

LOTTAVA ONDA

Ottava sezione – NCP Sollicciano Firenze

NUMERO 14 (novembre – dicembre 2015)



Redazione

Batman

Ben Amor Haitem

Filippo Capucci

Flavio Scognamiglio

Ghemon

Bougrine Arbi Ben Ameer

Mohamed Khaouf Allah

Mattia Verani

Walid Labidi

Yerady Coulibaly

Tania Citerni A.S. - Alessandra Riva Ed.



EDITORIALE

DELL'OTTAVA ONDA

Questo giornalino è nato nella 8° sezione insieme al gruppo del ser.t.

Ci sono argomenti riguardanti la vita in carcere, la tossicodipendenza, delle poesie e argomenti scritti anche da altri detenuti del reparto penale o del femminile riguardanti ciò che sentono nel tempo trascorso qui a Sollicciano .

Quindi tutti i detenuti sono invitati a partecipare e a scrivere su questo giornalino che viene letto anche da persone all'esterno, così possiamo dare voce anche fuori.

Tutti noi, detenuti di Sollicciano, auguriamo buone feste sia a chi rimane qui sia a tutti quelli che sono usciti da questo mondo.

Flavio Scognamiglio



VITTO e MANGIATO

Come si fa una buona pizza in carcere di Bougrine Arbi Ben Ameer

Prima di tutto, serve mangiare almeno una pizza alla settimana, tipo la domenica, perché da una parte sappiamo che é un giorno un po' pesante, da un'altra parte sappiamo che noi carcerati abbiamo sempre il pane duro la domenica, visto che passa fresco- diciamo e ringraziamo- da lunedì fino a sabato.

Allora ragazzi, siamo pronti per preparare le pizze e passare la domenica in compagnia con gli amici e compagni di cella ecc...

Di solito, preparo l'impasto il sabato notte, così l'indomani viene più lievitato e non fa male dopo allo stomaco.

Per 1kg di farina si usa 1 lievito per pizza, sale, 1 bicchiere di olio di soia, mezzo litro di acqua tiepida mischiata con olio e sale.

E via, comincio ad impastare piano piano fino a che l'impasto diventa unito e morbido, e viene fatto come palline; lo copro bene al calduccio fino al giorno dopo .

Prendo un contenitore, metto un Pomò, un bicchiere d'olio, sale, peperoncino, pepe, origano e se ci sono olive nere o verdi; aggiungere tutto crudo, e lasciar riposare nel contenitore ben coperto.

Ci vogliono almeno due ore prima di iniziare a cucinare le pizze.

Nel frattempo prepariamo a pezzi la mozzarella, formaggio, tonno, fettine ecc... puoi mettere quello che ti piace. Il pomeriggio si comincia a cucinare, accendiamo i forellini, mettiamo sopra un piatto di carta stagnola bucata in mezzo e intorno con piccoli buchi che vengono fatti anche con gli stuzzicadenti...

E via una pulitina alla padella con l'olio, apriamo ogni pallina in forma rotonda e cominciamo a mettere il sugo sopra ogni pizza e aggiungiamo i pezzettini di mozzarella o formaggio; puoi fare anche metà con il tonno e metà con la mozzarella. Ogni volta aumenta la tua fantasia...nello stesso tempo a me piace ascoltare e vedere le partite...e sempre, forza juventus... così il

pomeriggio di domenica possiamo mangiare una bella pizza in compagnia con gli amici e compagni di cella.

Come si fa un piatto di cous-cous di Bougrine Arbi Ben Ameur

Il cous-cous è un piatto tipico che appartiene all'abitante del nord Africa. Viene preparato con tante verdure, legumi, cipolle, aglio, carote, zucche, patate, ceci secchi...

Viene messo nell'acqua un giorno prima, o più; è ottimo e buono con la carne d'agnello ecc...spesso lo facciamo nelle nostre feste di matrimoni e durante le occasioni...

