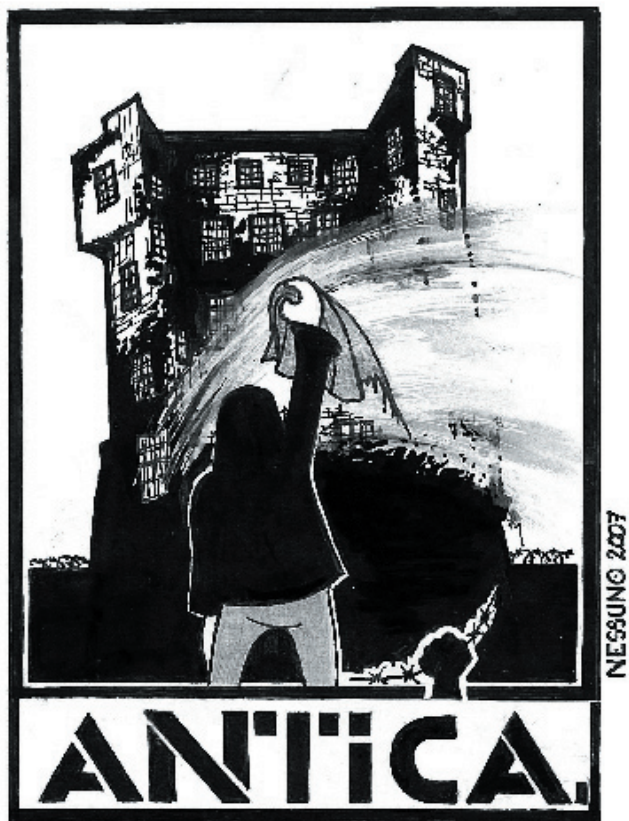




2019

**CONTRO OGNI CARCERE
GIORNO DOPO GIORNO**



Scarceranda è un progetto che Radio Onda Rossa porta avanti fin dal 1999.

Un'agenda contro il carcere perché pensiamo che sia un'istituzione superabile, inutile come tutte le istituzioni totali.

Un'agenda per chi usa le agende ma anche per chi non la usa, per chi ha bisogno di spazio per scrivere o per pensare.

Un'agenda da regalarsi e da regalare a chi è detenuto, per ogni agenda acquistata una andrà gratuitamente in carcere ai detenut* che ne fanno richiesta.



2019

gennaio

l	m	m	g	v	s	d
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

febbraio

l	m	m	g	v	s	d
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

marzo

l	m	m	g	v	s	d
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

aprile

l	m	m	g	v	s	d
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

maggio

l	m	m	g	v	s	d
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

giugno

l	m	m	g	v	s	d
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

luglio

l	m	m	g	v	s	d
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

agosto

l	m	m	g	v	s	d
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

settembre

l	m	m	g	v	s	d
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

ottobre

l	m	m	g	v	s	d
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

novembre

l	m	m	g	v	s	d
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

dicembre

l	m	m	g	v	s	d
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

2020

gennaio

l	m	m	g	v	s	d
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

febbraio

l	m	m	g	v	s	d
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	

marzo

l	m	m	g	v	s	d
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

aprile

l	m	m	g	v	s	d
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

maggio

l	m	m	g	v	s	d
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

giugno

l	m	m	g	v	s	d
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

luglio

l	m	m	g	v	s	d
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

agosto

l	m	m	g	v	s	d
				1	2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

settembre

l	m	m	g	v	s	d
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

ottobre

l	m	m	g	v	s	d
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

novembre

l	m	m	g	v	s	d
					1	
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

maggio

l	m	m	g	v	s	d
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

LUNEDI 31

GENNAIO

MARTEDI 1

2 MERCOLEDI

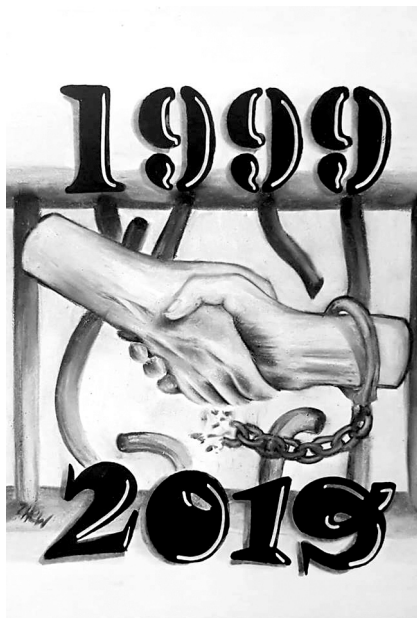
3 GIOVEDI

VENERDI 4

GENNAIO

SABATO 5

6. DOMENICA



LUNEDI 7

GENNAIO

MARTEDI 8

9 MERCOLEDÌ

10 GIOVEDÌ

VENERDI 11

GENNAIO

SABATO 12

13 DOMENICA

14 gennaio 1972 al carcere di S.Vittore a Milano i detenuti del secondo raggio rifiutano i colloqui con la commissione di psichiatri e

psicologi organizzati dalla direzione e chiedono che siano ammessi ad assistere alcuni compagni esterni scelti da loro.



15 gennaio 1987, sciopero della fame dei prigionieri baschi nelle carceri di Ocaña, Daroca, Huesca

e Almeria, per protestare contro i continui trasferimenti.

LUNEDI 14



GENNAIO

MARTEDI 15

16 MERCOLEDÌ

17 GIOVEDÌ

VENERDI 18

GENNAIO

SABATO 19

20 DOMENICA

Sformato di patate sfonda tutte le grate

Ingredienti:

Patate

Mozzarelle (della casanza)

Fette biscottate (della casanza)

Fette spesse di salame o di prosciutto (della casanza)

Lessa le patate con tutta la buccia, nel frattempo schiaccia e polverizza le fette biscottate in un piatto e taglia a cubetti il salame e la mozzarella e tieni da parte.

Sbuccia le patate lessate, schiaccia ben bene in un contenitore o in un piatto e aggiungi i cubetti di mozzarella, il salame e una parte delle fette biscottate sbriciolate.

Olia la padella e cospargi uno strato di fette biscottate sbriciolate

sopra la padella unta in modo da ricoprire la superficie, dopodichè adagia il composto di patate e gli altri ingredienti nella padella e ricospargi la superficie con fette biscottate sbriciolate.

Cuoci a fuoco medio con il coperchio fino a che la mozzarella è squagliata e la base dello sformato è un po' croccante.



