, le canzoni erano cantate da nuovi cantanti ma si ascoltavano anche pezzi famosi di Lucio Dalla, Pino Daniele e De André. Sono state tre ore di concerto molto belle, ci racconta Raffaella, che predilige le canzoni italiane, i cantautori in particolare.

Barbara invece adorava gli Europe, perché le piaceva “il biondo”, il cantante della band ed anche i Queen, gli Scorpions e i Pink Floyd. Ascoltando la loro musica si sentiva benissimo, dice che si rilassava, anche se può sembrare strano immaginare la carica esplosiva della canzone “The final countdown” e sentirsi rilassati!

Paola invece ha vissuto il periodo della discomusic, andava a ballare con le amiche, era l'epoca dei Bee Gees e dei Queen. Era il tempo del MAC 2. E aggiunge, può succedere di tutto con la musica, magari ci si innamora di qualcuno che è in sala da ballo. Ricorda con gli occhi che si illuminano la canzone “Farfallina” di Luca Carboni, che ha fatto da colonna sonora il giorno del suo matrimonio.

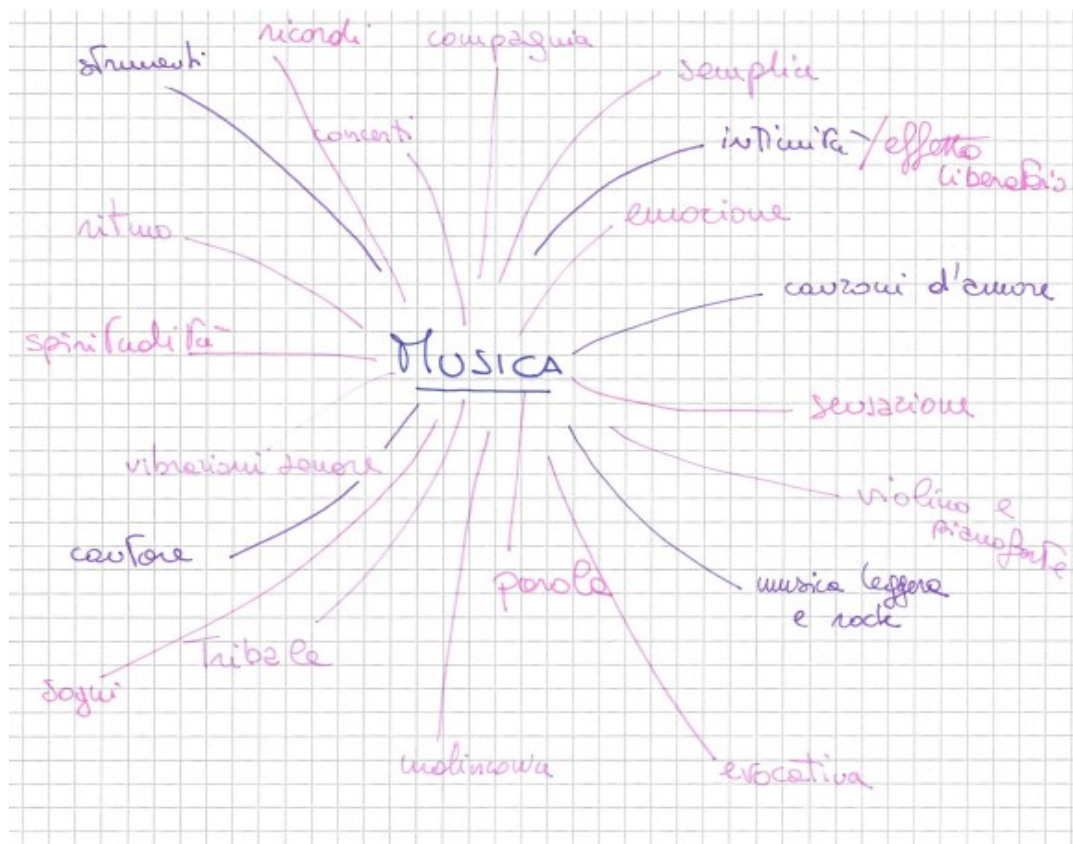
Laura era sempre in pista a ballare, con le canzoni degli anni '80 e '90, ricorda i Toto, i Queen, Michael Jackson, i Pink Floyd. Erano cantanti che suscitavano una forte ammirazione, erano dei miti. Laura pensa che la musica serva molto per tirare su il morale, che sia terapeutica.