Prepariamo il sugo rosso con olio, cipolle, aglio, pepe, peperoncino e i ceci ... una volta fregiati aggiungo il Pomì, le verdure e la carne. Dopo sopra il sugo mettiamo lo scolapasta con il cous-cous, preparato prima con un po' d'acqua tiepida, sale e olio; viene aperto e accarezzato con le mani pulite. Mettiamo il cous-cous nello scolapasta posizionato sopra il sugo ben coperto, circa 30 minuti, con il vapore del sugo, viene quasi pronto, ma è meglio che lo facciamo riposare di nuovo sul tavolo e lo rifacciamo di nuovo, dunque, viene accarezzato fino che non sentiamo tra le mani le palline e sempre con acqua tiepida, sale e olio di nuovo mettiamolo nella scolapasta.

Prima di posizionarlo, non dimentichiamo di guardare il sugo e girarlo per non farlo attaccare. Altri 20 minuti e sarà tutto pronto. Mettiamo solo sugo su il cous-cous e dopo circa 10 minuti mettiamo tutto il resto, verdure, legumi, carne e buon appetito a tutti belli e brutti.

Torta pan di spagna di Simone

Ingredienti

3 bicchieri di farina, 2 uova, 1 bicchiere di zucchero, 1 lievito per dolci, 1 scorza di limone grattugiata,
80 gr di burro, 1 e mezzo bicchiere di latte.

Preparazione

Dividere i bianchi d'uova dai rossi,

Montare a neve i bianchi fino ad ottenere una consistenza omogenea, mettere la farina in una casseruola, mettere lo zucchero, i rossi d'uova e versare il latte ...via via poi aggiungere il burro il lievito ed i bianchi dell'uovo fino ad ottenere un impasto omogeneo.

Prendere una padella e ungerla con il burro poi mettere un po' di farina e versare l'impasto...

Coprire il tutto e mentre a cuocere lasciala circa 35\40 minuti.

Nell'occasione porgo distinti saluti a tutti

Buon natale e felice anno nuovo a tutti...



L'angolo della Poesia...

Signorina

Mi hai portato il tuo amore nelle città triste
Verso il tuo viso sulle strade
E sui tergicristalli delle macchine.

Strano il tuo amore
Strana te amore mio!
Come faccio per
Uscire della tua zona!!!
Almeno, ferma per poco su terra ferma!?

Merito una risposta,
perché me fai impazzire!?
Mi fai morire!

Dimmi che zingara sei?!
Ti piace farmi soffrire!!
Dopo che sei diventata un pezzo di me!

Non so quando ti trovo!
Voglio abbracciarti forte
E dirti, quanto mi hai fatto
Soffrire amore...

Una volta, di te
Ero innamorato..

Ma non più,
perché ho paura
che mi trascini giù...

Bougrine Arbi Ben Ameur

Mio fratello
Immagini di te
Marchiate a fuoco
Sembra tutto un gioco
Un brutto gioco
Del quale
Ahimè
L'anima ti giochi
L'onestà stessa ti giochi

Sono caduta ,
ma per te, ricreduta
cerco di rialzarmi

per tornar davanti
a quella casa colta
dove una volta
ti diedi abbandono
per chiederti perdono

per togliere questa spina
dal cuore
che amara mi duole
come il giorno che
andai via da te.

Sei te mio fratello
Il regalo più bello.

Vorrei prenderti per mano
E portarti lontano
Raccontarti una storia
Come quelle di allora
Vederti sorridere
E il dolore reprimere.

Fratello mio
Flagello mio
Ridammi ancora
Anche solo una volta
Quel tuo sorriso
E tornerò
In paradiso.

Attrice e spettatore
Del mio stesso dolore.

Ridammi una possibilità
E ne farò una priorità

Florenzia Coraggio

Pace amore pace
E mille pace.....
Scusa.....
Ti hanno accompagnata
Nella tomba
Senza di me..

Come sarà di me!
Senza di te?!.
Giuro,che verrò
A trovarti!

Sai, amore che...
E' difficile vivere...
Senza di te.