LUNEDI 21



GENNAIO

MARTEDI 22

23 MERCOLEDÌ

24 GIOVEDÌ

VENERDI 25

GENNAIO

SABATO 26

27 DOMENICA



Nord Irlanda, il 30 gennaio 1972 viene ricordato con Bloody Sunday, Domenica di sangue, nella città di Derry, il 1° battaglione pa-

racadutisti dell'esercito inglese aprì il fuoco contro una manifestazione pacifica per i diritti civili, colpendo 26 persone di cui 14 uccise

LUNEDI 28

GENNAIO

MARTEDI 29

30 MERCOLEDÌ

31 GIOVEDÌ

VENERDI 1

FEBBRAIO

SABATO 2

3. DOMENICA



LUNEDI 4



FEBBRAIO

MARTEDI 5

6 MERCOLEDÌ

7 GIOVEDÌ

VENERDI 8

FEBBRAIO

SABATO 9

10 DOMENICA

Eccomi qui, di sabato sera, a scrivere racconti al calar del sole, sole che sbatte sulle sbarre della mia finestra della cella che mi ha assegnato lo Stato.

Non voglio pensare alla mia innocenza, non voglio pensare alla mia ingiusta condanna. Non voglio pensare e basta. E allora scrivo, magari me passa!

Solo che il pensiero vada dove vuole e il più delle volte sbatte anche lui su quelle maledette sbarre.

Un'assenza di futuro irrita il mio umore volubile. Rido, scherzo, cucino, studio, mi alleno ma non erano questi i miei progetti. Ne avevo parecchi e tutti legali.

Mi sento impotente di fronte a questo Stato che mi vuole detenuto da innocente.

La cosa che non accetto è che incomincio ad odiare ciò che amavo: il tramonto inizia a darmi fastidio,

l'estate non la sopporto quasi più e la primavera mi rende triste. Le guardie non me le sono mai inculate, a ognuno il proprio lavoro. Ma qua fanno pena: burattini con le chiavi in mano.

Mentre al penale di Bartolo Longo la super batteria di guardie penitenziarie, detta "i napoletani", loro sì che hanno il mio odio più profondo: persone che vanno ben oltre il loro lavoro.

Se poi ci penso non ho un ergastolo. Certo, sette anni e mezzo residui non sono pochi ma nemmeno troppi.

Quindi tornerò.

Ho solo paura di come sarò quando tornerò.

Spero che la penna mi aiuti a mettere da parte l'odio che incomincia a insediarsi nella mia anima.

R.F.

LUNEDI 11

FEBBRAIO

MARTEDI 12

13 MERCOLEDÌ

14 GIOVEDÌ

VENERDI 15

FEBBRAIO

SABATO 16

17 DOMENICA

Due mondi

Due mondi in stasi si ridestano.

Uno diffonde aroma di caffè,
l'altro, profumo di piatti di casa,
abiti puliti e lenzuola fresche.

Ogni volta sembra una partenza,
tutto lo ricorda costantemente:
il pacco, l'attesa, i documenti,
la fila, le divise, l'idea fissa
di aver scordato qualcosa.

L'attesa è fatta di pensieri su
ciò che si dirà e verrà detto
quando i due mondi s'incontreranno
per una sola ora.

L'affollamento, le perquisizioni,

il chiasso, le crepe sulle pareti,
tutto in quel luogo cadente cerca
di cancellare cure e profumi.

Quel luogo, quel confine
non lascia intatto nessuno.

Non c'è reinserimento, non c'è
cura,

al loro posto solo abbandonano.
Ma settimana dopo settimana
si torna ugualmente a lottare
per abbattere quell'odioso confine
e perché quell'ora si trasformi
di nuovo in giorni, mesi, vita.

Ginzburg

LUNEDI 18

FEBBRAIO

●
MARTEDI 19

20 MERCOLEDÌ

21 GIOVEDÌ

VENERDI 22

FEBBRAIO

SABATO 23

24 DOMENICA



Nel carcere Le Murate di Firenze, il 24 febbraio 1974 i detenuti organizzano una protesta, non è la prima volta, si battono da anni insieme a tutta la popolazione prigioniera per l'attuazione della riforma

carceraria. Il detenuto Giancarlo Del Padrone, nemmeno 20 anni, in carcere per un tentato furto, viene ucciso falciato da una raffica di mitra di un agente di custodia.

LUNEDI 25

FEBBRAIO

MARTEDI 26

27 MERCOLEDI

GIOVEDI GRASSO

28 GIOVEDI

VENERDI 1

MARZO

SABATO 2

3. DOMENICA



LUNEDI 4

MARZO

MARTEDI 5

MARTEDI GRASSO

6 MERCOLEDÌ



7 GIOVEDÌ

VENERDI 8

MARZO

SABATO 9

10 DOMENICA

Questo no

Un carcerato pieno di sofferenza, pieno di dignità e sentimenti ringraziando il signore ha quasi superato un altro anno d'inferno, siamo quasi nel 2018, speriamo per tutto il mondo le cose vadano bene, almeno anch'io, che sono carcerato, mi sentirò meglio.

Purtroppo la vita è dura ma tutti noi dobbiamo essere pronti ad affrontarla, non bisogna mai abbassare la guardia altrimenti noi stessi ci troviamo fregati, la vita va combattuta con o senza soldi, la vita va apprezzata, ogni giorno che ti svegli è sempre un giorno nuovo, e non possiamo mai sapere in un giorno nuovo cosa potrà accadere. Ecco perchè ogni giorno che passa, tutti noi, dentro e fuori dal carcere, dobbiamo essere tutti felici, perchè la vita è una, e tutti lì un giorno ci dobbiamo incontrare!

La vita è bella e va curata. Finchè c'è vita c'è speranza, perciò amici di tutto il mondo, ora la vita è ancora con noi e speriamo al nostro Dio che ci porterà anche nel 2018.

LUNEDI 11

MARZO

MARTEDI 12

13 MERCOLEDÌ

14 GIOVEDÌ

VENERDI 15

MARZO

SABATO 16

17 DOMENICA

L'insalata estiva che le porte apriva

Ingredienti (della casanza)

Uova sode

Pomodoro

Mozzarella

Taglia a cubetti piccoli le uova il pomodoro e la mozzarella, condisci con olio d'oliva e sale, tieni il pane da parte perchè si forma una zuppetta da paura



LUNEDI 18

MARZO

MARTEDI 19

20 MERCOLEDÌ

●
21 GIOVEDÌ

VENERDI 22

MARZO

SABATO 23

24 DOMENICA

Cara Compagna Ondarossa 77,

sono uscito dalla REMS (Residenze per l'Esecuzione delle Misure di Sicurezza, Ndr) 10 mesi fa. Ora sono in libertà vigilata presso una SRTR (Strutture Residenziali Terapeutico Riabilitative Ndr).