Ora ascolta le canzoni su Radio Bruno, la sera, e le sembra di volare: la sua espressione mentre lo dice ci fa capire come emozionarsi con la musica sia per lei sentire una energia incredibile; se è giù di morale la musica è fondamentale; ricorda di aver letto che la musica è entrata negli ospedali, persino nelle sale operatorie, in supporto alle cure mediche, e pure sua madre quando era ammalata di tumore trovava particolare sollievo con le canzoni, soprattutto con quelle di Amedeo Minghi, che le chiedeva di ascoltare ripetutamente. Pensiamo che più musica anche qui a Sirtaki, come ovunque, sarebbe molto piacevole, un po' per far passare il tempo trasportati dalle note e dalle emozioni e un po' per riceverne un beneficio, una sensazione di tranquillità o una carica di energia.

E' stato bello per noi oggi parlare di musica.



BRAINSTORMING



Quando la redazione del Magazine ha proposto come tema quello delle ARTI, noi della CAE S. Marco ci siamo subito accesi, perché si sa...qui a Venezia e limitrofi l'arte si respira a pieni polmoni!! La musica poi è un linguaggio universale e fin dal primo brainstorming ci ha acceso tantissime idee per declinare questo tema con molte sfumature.

Come in altre strutture, qui la musica è molto presente: la ascoltiamo tutti assieme in sala, dai canali TV o possiamo fruirne in solitaria, chiusi nelle nostre stanze o nei nostri pensieri. Spesso, grazie alla nostra operatrice Monica, facciamo il Karaoke divertendoci non poco ed è uno dei momenti comunitari più partecipato. E' quindi con questa breve premessa che vi lasciamo ai nostri scritti su quest'arte meravigliosa! Buona lettura!



CAE S. MARCO di Mestre

Pagina due

RAP e Karaoke

Secondo me la musica RAP è bellissima. Si può ascoltare in tanti posti, nelle fiere e nei concerti di musica americana. Un rapper molto famoso che mi piace è Eminem. Il RAP è espressione della cultura afro-americana.

A me piace molto anche fare il Karaoke, perché mi porta gioia. Quando in comunità facciamo i pomeriggi Karaoke, mi diverto moltissimo sia ad ascoltare che a cantare.

La musica è come il sole: quando c'è mi porta felicità e gioia di vivere.

Fabio B

Musica evocativa

La musica è ricordi: io, ad esempio, sono affezionata alla canzone dei Pooh dal titolo "Eleonora mia madre", perché mi ricorda la giovinezza della mia mamma. Il testo della canzone, infatti, dice: "Tra le cose vecchie e quel vestito dei vent'anni tuoi, come allora bello, coi merletti non più bianchi per l'età. Donna tu, mia madre, scopro per la prima volta..." e mi fa pensare con nostalgia a quando ero piccola e mia mamma giovane, bella e forte.

Però la musica è anche allegra e quando ho bisogno di ricaricarmi ascolto latino-americano. Questi ritmi mi riportano alla memoria i miei vecchi amori. Con loro ascoltavo "La camisa negra", "Obsesión" e altre canzoni spagnoleggianti.

Mi piace poi molto il tango argentino, perché mi fa pensare ad un ballo sensuale e ascoltando queste musiche mi sento sensuale anch'io.