Oddio, il perché?
Della mio solitudine...
Ti odio perché,

mi hai lasciato solo!
Cosa sarà di me,
maledetto giro?!

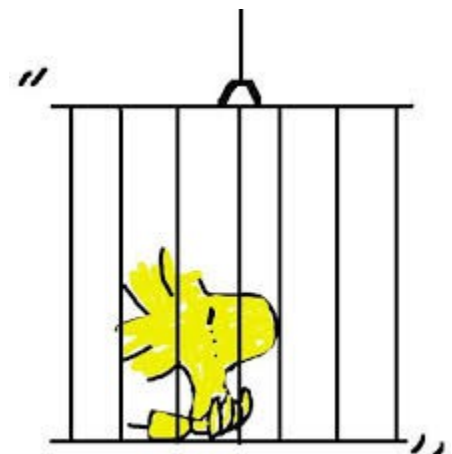
Maledetto,tunnell!
Perdonami si ti dico
Tutto quello.....

Ora esco,ma, non
Ti dimenticherò...
Ora,fiore,dormi in pace!

Che il tuo nome titolato nel cuore.
Fiore,dorme in pace!
Non esistono i lupi mannari fuori.

Tutto,questo giro inutile...
E mi ricordo bene!
Che presto verrò da te!!..

Bougrine Arbi Ben Ameur



PARLIAMO DI CARCERE

Esperienza carceraria

Essere in carcere è un altro mondo, perché sei chiuso, lontano dai tuoi amici, dai tuoi familiari, dalle tue abitudini, specialmente dalle persone che ami.

Trovarti tra quattro mura è un'altra realtà, con delle persone che sono più meno nella stessa situazione, con reati simili e diversi ecc...con mentalità, religioni, comportamento e modo di vivere diversi...dobbiamo adattarci e convivere in pace.

Per essere in carcere abbiamo fatto delle scelte di vita, che noi in prima persona dobbiamo riconoscere, ed accettare le nostre condanne, anche se non sono giuste...

Il carcere, penso che debba essere un luogo di riabilitazione, per essere inserito a una vita nuova fuori da queste quattro mura, ma purtroppo non è così... vero che alcuni hanno la possibilità di trovare una misura alternativa al carcere, ma quelli che ci rimangono che cosa fanno???!...

Per essere inseriti per bene in futuro, niente... passano il tempo ad ascoltare la musica, guardare la Tv e dormire!!! Quando il nostro tempo potrebbe essere utilizzato per fare delle cose utili...per imparare un mestiere,per non farci tornare nella nostra vecchia strada appena usciamo di qua.

Questo è quello che succede per la maggior parte di noi e mi piace tanto la giustizia vera.

nell'occasione saluto tutti i detenuti...
e buon natale e felice anno nuovo.

Yerady Coulibaly

Il carcere...

Secondo me, è il posto peggiore, anzi, meglio dire che è il cimitero in vita...che deve pensarlo qualsiasi persona al mondo. Perché fatto per punire i nostri errori che facciamo nella vita...dopo, riflettiamo su tutto...quello che abbiamo sbagliato in passato, con tanta fatica, e con l'aiuto dell'operatore, o psicologi, educatori, assistenti sociali, volontari, dottori e infermieri ...c'è qualcuno di noi che ce la fa a fare un recupero psicologico, fisico ecc...e poi a lottare per riprendere la sua vita di nuovo.

Una volta che sarà fuori del carcere!.

Ce sono tanti di noi che entrano per reati minori...quando escono cominciano a delinquere di più...fino a che diventano delinquenti abituati e pericolosi nella società...il loro recupero sarà più

difficile ...e chi di noi è un po' debole e non trova la forza per affrontare il carcere...e risolvere i suoi problemi...poi può finire nella lista della morte...e mi dispiace tanto per questi compagni.

Forza,viene quel momento che non vedi nessuna possibilità per il futuro...e per un momento di tanta maledetta debolezza, forza, comincia a vedere..solo buio...e si trova obbligato a morire...e peccato...e peccato...e mi dispiace tantissimo dal profondo del mio cuore...mi dispiace!!!...