La morsa della psichiatria non molla ancora e sconto attualmente un anno oltre quello stabilito dal giudice in via definitiva, che mi richiamano a cure obbligatorie per anni tre, insomma sono quasi quarto; il reato per il quale fui arrestato...vabbè piango e rido all'unisono. Verrò presto a raccontarvi presso la vostra sede.

Mi piacerebbe ricevere la “Scarceranda” anche quest’anno ma facciamo che verrò a prendermela con le mie gambe. Il 15 gennaio sarò sottoposto all’ennesimo riesame della pericolosità sociale perchè diventi nuovamente cittadino libero. Con la Cassazione ultima ci sarà la revoca della misura in atto, incrocerò gli intestini!

Potete inviarla invece ad un mio amico che risiede ancora al REMS

Sarà felice di riceverla

Auguro a voi che continuate a farmi compagnia ora tramite streaming

Prosperità e abbondanza e Daje Forte!

LUNEDI 25

MARZO

MARTEDI 26

27 MERCOLEDÌ

28 GIOVEDÌ

VENERDI 29

MARZO

SABATO 30

ORA LEGALE

31 DOMENICA

Presentazione del Progetto Matricola 1312

Matricola è un progetto nato per tirare fuori le voci dalle carceri, per restituire una voce a chi voce non ha. Con voi detenuti, detenute e familiari abbiamo deciso di raccontare il cemento e il dolore. Sul nostro blog ci sono racconti, poesie, storie vere o di fantasia, se vuoi raccontarci la tua storia scrivi a matricola01030102@gmail.com

Noi abbiamo raccolto una penna gettata da una grata, l'abbiamo stampata. Perché con voi questa grata la vogliamo ribaltare in arte.

Perché di carcere non vogliamo più né vivere, né morire.



MATRICOLA 1312

“Io sono una voce in una cella, io sono in ogni volto di chi subisce ma non resta a guardare, io sono il nome in bocca ai servi che mi ingabbiano. Chi io sia realmente non importa e tanto meno la forma del mio viso, ma i miei occhi li potete vedere, li avete già visti. I miei occhi sono quelli di tutti i ragazzi che vivono ai margini, i miei occhi sono quelli di un randagio. Occhi pieni di solitudine perché a quella ci hanno costretto, i miei occhi sono in tutti quelli che l'unica giustizia che conoscono è quella inflitta dai carnefici, i miei occhi sono gli occhi di chi si rivolta all'ingiustizia e la sua fame la trasforma in rabbia, il mio volto è il disagio, la mia voce è il dolore.

I miei occhi li conoscete, questo è il mio volto. Se dovrete vederlo in una qualsiasi persona sorridete, quelli che digrignano i denti sono già troppi.”

Edmond



Il muro è dentro te

A volte ripenso a quando tutto è cominciato, ripenso a quel giorno, il primo in cui entrai in carcere, fu breve, brevissimo, nemmeno il tempo di contare gli scarafaggi che ero già fuori. Alla matricola uno stronzo mi disse “ma che esci a fare, tanto qui ritorni”, e sono tornato, sono sette anni che non faccio altro che tornare, sette anni, sette, fottutissimi, anni. Ho dato la colpa al mondo prima di darla a me stesso, oggi che sono un uomo e non più un ragazzino torno a redistribuire le colpe. Perché la società e il suo egoismo c’entrano, perché tutto ciò che scegliamo non è poi una scelta così libera, anche se avessi voluto un’altra vita chi me l’avrebbe data? Dove l’avrei presa? Non credete che sia ipocrita parlare dall’alto di mille chance a chi non ne ha avuta nemmeno una?

No, non pensate, se dovete pensare solo stronzate è meglio che non lo facciate affatto, non mi sto piangendo addosso, perché io non sono come voi, non sono quel tipo d’uomo per cui le sue lacrime pesano il doppio di ogni altra lacrima umana. No, io piango anche per gli altri, no, io grido anche all’ingiustizia morale che inconsapevolmente colpisce la mia gente, io non sono come il mostro che mi imprigiona che si fa forza sulle debolezze che creano il disagio. Io non do un prezzo a tutto anche se c’è chi muore di fame, trovami sbagliato, io continuerò a ritenere sbagliata la loro morale. Se fossi un’egoista ora vi direi quanto è triste la mia prigionia e di come si vive sul chi va là ogni fottuto giorno, o di quanto sia difficile amare un fiore in un campo di delusioni annaffiato dall’odio. Ma non sono un egoista, quindi, voglio dirti che tra il prigioniero ed un finto libero sono più le volte che piango per te, piango e mi arrabbio per tutti quei fottuti veli che porti sugli occhi, piango perché tu che porti le mie stesse catene mi odi, piango perché tu soffri senza mai accettarlo, piango perché se tu non accetti il nostro dolore non potrà mai unirci.

*C’è un muro di fronte a me che ci imprigiona entrambi
Non nasconde solo chi odi, nasconde anche la realtà,
mi guardi, mi studi, mi infanghi,
hai comprato tesi atroci per nascondere la verità.
Se alla fine io e te fossimo più simili dei modelli a cui ti ispiri
Come la prenderesti?
Se hai accettato sabbia da chi possiede il mare
Ti ribelleresti?
C’è un muro dentro di noi da fare a pezzi
Dietro c’è un cuore non più egoista
Ho smesso d’ascoltare i mille spettri
Che dicono che la lotta è un sogno masochista.*

Edmond

LUNEDI 1

APRILE

MARTEDI 2

3 MERCOLEDÌ

4 GIOVEDÌ

VENERDI 5



APRILE

SABATO 6

7 DOMENICA



LUNEDI 8

APRILE

MARTEDI 9

10 MERCOLEDÌ

11 GIOVEDÌ

VENERDI 12



APRILE

SABATO 13

14 DOMENICA

A Tarzan e Mira

Violenta l'ira
è esplosa
dentro la tua testa
sconquassando
ogni tuo pensiero.
Solo l'eco sordida
del colpo rimane
e il corpo
di un ragazzino
zingaro
ammazzato
all'ombra di una cella.
Un omicidio: di stato.
Un altro.
Da occultare in fretta.
S'appronta la versione ufficiale:
di stato.
Zingari,
solo zingari,
bugiardi, ladri,
furbi, cenciosi,

diversi.
Reiterato razzismo:
di stato,
che impavido colpisce
e poi, impudico
s'assolve.
Ma non tace
la voce
di chi
con occhi atterriti
ha fissato
l'ultimo sguardo
incredulo
della morte.
Oltre le sbarre
della prigione
Mira racconta:
la Verità
è di zingara.