Debora M

IPITURA FRESCA

I Pitura si formarono negli anni 80, quando i componenti del gruppo abitavano a Venezia, tutti tranne il bassista Ciuke, che invece viveva a Marghera. Costruivano le canzoni nel magazzino di Ciuke, detto "Magaciuke" dai Pitura stessi. Quando provavano i pezzi e facevano casino, si dicevano che, se i vicini avessero continuato a rompere i cosiddetti perché sembrava di essere in Africa, allora voleva dire che erano sulla strada giusta.

Il loro primo concerto di grande capienza fu in Campo Bandiera e Moro. A questo punto erano già conosciuti e cominciavano a vendere un po'. Fu qui che suonarono per la prima volta la canzone "Pin Floi", che sarebbe diventata il loro più grande successo.

Andrea R.

IMIEI CANTANTI PREFERITI

La mia cantante italiana preferita è Giorgia. Mi piace tutto di lei e la vorrei sposare. Una canzone che mi piace molto, anche se non è di Giorgia, è "Il Carrozone" di Renato Zero. Tra la musica straniera, mi piacciono molto i gruppi anni '80 e '90, come gli Europe, i The Wham, George Michael... Ma il numero uno in Italia resterà per sempre Eros Ramazzotti.

Lorenzo C.



POTERE DELLA MUSICA

La musica è un argomento che unisce i popoli. Le sue note sono in grado di scavare nel nostro animo, ad estrarre il meglio dai tanti appassionati di questa arte.

Dario S.

MUSICA

Di Chiara B.

La musica è fonte di vita eterna,
lasciala vibrare nell'eclissi della sorgente umana.
L'amore è amore puro.

MUSICA

Di Giorgia DP

La musica che cosa fantastica
La musica dolcezza
È speranza...
Le onde della musica
Prendono l'anima e la vita
Era già partita
Nella mia vita...
La musica parola intensa
Per chi come me ci pensa
È ripensa
È il più delle volte riposa
Ti fa riposare gli occhi
Forza musicale vita maniacale
Come sembra normale...
L'amore naviga nell'onda della musica
Un po' di musica riposa senza posa
La musica ribolle l'energia
Che grande fantasia...



CAE S. MARCO di Mestre A cura di Dario

Pagina quattro

Riflessioni e proposta di Dario, comunità psichiatrica di viale San Marco, Mestre.

Il pomeriggio volgerà al termine, si avvanzerà la sera, così a chiedermi che fare con l'ambiente disastrato oggi e mi rispondo, sulla soglia della disperazione, l'unione! sì, l'unione sarà la forza.

Ambientalisti, ecologisti, animalisti... in sentimenti! e vorreste fare qualcosa, agire!

Per esempio, fondare una nuova associazione, il pensiero, lo vorreste vero?

Invece no, non serve un nuovo soggetto a salvare il mondo che rimane, chi già c'è è sufficiente, il difetto sta nel suo muoversi da solo, con le sue sole forze quando altri stanno a guardare, aspettandosi buone notizie.

Il mio intento, radunare quelle esistenti, renderle più forti, incisive, decisive.

In realtà, qualcuno si è mosso: il 17 febbraio la Lega per l'Abolizione della Caccia, assieme a LAV, ENPA, LNDC, WWF, ITALIA NOSTRA e LIPU, ha presentato un documento al presidente della regione Liguria, Marco Bucci, contro la richiesta di uccidere 600.000 fringuelli e storni, sinceri auguri a tutte voi! il verde nel cuore.

La parola magica in essere è INSIEME! contro le avversità, quali siano.

Angelo Bonelli, leader dei Verdi in Parlamento, nel suo simbolo elettorale sta scritto Europa Verde, una meta ambiziosa che promette bene, salve a te o futuro!

Grandi le difficoltà e notevole il dispendio di energie, la Natura tante le ferite.