Il carcere e' una scuola, dove possiamo imparare tutto da tutti.. dove possiamo essere più forti!!!..

Fiduciosi di noi stessi, così una volta che usciamo liberi,

già, siamo ricchi di tanta esperienza...

Anzi, può essere un'esperienza mondiale, perché con la convivenza forzata, conosciamo noi stessi...

Che siamo di razza ,religione, continenti, colori e lingue diverse...più o meno prendiamo tante belle cose, che servono in futuro...aiutare noi stessi con lo sport, frequentare la scuola che aiuta molto...e magari ci fanno imparare qualsiasi mestiere che sarà utile per ricominciare un futuro migliore!... cambiare dal male al bene...sarà il sogno più bello per ognuno di noi!

PRIMA O POI... TROVI LA STRADA GIUSTA. SAPPIAMO CHE LA GIUSTIZIA NON FUNZIONA BENE...ALLORA RAGAZZI CERCHIAMO DI EVITARE LA BRUTTA STRADA COSI' NON RIMANIAMO SCHIAVI DI QUESTA GIUSTIZIA MALATA.

NELL'OCCAZIONE AUGURO A TUTTI

BUON NATALE E FELICE ANNO NUOVO

DA TUTTA LA REDAZIONE DELL'OTTAVA ONDA.

CIAO A TUTTI,BELLI E BRUTTI.

Bougrine Arbi Ben Ameur

IL LAVORO A SOLICCIANO

Il lavoro a Sollicciano è un argomento di cui tutti purtroppo non sono contenti, ma nella vita non possiamo avere tutto e subito, anche qua vale questo detto: tutto a suo tempo.

Noi ringraziamo la direzione e l'area educativa che da un anno e mezzo sta funzionando bene anzi più che bene, almeno al penale il lavoro non manca ed i turni di lavoro hanno un periodo breve di attesa, quindi ogni due mesi circa lavorano tutti.

Ed ancora una volta ringraziamo la direzione e l'area educativa.

In verità esistono altri carceri in cui ci sono maggiori impieghi lavorativi ma come ne esistono altri, con rispetto parlando, peggiori di questo.

Quindi su tanti lati possiamo ritenerci fortunati, e ragion per cui non ci lamentiamo ma cerchiamo di migliorare tutto ciò insieme, visto e considerato che in un anno e mezzo sono cambiate tante cose in meglio e continuiamo ad essere fiduciosi.

Ringraziamo la direzione e l'area educativa.

Buon Natale e felice anno nuovo a voi ed alle vostre famiglie.

**FILIPPO CAPUCCI
MATTIA VERANI**

PRIVATI DELLE NOSTRE TRADIZIONI

Illustrissima Direttrice,

l'Italia è un paese bello che è avviato a socializzare e a convivere con persone di etnia, religione e usanze differenti dalle nostre, va bene tutto ciò ma quello che non capiamo noi detenuti italiani di Sollicciano è perché ci dobbiamo privare e rinunciare delle nostre tradizioni alimentari.

Perché nel carcere di Sollicciano ci dobbiamo privare dei piatti tipici Italiani a base di maiale? Rispettiamo che i Mussulmani non mangino maiale ma non accettiamo il fatto che dobbiamo privarci di tutto ciò.

La cosa dovrebbe essere alternata visto e considerato che il vitto è misero, ma almeno con qualche piatto tipico italiano composto da maiale sicuramente sarebbe più piacevole; si potrebbe garantire carne di pollo o tacchino in alternativa al maiale.

Le nostre tradizioni vanno rispettate e portate avanti visto e considerato che siamo in Italia ma soprattutto come fanno in altre carceri tipo: Poggio Reale, San Vittore, Bollate e Rebibbia ecc. Dottoressa vi chiediamo vivamente di variare il menù visto che noi ci siamo adattati sino ad ora. Noi non vogliamo privarci delle nostre tradizioni.