Annarita Gentile

LUNEDI 15

APRILE

MARTEDI 16

17 MERCOLEDÌ

18 GIOVEDÌ

VENERDI 19



APRILE

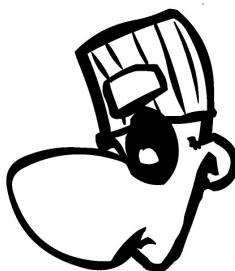
SABATO 20

PASQUA

21 DOMENICA

1971, ventisei anni sono passati dalla liberazione dal regime fascista, ma nelle carceri italiane vigono ancora i regolamenti e le norme del regime fasciste. Non c'è più tempo per aspettare e si susseguono rivolte nella maggior parte delle carceri, al grido "ci siamo presi la libertà di lottare". Iniziano a Gennaio le Nuove di Torino, Monza e Treviso, S.Vittore di Milano, Marassi di Genova. Continuano per tutto l'anno in corso e quello seguente: Napoli Poggioreale, La Spezia, Roma Regina Coeli, Novara, Brescia, Forlì, Udine, Catania e il Centro di Osservazione di Rebibbia a Roma, appena aperto con questa iniziale

struttura definita come un modello dell'osservazione scientifica del detenuto. Da nord a sud un grido scuote le carceri: ***"abrogazione dei codici fascisti! Nuovi codici!"***



LUNEDI 22

PASQUETTA

APRILE

MARTEDI 23

24 MERCOLEDÌ

FESTA DELLA LIBERAZIONE

25 GIOVEDÌ

VENERDI 26

APRILE

SABATO 27

28 DOMENICA

Carissimi amici e compagni di radio Ondarossa, mi chiamo X vi scrivo dal carcere di Cassino nella sezione protetta, vi scrivo per farvi sapere dei problemi che stiamo vivendo qui. La figura del prete non esiste da ormai sei mesi e a nessuno importa.

Abbiamo fatto delle varie domandine per poter parlare con chi di dovere e come al solito vengono ignorate: qui siamo obbligati a scendere all'aria due volte al giorno, in due vasche di cemento con muri alti 6 metri, qua non abbiamo un campo da calcio e neanche una palestra, nessun tipo di attività sportiva, la cosa più problematica è la doccia, perchè qui ci sono solo le docce in cella, ma l'acqua calda che mandano è sui 10 gradi e quindi è impossibile farla come per il caso nostro che sono in una cella da 3 e sono 5 mesi che hanno chiuso le docce e noi siamo costretti a prendere l'acqua con i secchi ad un'altra cella per lavarci.

Adesso stanno montando altre brande, calcola che al primo eravamo 41, adesso siamo arrivati a 51, non se ne può più.

Scusatemi se vi ho annoiato con il mio sfogo, un saluto a tutti voi, a tutti i compagni di detenzione, e un caloroso saluto a mia moglie e mia figlia.

LUNEDI 29

APR/MAGGIO

MARTEDI 30

1 MERCOLEDÌ

FESTA DEI LAVORATORI

2 GIOVEDÌ

VENERDI 3

MAGGIO

SABATO 4

5 DOMENICA



LUNEDI 6

MAGGIO

MARTEDI 7

8 MERCOLEDÌ

9 GIOVEDÌ

VENERDI 10

MAGGIO

SABATO 11

12 DOMENICA



Il 9 maggio 1974, nel carcere di Alessandria tre detenuti sequestrano un medico, un'assistente sociale, sei insegnanti e sei agenti. Polizia e carabinieri circondano l'edificio, i detenuti chiedono di poter lasciare il carcere in un furgone. In serata il governo consente una

soluzione di forza di polizia e carabinieri che porta alla morte di due ostaggi. Il giorno dopo vi è l'assalto con ampio spiegamento di forze con armi da fuoco che porta all'uccisione di due detenuti e tre ostaggi. Sette uccisioni da parte delle forze dell'ordine.

LUNEDI 13

MAGGIO

MARTEDI 14

15 MERCOLEDÌ

16 GIOVEDÌ

VENERDI 17

MAGGIO

●
SABATO 18

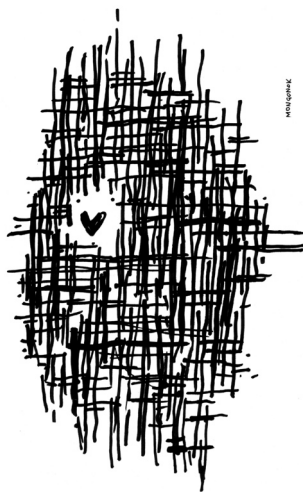
19 DOMENICA

02 agosto 2018 cella 13

Ciao amici di Scarceranda e Radiondarossa, sono di nuovo io, di nuovo dentro per furto di bici e un PC...

Sono le 5.30 del mattino, ho fatto un incubo, mi son svegliata piangendo, ho scritto ad un mio amico per calmarmi e poi ho scritto a voi, ho qui davanti a me il quadernino n. 11. L'ho conservato gelosamente dalle 4 carcerazioni.

Vi scrivo per chiedervi se mi mandate la Scarceranda 2019 quando la stamperete o magari nel frattempo quella del 2018, inizierò a rimandarvi i miei disegni contro sbirri e galera, le ricette che mi sono inventata, tipo le "palline dolci di cioccolato, presto sarai scarcerato!"



LUNEDI 20

MAGGIO

MARTEDI 21

22 MERCOLEDÌ

23 GIOVEDÌ

VENERDI 24

MAGGIO

SABATO 25

26 DOMENICA



Palline dolci di cioccolato, presto sarai scarcerato!

Ingredienti:

Burro quanto basta

1 goccio di latte

biscotti di qualsiasi genere (meglio frollini), circa 200 g

1 tavoletta di cioccolato al latte o fondente (dipende dai gusti)

1 pizzico di cannella (se vi piace)

8 cucchiaini di zucchero belli abbondanti

Metti i biscotti in una pentola vuota o una bacinella, con un bicchiere schiacciali fino a ridurli quasi in polvere, aggiungici gli 8 cucchiaini di zucchero e mescola.