Inquinamento, sfruttamento, effetto serra, gli allevamenti intensivi, le microplastiche, il consumo di suolo, la continua crescita demografica che toglie spazi e vita a flora e fauna e tutte le problematiche conseguenti, io della comunità psichiatrica di Mestre, emarginati, da tanti considerati fuori dai giochi, persone a perdere, io tra loro, non voglio costituire l'ennesima associazione che abbia a cuore la Natura, è mio desiderio rendere pubblico questo documento inducendo altre comunità psichiatriche a pronunciarsi e dividerlo, volgendo poi, comunità, verso tutte le animaliste, ecologiste, ambientaliste, associazioni a costruire una Grande Verde Alleanza a fare fronte comune contro quello che non va.

Perché da tempo ci troviamo di fronte ad un bivio: da una parte, cupo, il tramonto del Sapiens, l'uomo omega, dall'altra l'alba dell'uomo nuovo, ovvero alfa.

Voi, scegliete tra l'inizio della fine o la fine dell'inizio, e poi l'uomo alfa.

Al diavolo la televisione! baby-sitter attenti a mantenerci calmi, silenti, dormienti?

Associazioni, tante, non a difendere da sole con buona ostinazione il proprio orticello, tutte assieme a curare l'Italia, l'Europa, il mondo, stimolando i cittadini, i popoli, a farsi partecipi di questa cura ambientale, anche perché, come un padre o una madre sentiti, trarranno benefici e longevità da questa dedizione.

Così, associazioni, tante, a trovare sostegno reciproco nei momenti di difficoltà, nella necessità di diffondere il proprio pensiero la menzione sui rispettivi siti (pubblicità, divulgazione), nella disperazione per come vanno i fatti, a trovare conforto e comprensione, nella debolezza delle proprie forze o della voce, INSIEME, a scoprire quanto forti siete e più vicina la meta, l'obiettivo.

In tale portato, io Dario tanto proponendo, volto a tutte le altre comunità che mi reggeranno braccio e postura, spingendo le ambientaliste a lavorare assieme, vostro sarà l'orgoglio per essere giunti a tanto, voi emarginati a trovare gocce di autostima quale non insolita medicina.

Venga a noi questa Grande Verde Alleanza, il mondo, la Natura ne ha una disperata necessità.



CAE S. MARCO di Mestre A cura di Dario

Pagina cinque

La Grande Verde Alleanza

I tempi sono difficili e grami, visibili.
Parlano all'uomo di ultimatum.
Uomo, datti una regolata, impegnati!
Il declino non è inevitabile, agisci!
Non pensare solo a te stesso adesso.
Problemi, Natura ferita a morte...
Vive chi ci pensa, associazioni tante,
ma ognuna per conto suo come fosse...
Reazioni? Ecco, in ordine sparso.
L'inizio della fine o la fine dell'inizio?
Il cupo tramonto del Sapiens
oppure l'alba dell'uomo nuovo?
Qui, l'uomo omega o l'alfa, finalmente?
Dove saremo domani, dove andremo?
Necessita una Grande Verde Alleanza
tra i gruppi che ci stanno,
là dove c'è chi si muove e spera.
Con lecite ragioni, ma soli, deboli siamo.
Insieme, coordinati sull'obiettivo invece.
Come un ariete ad abbattere la porta
delle mura della società dell'ipocrisia.
Difficoltà a farsi capire, sostegno reciproco.
Diffusione dei propri tormenti, reciproca pubblicità.
Depressioni nell'intimo, comune pari medicina.
Mete lontane e improbe, qualcuno alle genti:
dai, non molliamo! forza, diamoci la mano.
La citazione, tutti per uno, uno per tutti!

La responsabilità

Responsabile, io che di figli non ne ho,
nipoti dunque mai, nonno no non sarò,
libero dal consegnare loro un futuro,
in grado di godermela la mia vita.
Cantando alto "Me ne frego e..."
Irresponsabile sarei invece, ecco.
I giovani oggi, loro sì, si preoccupano.
Cortei, manifestazioni, fiamme...
Violenze varie e danni quali effetti collaterali
del loro attivismo, potrebbero evitarli?
Sono giovani, inesperti, suggestionabili,
sono disperati tanti di loro
vedendo noi che abbiamo il potere
predicare la calma e avanti con la routine
che tanto tutto si aggiusta e via così?
I giovani, loro sono la speranza oggi!
Io che figli e nipoti no, uno e più
tanto li vorrei, per educarli meglio,
incoraggiarli, sostenerli, incitarli, più forte!
Ad ognuno la propria quota di responsabilità.
Oltre il comune timido senso del pudore.