Distinti Saluti

Filippo Cappucci
Mattia Verani

LA BEFFA DELLA SPESA DI SOLLICCIANO

Ciao Compagni detenuti eccoci qua come sempre, per una nuova edizione del Giornalino LOTTAVA ONDA, pronti e carichi per affrontare nuove battaglie per le ormai pesanti ingiustizie irrisolte, ma noi non demordiamo: quando siamo fuori e violiamo la legge giustamente veniamo qua in carcere che oltre a farci scontare la condanna ci dovrebbe servire a un reinserimento nella società con dei sani principi e valori onesti, invece no! perché prendiamo l'argomento della spesa (sopravvitto) a noi indispensabile perché purtroppo se dovessimo mangiare con quello che passa il vitto moriremmo di fame, ed ecco qua la beffa: l'impresa del sopravvitto di Sollicciano, che specula con i prezzi ma soprattutto mangia con i soldi che con tanti sacrifici ci lasciano i nostri familiari o con i soldi che i detenuti lavorando guadagnano, con buste paghe e stipendi sottopagati allora iniziamo questa battaglia senza tregua, per far luce sulle stranezze sui prezzi che su alcuni prodotti sono triplicati, perché tutto ciò? visto che l'ordinamento penitenziario prevede che i prezzi dell'impresa che delibera sul listino dovrebbero essere pari e confrontati con i prezzi più bassi dei supermercati più vicino all'istituto, qualcuno ci deve dare spiegazioni ma soprattutto modificare ed adeguarsi all'ordinamento penitenziario, rilasciato con circolari emesse dal ministero di grazia e giustizia. Adesso esponiamo alcuni prezzi del listino: caffè Lavazza 3.27e contro i 2.80 della coop per non dire che a Solliccianino 3.10 euro; wurstel 0.53c che addirittura sono quelli che ci passano al vitto, petto di pollo 13.48euro al kg contro i 9.80 delle macellerie, aglio 6.00euro al kg contro i 3.00 del fruttarolo ecc.

Questi sono una piccola parte dei prezzi Truffa che subiamo ma che ogni edizione del giornalino pubblichiamo sino a quando non sarà fatta chiarezza e modificato con l'adeguamento all'ordinamento penitenziario.

Con questo vi salutiamo e vi chiediamo unione sull'argomento e far presente tutte le anomalie del fatto, per cambiare questa ingiustizia noi tutti insieme possiamo riuscirci.

Vi salutiamo e vi facciamo i nostri più cordiali auguri di Buon Natale e felice Anno Nuovo a voi e alle vostre famiglie.

Filippo Cappucci

Mattia Verani

SALUTE IN CARCERE

Il dentista

Io avevo una problema con il dente, e sono andato da un dentista fuori di qui per curarmi, ma sono stato truffato .

Dunque, quando sono entrato qui ho cominciato a cercare di curarli di nuovo, ma qui non è come fuori, cioè è tutto diverso e complicato .

La prima volta sono stato visitato da un dottore che mi ha segnato una visita con il dentista.

Ho dovuto aspettare quattro mesi durante i quali ho sofferto forte dolore di testa e sono quasi impazzito dal nervoso .

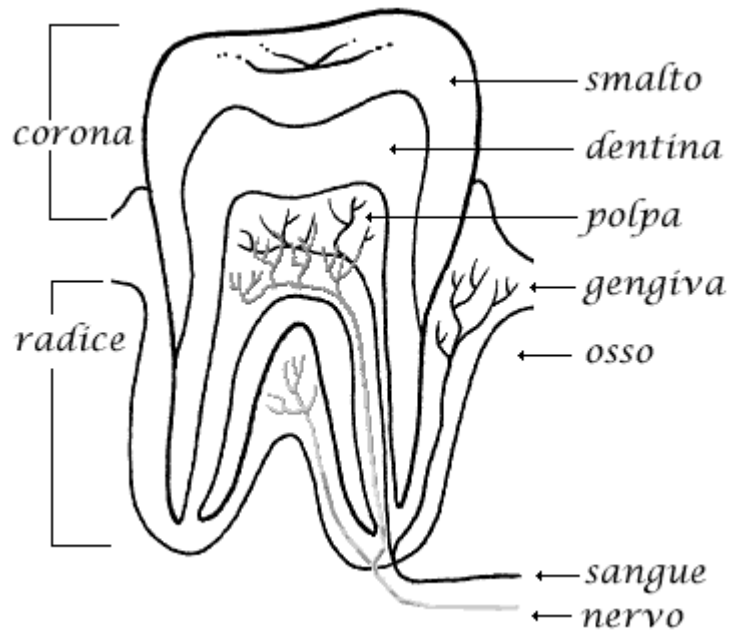
Ma il dentista ha detto di fare una panoramica dei denti.