Nel frattempo fai sciogliere il burro e il cioccolato in un tegamino, mescolando bene insieme.

Aggiungere il latte alla polvere di biscotti e zucchero, poi anche il cioccolato e burro fusi, impastare per bene ottenendo una palla compatta, iniziare a fare delle piccole palline del diametro di 2 o 2,5 cm, appoggiarle mano a mano in un piatto. Una volta finito, mettere il recipiente con le palline di cioccolato in frigo per 4/5 ore, in freezer per 2/3 ore.

Prima di servirli spolverare con un po' di cannella

E' una ricetta antidepressiva!
Buon appetito!

LUNEDI 27

MAGGIO

MARTEDI 28

29 MERCOLEDÌ

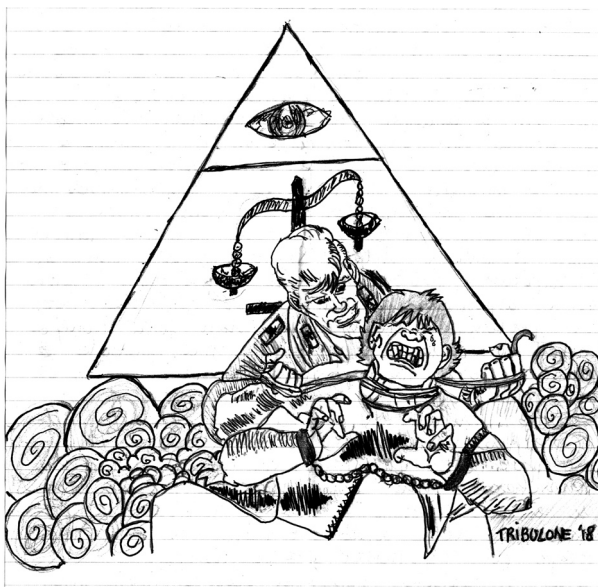
30 GIOVEDÌ

VENERDI 31

MAG/GIUGNO

SABATO 1

2 DOMENICA



LUNEDI 3



GIUGNO

MARTEDI 4

5 MERCOLEDÌ

6 GIOVEDÌ

VENERDI 7

GIUGNO

SABATO 8

9 DOMENICA

Ciao amici di Radio Onda Rossa! Come state?

Io di merda perché sto in galera per la quarta volta ma mo' per 4 mesi e 10 giorni, non è molto ma è una condanna strana. Ho il cod. 624-625, furto aggravato e ho preso 2 mesi, dopo 8-9 mesi nel 2007, ho ripreso 624-625 e mi hanno dato 2 mesi e 16 giorni. Per voi è possibile?

Calcolando che avevo chiesto il cumulo dal 2000 al 2012, in tutto 4 anni e 6 mesi ridotti a 2 anni e 7 mesi con l'indulto..boh! Mo sono 14 giorni che sono qui, in infermeria e vorrei ricevere, come sempre mi avete accontentata, la Scarceranda.

Scusate non mi ero presentata, ho 36 anni, vivo per strada, ho un bimbo "Disel", il mio cane, per

me è un figlio, almeno ho potuto salutarlo e baciarmelo. Io non ho nessuno, non ho colloqui né visite, sono sola. Non vedo l'ora che questi 4 mesi passino, sono pochi ma io li trovo insulsi, come vi ho spiegato prima. Sono nata a Berlino e vivevo a Milano, mo' sono 14 anni che vivo qui..

Una piccola poesia per voi

*Sono vuota, nulla buia,
una lacrima bagna il mio volto
per poi volare e portare a termine il
mio angosciante grido di aiuto
ma finisce per schiantarsi a terra,
come sempre
e nessuno mai riesce a raccoglierlo
così finiro?*

*No, io devo lottare e schiantarmi su
un letto di piume*

LUNEDI 10



GIUGNO

MARTEDI 11

12 MERCOLEDÌ

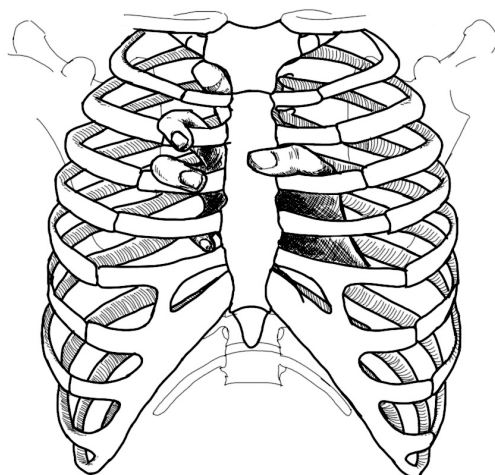
13 GIOVEDÌ

VENERDI 14

GIUGNO

SABATO 15

16 DOMENICA



LUNEDI 17



GIUGNO

MARTEDI 18

19 MERCOLEDÌ

20 GIOVEDÌ

VENERDI 21

GIUGNO

SABATO 22

23 DOMENICA

Gelato fatto a mano

Serve un uovo a persona

Dividi bianco dal rosso in due recipienti diversi. Monta il rosso con lo zucchero (9 cucchiaini non di più)

Montare a neve il bianco e montare la panna a parte

Unire il tutto e scegliere il gusto: per esempio il primo lo si può fare con la nutella (aggiungendola q.b nell'insieme)

Il secondo con caffè (per farlo più buono fare una prima macchinetta e riutilizzare il caffè al posto

dell'acqua per il nuovo caffè, così il gusto sarà più forte) sempre aggiungendolo al composto di panna e uova.

Il terzo alla frutta, a scelta può essere frullata e amalgamata o messa sopra alla fine.

Versare il gelato dentro a un contenitore dalla forma desiderata. Fare un tappeto di pavesini e versare sopra il composto.

Metterlo nel congelatore e dopo qualche ora è pronto!

LUNEDI 24

GIUGNO

MARTEDI 25

26 MERCOLEDI

27 GIOVEDI

VENERDI 28

GIUGNO

SABATO 29

30 DOMENICA

41 BIS

Ventidue ore in una cella. Con la possibilità soltanto di stare distesi a letto. Oppure seduti su una panchina inchiodata a terra. E per le restanti due ore l'unico svago è una passeggiata lungo un corridoio stretto, buio, chiuso da grate arrugginite. Il pensiero andrebbe a chissà quale Paese dove vigono pesanti violazioni dei diritti umani. E invece no. Siamo in Italia. una stanza stretta e buia, in cui c'era solo un letto singolo, con accanto un bagno alla turca chiuso da una bottiglia di plastica e un lavandino, un mobiletto, un televisore e un fornello a gas per il caffè. «Provate voi a vivere ventidue ore al giorno dentro un bagno» 729 detenuti oggi in regime speciale restano in cella per 22 ore al giorno. Senza poter far nulla. C'è chi cammina tutto il tempo, tanto da contare quante volte si faccia su e giù: 780 in un'ora. privacy, completamente annientata. Spesso le telecamere non sono solo in cella, ma anche nei bagni. E se non ci sono telecamere, c'è sempre uno spioncino che permette agli agenti di sorvegliare in qualsiasi momento i detenuti, pure nella loro intimità.