CAE ANCONETTA Di S. Caterina di Lusiana

Tema: La musica

Rossana R.:

La musica è una cura per me perché mi dà gioia e forza di affrontare la giornata. Mi piace ascoltarla quando vado a camminare perché mi mette grinta e mi fa camminare più energicamente, mi piace ascoltarla quando vado in macchina perché mi fa guidare meglio e mi trasmette tante emozioni positive.

Ascolto quasi tutti i generi di musica.

Un sogno che mi piacerebbe realizzare nell'ambito musicale è partecipare come pubblico al programma "Amici" di Maria De Filippi, chissà se un giorno riuscirò ad andarci.

Pierangelo:

A me piace suonare il pianoforte perché è allegro e mi dà emozioni. Quando sono stato a Montecchio Precalcino, alla festa di Natale, mi ha emozionato molto e commosso il coro Gospel.

Gli artisti e le canzoni che mi piacciono e che mi fanno provare grandi emozioni sono: La Casa dell'Imperatore Sanremo 1994, Destinazione Paradiso, Alex Britti con 7000 Caffè e sono contento Sanremo 2001.

Mi piace la musica anni '60. La musica degli anni '60 mi fa sentire bene. È come se le canzoni parlassero di cose che non capisco bene, ma che mi fanno pensare e sentire qualcosa dentro. Mi piace sentire quelle melodie vecchie, mi fanno stare più tranquillo e mi ricordano cose che non so perché, ma sono importanti.

Alessandro G.:

La musica fa meditare. È come la psicologia, mi fa provare di tutto: dalla tristezza all'allegria. La musica è costruttiva, trasmette idee positive.

Il rap di adesso però è negativo; una volta era più bello, c'erano meno cose volgari, riusciva ad unire la scuola con la strada.

Ricordo: quando ero giovane e giocavo a calcio, ricordo la canzone di Vasco Rossi, che era all'inizio della sua carriera, che suonava mentre io segnavo un gol. Da quel momento associo il calcio a Vasco Rossi.

William D.V.:

Qualsiasi sia la musica, è una cosa che fa provare armonia, tranquillità, essere rilassati.

La musica fa bene. Mi piace la musica in tutte le sue forme, in particolare ascolto gli AC/DC, i Queen, i Pink Floyd, la bella musica che mi piace.

Daniela S.:

La musica porta allegria, si può ballare, dai Queen e i Pink Floyd a Guccini, Bennato, De André.

Ascoltare la musica prima di andare a letto mi fa bene, perché mi porta a cantare e a rilassarmi, oltre a farmi provare sentimenti costruttivi.

Inoltre, ascolto la musica afroamericana, come Bob Marley, che insieme alla musica anni '60 mi ricorda la giovinezza. Venditti invece mi fa venire in mente la libertà, così come andare ai concerti porta allegria.

Mi emoziono ascoltando la musica suonata dal vivo: sia quando Pierangelo suona il pianoforte in struttura, sia quando lo suona mia figlia Sara, in particolare le canzoni di Venditti.



TITOLO ATTIVITÀ: **La musica che ci parla**

Descrizione dell'attività:

La musica fa parte della vita di tutti noi: ci accompagna nei momenti felici e ci consola in quelli difficili. Anche senza parole, sa parlare al cuore. Oggi abbiamo voluto dedicarci a questo tema, ascoltando, ricordando, condividendo e parlando di musica.