Dalla panoramica è venuta fuori una cistina alla mia gengiva destra, dopo un po' di tempo sono stato portato all'ospedale dove mi hanno fissato un appuntamento entro qualche mese, ma non lo so quando .

Ma nella attesa di questo appuntamento, ho dovuto prendere tanti antidolorifici per sopportare il dolore.

Il dentista mi ha detto che fino all' operazione non posso fare niente; ora è tanto che aspetto e non ce la faccio più, perchè ho sempre tanto dolore e avrei tanta voglia di non operarmi più, perchè sono innervosito e mi passata la voglia anche di curarmi a Sollicciano.

E facciamo una bella domanda, con la speranza di rispondere a tutti noi carcerati di Sollicciano: perchè siamo ancora senza macchinetta per la pulizia dei denti? manca da un anno...



Mohamed Khaouf Allah

DIPENDENZA

Come ben sapete nessuno nasce con una dipendenza, ma ci sono tante dipendenze: da cibo, da alcool , da droga, dalle donne, dai giochi...ecc, ciascuno di noi dipende da qualche cosa. Le cause della dipendenza sono diverse da persona a persona: per amore, per problemi familiari, per amicizie sbagliate ,per stile di vita, per piacere, per dimenticareecc .In generale la fragilità interna di una persona e quella che porta a cascare dentro questa spirale da cui puoi uscire diventa molto difficile ma non impossibile; ognuno ha il suo modo di scappare dalle sue proprie responsabilità e di trovare, anzi cercare ogni cosa -anche impossibile- per giustificare le sue azioni e di conseguenza i suoi sbagli.

Mohamed Kahouf Allah
Yerady Coulibaly

Happy
Birthday

BUON COMPLEANNO FRATELLONE

Il 21 dicembre per tanti è un giorno qualsiasi, per me no!!
E' il compleanno di una persona speciale è molto più di un fratello, quindi colgo l'occasione di fargli gli auguri.

BUON COMPLEANNO ROCCHINO
SI A' VITA MIA

FILIPPO CAPUCCI

Buon compleanno, cara Florencia

Ti auguro la libertà presto, come auguro a tutti noi.

Ti auguro ogni bene!! e ti auguro di tornare a casa tua per

Abbracciare i tuoi cari e il tuo caro fratello che è il regalo più bello...

Spero che sia felice, una volta che finisce il tuo debito con la giustizia

Ricordati che chi pensa il bene, troverà il bene..

Carissima, di nuovo, coraggio, auguri e buon compleanno. Oggi, 07.12.2015.

Nell'occasione, buon natale e felice anno nuovo a te, la tua famiglia e a tutti...

Un forte abbraccio e un bacio...

Dal tuo caro amico.....

VUOI PARTECIPARE ANCHE TU?

SE VUOI ESSERE PROTAGONISTA E PUBBLICARE UN TUO
SCRITTO MANDACELO: LA REDAZIONE LO VALUTERA' PER
IL PROSSIMO NUMERO

SCRIVI A: "REDAZIONE LOTTAVA ONDA"
C/O SER.T INTERNO

Per contatti dall'esterno: REDAZIONE LOTTAVA ONDA
C/O SER.T INTERNO
Via Minervini 2 r
50142 FI