Una realtà poco conosciuta e al limite (spesso infranto) del tollerabile. Tanto che anche la Corte europea dei diritti dell'uomo si è interessata alla questione, dopo una serie di denunce contro il trattamento riservato dal nostro paese perquisizione fisica, prima e dopo ogni colloquio: nonostante

non ci sia alcun contatto con i familiari (c'è il vetro divisorio) e vi siano telecamere di sorveglianza, il detenuto viene fatto sempre denudare. Un usus riservato ai maschi ma anche alle nove donne recluse al 41-bis, a L'Aquila. l'uso automatico della proroga: «Per un considerevole numero di detenuti, l'applicazione del regime di cui all'articolo 41-bis si rinnova in maniera pressoché automatica». Con la conseguenza che i detenuti stanno per anni soggetti a un regime detentivo alienante. 41 bis "tortura" - ma molto difficile da dimostrare, in primis la crudeltà e il trauma psichico. Inoltre, la genericità della previsione ne rendono difficile l'accertamento.

Arizona





LUNEDI 1

LUGLIO

MARTEDI 2

3 MERCOLEDÌ

4 GIOVEDÌ

VENERDI 5

LUGLIO

SABATO 6

7 DOMENICA



LUNEDI 8

LUGLIO

MARTEDI 9

10 MERCOLEDÌ

11 GIOVEDÌ

VENERDI 12

LUGLIO

SABATO 13

14 DOMENICA

«Nel fascismo, lo Stato incarna il bene comune, lo Stato si identifica col popolo, il delinquente è nemico dello Stato e dunque anche del popolo. La pena deve perciò avere una funzione afflittiva-punitiva e dev'essere esemplare. Il carcere di conseguenza sarà inflessibile e distruttivo nei confronti degli "incorreggibili", flessibile e attenuato per gli altri. "Occorre stabilire norme di vita carceraria che siano bensì idonee ad emendare il condannato, ma non tolgano alla pena il carattere afflittivo e intimidatorio.

E perché la pratica resti ferma ed ossequiente al pensiero del legislatore, ho riconosciuto la necessità non solo di dettare i precetti positivi, ma di formulare altresì una disposizione, che implica il divieto di ogni giuoco, festa o altra forma di divertimento che a quell'austerità possa recare offesa". (dalla relazione introduttiva al Regolamento carcerario del 1931 predisposto da Rocco, lo stesso che un anno prima aveva firmato il Codice Penale che ancora porta il suo nome, in quanto ancora in vigore).

LUNEDI 15

LUGLIO

●
MARTEDI 16

17 MERCOLEDÌ

18 GIOVEDÌ

VENERDI 19

LUGLIO

SABATO 20

21 DOMENICA

CARCERI, CIVILTÀ.

È CHE
NON HO CUORE
DI UCCIDERE
LE MOSCHE.



LUNEDI 22

LUGLIO

MARTEDI 23

24 MERCOLEDÌ

25 GIOVEDÌ

VENERDI 26

LUGLIO

SABATO 27

28 DOMENICA

*Chiusa dietro gabbie mentali,
circondata da fredde mura,
La paura, di essere picchiata
soffocata dagli istinti più brutali.
Senza nome, senza sesso
vivo in scatola come un esperimento,
puoi vedermi di nascosto
attraverso uno specchio,
sono in trappola e non posso
respirare
ed evadere è il mio solo tormento.*

Silvia S.

LUNEDI 29

LUGLIO

MARTEDI 30

31 MERCOLEDÌ

1 GIOVEDÌ

VENERDI 2

AGOSTO

SABATO 3

4 DOMENICA



LUNEDI 5

AGOSTO

MARTEDI 6

7 MERCOLEDÌ



8 GIOVEDÌ

VENERDI 9

AGOSTO

SABATO 10

11. DOMENICA

Dolce CiobarFreddo

Preparare il cioccolato caldo. Mentre si fredda in un recipiente (un bicchiere per esempio) fare un tappeto di biscotti.

Alternare gli strati di cioccolato con quelli di biscotto fino ad arrivare all'altezza desiderata, alla fine

sbriciolare le mandorle e farle cadere a velo sopra (si può aggiungere anche lo zucchero a velo)

Porre in frigo per qualche ora ed è pronto!



LUNEDI 12

AGOSTO

MARTEDI 13

14 MERCOLEDÌ

FERRAGOSTO

15 GIOVEDÌ

VENERDI 16

AGOSTO

SABATO 17

18 DOMENICA

22/01/2018

Un grandissimo saluto ai ragazzi di Radio Ondarossa

Vi volevo ringraziare con tutto il cuore del vostro impegno nel farci sentire il vostro calore umano

Per fortuna ci sono persone senza pregiudizi come voi!

Facendoci compagnia oltre che ancora persone con un cuore per quello che siamo!

Scrivendo per noi, portando avanti la nostra parola, per fortuna ci date la possibilità di esprimerci, per questo non finirò mai di ringraziarvi per quello che fate.

Grazie ragazzi, si vede che lo fate con il cuore, per questo vi mando i miei più sentiti auguri per un anno da urlo!

Che ve lo meritate sul serio complimenti!

P.S. : per favore potete mandare l'agenda anche a X, con me deteuta

Ragazzi scusate mi scoccia anche di chiedervelo ma avrei anche bisogno del libricino che allegavate all'agenda 2017, per le istanze, mi servirebbe veramente, mi andrebbe bene anche una rimanenza vecchia, ve lo chiedo perché ho visto che nell'agenda 2018 non c'è è qua al femminile nessuno te lo presta!

Se non potete vi ringrazio ugualmente!

LUNEDI 19

AGOSTO

MARTEDI 20

21 MERCOLEDÌ

22 GIOVEDÌ

VENERDI 23



AGOSTO

SABATO 24

25 DOMENICA

Le scostumate delle favole

Meno male che i nostri figli non sono più bambini...altrimenti come farei a spiegarli la favola della bella addormentata nel bosco!