L'attività è stata proposta come dialogo aperto, ponendo agli ospiti alcune domande:

- Che tipo di musica ti piace ascoltare?
- Hai una canzone preferita?
- Preferisci musica allegra, calma, con parole o strumentale?

Hai un ricordo legato a una canzone particolare?

Resoconto dell'incontro:

- Nelly riferisce di preferire la musica pop contemporanea; in particolare, apprezza l'ultima canzone presentata da Lucio Corsi a Sanremo. Racconta che i suoi gusti musicali variano a seconda dell'umore.
- Andrea condivide il suo amore per i Simple Minds e i Nomadi, citando in particolare "Io vagabondo", una canzone che gli solleva il morale nei momenti difficili.
- Tiziano dice di amare il jazz e la musica esclusivamente strumentale, come i brani suonati con il violino.
- Domenico preferisce il rock, in particolare Elvis Presley. Ha citato come sua canzone preferita "Tu Cuba", che abbiamo anche ascoltato insieme.
- Vittorio si dichiara appassionato di rock.
- Fabio, con sorpresa, rivela il suo interesse per il metal, citando "Flash of the Blade" come una delle sue canzoni preferite.
- Pietro, andando un po' controcorrente rispetto agli altri, afferma di apprezzare molto le canzoni di montagna, che ascolta anche con le cuffie.
- Roberto condivide la sua passione per Elvis Presley.

Miriam preferisce la musica leggera.



CAE di GRANCONA

Pagina due

Seconda parte dell'attività:

Ho poi chiesto agli ospiti:

“Se la tua vita fosse un film, quale sarebbe la tua colonna sonora? Le loro risposte sono state:

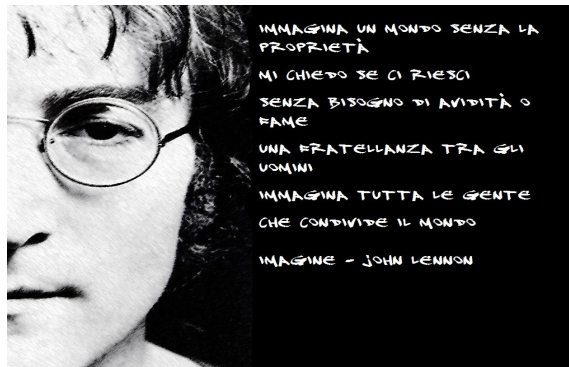
- Nelly: una musica legata all'atmosfera del West.
- Andrea: la colonna sonora di Gioventù bruciata.
- Fabio: il film Altrimenti ci arrabbiamo.
- Pietro: canzoni dello Zecchino d'Oro.

Roberto: brani di David Bowie.

Ascolto guidato:

Abbiamo concluso l'attività ascoltando “Imagine” di John Lennon.

Alla domanda su cosa trasmettesse questa canzone, gli ospiti hanno risposto che suscita emozioni di dolcezza, allegria, ma anche un po' di tristezza e malinconia.





CAB il SENTIERO

A cura di Gloria P.

La musica

Ascoltare musica mi rilassa ed è un ottimo antidepressivo naturale.
Prediligo canzoni d'amore piuttosto che la musica TRAP dei giovani d'oggi.
Quando ascolto Masini mi sento malinconica mentre con Jovanotti più allegra e spensierata.
Cerco di ascoltare musica positiva che di cose negative ce ne sono fin troppe al mondo.
La musica mi trasporta in un luogo della mia mente dove giace la calma, dove non c'è guerra ma solo speranza.
La musica può fare ballare, cantare, sognare.
La musica è un'amica che mi ha accompagnato per tutta la vita.
Lei c'è sempre stata: quando ero piccola, adolescente ribelle e fino all'età adulta.
Non ho un cantante preferito in generale perché ascolto di tutto: dalla musica romantica al rock trasgressivo.
La musica mi ha aiutato in tanti momenti della mia vita, quando mi sentivo sola c'era sempre lei a tenermi compagnia.
La musica è un'amica con la quale puoi stare in silenzio.
La musica è bellissima perché trasmette tante emozioni e dà un colore diverso alle tue giornate.