Che il principe azzurro in realtà era un molestatore perché ha baciato la bella principessa mentre era addormentata, senza il suo consenso..e tra poco vedrete che anche Cenerentola e Biancaneve sono state ripetutamente molestate!

La prima da un principe perverso che aveva l'ossessione dei piedi e delle scarpe...la seconda "e come abbiamo fatto a non accorgercene prima!" addirittura da un branco, il branco dei 7 nani!

Quanto a Cappuccetto rosso, è chiaro come il sole che siamo in piena pedofilia, perché, oltrew al

lupo cattivo anche il cacciatore non la racconta giusta!

Insomma finalmente si sta per fare giustizia anche nel mondo delle favole..e tra poco vedrete che si andrà in alto, si toccheranno i veri palazzi del potere: quelli divini!

Perché, diciamoci la verità...la prima molestata della storia fu proprio la povera Eva.

Prima Dio, con il suo maschilista divieto sull'albero della conoscenza, poi dal serpente "naturalmente maschio". Quindi da Adamo, che come ogni uomo che si rispetti scaricò la colpa su di lei! Inifine da tutti noi che da millenni continuiamo a diffamare un'innocente con i nostri "Porca Eva"!

Le scostumate...X e Y

LUNEDI 26

AGOSTO

MARTEDI 27

28 MERCOLEDI

29 GIOVEDI

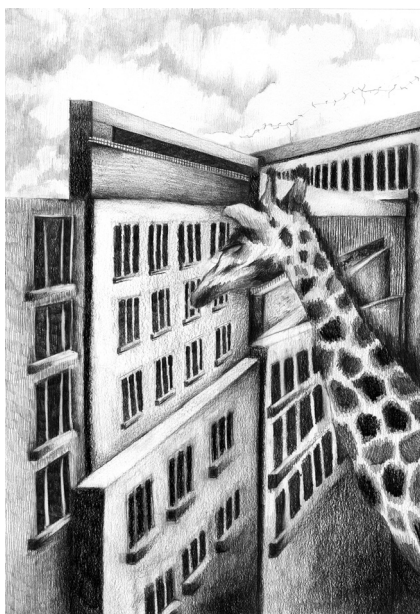
VENERDI 30



AGOSTO

SABATO 31

1. DOMENICA



LUNEDI 2

SETTEMBRE

MARTEDI 3

4 MERCOLEDI

5 GIOVEDI

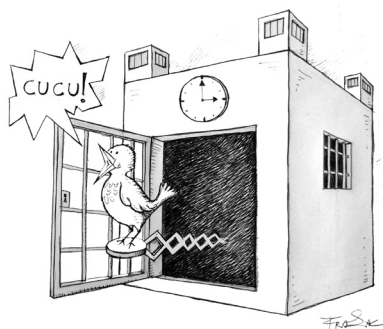
VENERDI 6



SETTEMBRE

SABATO 7

8 DOMENICA



Alle 8,50 di giovedì mattina 9 settembre 1971, nel carcere statunitense di Attica (New York), i prigionieri che stavano uscendo dal “blocco A” si aprirono a forza un varco attraverso un cancello chiuso. I detenuti si riversarono nei cortili, occuparono i “blocchi”, (i reparti

delle celle), invasero la chiesa e le officine. Catturarono 38 ostaggi tra le guardie e i civili impiegati nella prigione. La polizia attaccò con armi ed elicottero, 39 uccisi dalle pallottole delle guardie (10 poliziotti e 29 prigionieri).

LUNEDI 9

SETTEMBRE

MARTEDI 10

11 MERCOLEDÌ

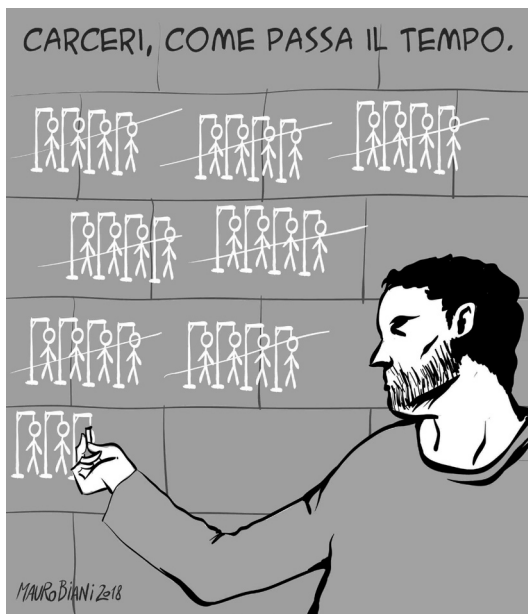
12 GIOVEDÌ

VENERDI 13

SETTEMBRE

●
SABATO 14

15 DOMENICA



LUNEDI 16

SETTEMBRE

MARTEDI 17

18 MERCOLEDÌ

19 GIOVEDÌ

VENERDI 20

SETTEMBRE

SABATO 21

22 DOMENICA



Ponte del Brenta (Padova) il 23 settembre 1993, Tarzan Sulic un bambino di 11 anni viene sorpreso a rubare insieme alla cuginetta Mijra. Dopo essere stati rinchiusi

nelle celle di sicurezza della caserma dei carabinieri, Tarzan viene ucciso e la cuginetta Mijra ferita da un colpo di pistola di un carabiniere.

LUNEDI 23

SETTEMBRE

MARTEDI 24

25 MERCOLEDÌ

26 GIOVEDÌ

VENERDI 27

SETTEMBRE

○
SABATO 28

29 DOMENICA

delle
GALERE

solo
MACE
RIE

Nord Irlanda, il 25 settembre dell'I.R.A. evadono dal carcere di
del 1983, diciannove militanti Long Kesh.



LUNEDI 30

SET/OTTOBRE

MARTEDI 1

2 MERCOLEDI

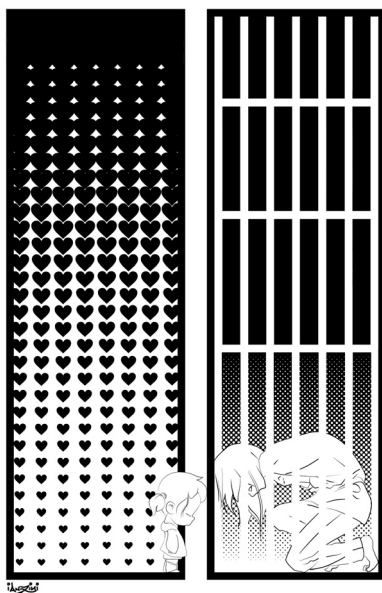
3 GIOVEDI

VENERDI 4

OTTOBRE

SABATO 5

6 DOMENICA



LUNEDI 7

OTTOBRE

MARTEDI 8

9 MERCOLEDÌ

10 GIOVEDÌ

VENERDI 11

OTTOBRE

SABATO 12

13. DOMENICA



Crema di caffè come al bar

Fare il caffè in una macchinetta piccola.