Gloria P.



CAB di BREGANZE

A cura di Berni

Pagina uno

*· In un pomeriggio grigio
Sull'albero di ciliegio
Si posò un uccellino
Su un fragile ramo*

10.04.25 Berni



Le barzellette di Berni.....

"El prete."

Un giorno el prete el va a benedir a casa de Bepi. Co i pasa pa' a corte, el prete el vede e gaine e 'l ghe dixè a Bepi: "Chi sa che boni ovi che fa quee gaine là." E Bepi: "Fémena! tol un sesto che ghe demo un pochi de ovi al prete!"

"E varda che bee gaine che te ghè, Bepi, chisà che bone che e sarà in taccia." E Bepi: "Femena! Tiraghe el co'o a un paro de po'astri che ghe i demo al prete!"

I pasa pa l'orto, e 'l prete vede i pomodori e 'l fa: "Varda che bei pomodori che te ghè Bepi, chisà che boni in sa'ata!" E Bepi: "Fémena! Tira su na sesta de pomodori da darghe al prete!"

Dopo i va in cantina, el prete vede e boti e 'l dixè: "Varda che boti, chisà che bon vin che te ghè, Bepi!" E Bepi: "Fémena! Porta un piato e un cuciaro che ghe femo sercar el vin al prete". El prete saia el vin. "Fémena, daghe quattro botiglie de vin al prete!"

Co 'l prete va via carico de tuta sta roba, a fémena de Bepi a ghe domanda: "Ma parché te ghe ghè fato sercar el vin col cuciaro?" E Bepi: "Eh sì, se ghe o fasevo saiar col bicer, l'alsava i oci e 'l vedeva i soprese tacae sul soffito..."

Berni



CAB di BREGANZE
La rubrica degli animali
A cura di Sonia D.R.

Pagina due

Il coniglio nano

Ci sono tre tipi di coniglio nano: coniglio nano comune, testa di leone, ariete. A casa avevo tanti conigli testa di leone e nani. In gabbia possono muoversi poco e starebbero meglio liberi. Sono degli animali da compagnia, sono molto delicati e si ammalano frequentemente. Bisogna tenere il loro ambiente pulito, devono mangiare regolarmente e vanno vaccinati e sterilizzati. Sono molto belli e simpatici. Possono essere di diversi colori: bianchi, grigi, marroncino e altri. Hanno un pelo soffice, alcuni hanno il pelo d'angora.

Sonia D.R.





CAB di BREGANZE

Parole in versi di Massimo

Pagina tre

PRIMO APPUNTAMENTO

Amore mio, sento la tua mancanza
E ti sto aspettando in questo momento
In pizzeria. E non arrivi.
Intanto mi bevo un litro e mezzo di birra.
Ho il telefono acceso: provo a chiamarti.
Nessun segnale. Ma all'improvviso
Ti vedo coi tuoi capelli sciolti.
Ti avvicini. Ti lascio il posto e mi siedo di fronte.
Ti ho ordinato il tuo piatto preferito
Il tuo sguardo e i tuoi occhi brillano
Sei felice non mi parli e hai anche
Il tuo cane pastore tedesco accanto a te.
E tu mi parli e arriva il piatto
Cominciamo a mangiare e arriva
Il tuo bicchiere di spuma
la tua bevanda preferita.
Ed io ti dico: pago io! Ma tu ti alzi di scatto
E mi lasci col cane e te ne vai.
Da quel giorno non ti vedo più.
Dopo un anno e mezzo ritorni
E suoni la fisarmonica a bocca
Per dirmi scusa del tuo comportamento.
E hai portato anche dei fiori Nontiscordardime.
E ti ascolto dal balcone E corro giù dalle scale
E vedo il cane che scodinzola
Ti fa festa E io ti perdono.

Massimo Conzato