Quando il caffè è freddo lo si pone in una bottiglietta dopo di che si aggiunge all'interno la panna da montare con lo zucchero a velo, si agita la bottiglietta e la si mette nel congelatore. Pronto!

PS: non devono essere più di 2-3 dita di caffè, il resto panna circa 100-150ml.



LUNEDI 14

OTTOBRE

MARTEDI 15

16 MERCOLEDÌ

17 GIOVEDÌ

VENERDI 18

OTTOBRE

SABATO 19

20 DOMENICA



LUNEDI 21



OTTOBRE

MARTEDI 22

23 MERCOLEDÌ

24 GIOVEDÌ

VENERDI 25

OTTOBRE

SABATO 26

ORA SOLARE

27 DOMENICA

'A galera

*Purtroppo anche questa è parte da vita
vera
e qui parlo mo' de che è 'a galera
Te chiudeno co artri tra sbarre e cemento
e qua comincia er tutto che se chiama
tormento
E' vero che se 'mbocchi è perché fai un
reato
ma quanto te ce lasciano o decide er
magistrato
così te ce trovi a vorte anche innocente
ma questo a cui condanna' non je ne
fotte niente
Te fai mille discorsi e parli sempre a te
stesso
e più ce caschi dentro e più te senti 'n
cesso
deriso, calpestato e anche mal parlato
entranno a far parte der classico carcerato
Poi solo nella cella dentro ar letto
sdraiato
castelli ar dispiacere che dai e che c'hai
portato
t'aggrappi a l'unica cosa che qua è 'na
meraviglia*

*ed è quando te spari er colloqui co a
famiglia
Così co' quell'oretta che te la vivi a pieno
'a sera vai a letto e sai ch'è 'n giorno in
meno
che ponno condannatte ma nessuno
questo po' fa
ed è che tutto passa, er tempo 'n se po'
ferma'
Così tra giorni e mesis'ammucchiano
tanti anni
e sai che quando esci ce pensi a rifa' i
danni
ma anche consapevole che sopporti tutto
quanto
Anche se spesso capita che scoppi in un
gran pianti
Così te dai coraggio e dopo l'uragano
aspetti a libertà e torni a esse 'n cristiano
coprennote der tutto che a te hanno
negato
ma sai che co' chi ami, er tutto resta
passato*

S.

LUNEDI 28



OTTOBRE

MARTEDI 29

30 MERCOLEDÌ

31 GIOVEDÌ

VENERDI 1^o OGNISSANTI

NOVEMBRE

SABATO 2

3 DOMENICA



LUNEDI 4



NOVEMBRE

MARTEDI 5

6 MERCOLEDÌ

7 GIOVEDÌ

VENERDI 8

NOVEMBRE

SABATO 9

10 DOMENICA

Ricette di bellezza

Scrub con caffè:

Fare il caffè normale, il fondo invece di buttarlo lo si può utilizzare sotto la doccia come scrub. Mantiene la pelle pulita e aiuta con le macchie.

Ceretta fatta a mano:

In un pentolino far squagliare zucchero con un po' di limone fino a che nn diventa come miele, poi diventerà quasi come pongo (deve diventare una pallina morbida). metterla nelle zone da depilare e strappare contropelo (ovviamente la pallina la possiamo fare della grandezza che desideriamo)



LUNEDI 11

NOVEMBRE

●
MARTEDI 12

13 MERCOLEDÌ

14 GIOVEDÌ

VENERDI 15

NOVEMBRE

SABATO 16

17 DOMENICA

10/01/2018

Ciao carissimi amici di Radiondarossa,

spero che questo mio scritto vi trovi bene, sono diversi anni che vi seguo, e vi scrivo e vi voglio ringraziare per tutto quello che fate per noi carcerati e per come ci state vicini.

Sono stata al carcere X, per circa un paio d'anni, e adesso (da un anno), mi trovo al carcere Y. Mi avevano trasferita qui per sovraffollamento. Adesso, anche qua (dopo aver tolto da mesi i terzi letti), li stanno rimontando. Siamo veramente in tante, troppe, ed è un vero "manicomio", non c'è un pizzico di tranquillità (è una vera tortura psicologica), e

sinceramente, mi sento esaurita, stanca. Comunque, cerco di tirare avanti al meglio, cos'altro si può fare!?! Forza e coraggio... giusto? L'unica cosa positiva, è quella di stare in cella con una ragazza meravigliosa, con la quale sono andata d'accordo da subito, e cosa stupenda, siamo diventate molto amiche, e ci vogliamo molto bene. Non è facile andare d'accordo in carcere, ed io invece, ho trovato una vera e sincera amica. Adesso vi saluto, ringraziandovi ancora e con tanto tanto affetto e stima!

Volevo chiedervi (come tutti gli anni) se potete mandarmi Scarceranda, mi fareste molto contenta.

Un enorme abbraccio

LUNEDI 18

NOVEMBRE

MARTEDI 19

20 MERCOLEDÌ

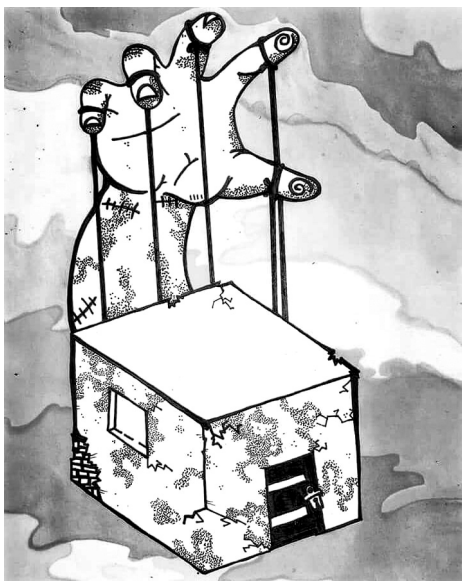
21 GIOVEDÌ

VENERDI 22

NOVEMBRE

SABATO 23

24 DOMENICA



LUNEDI 25

NOVEMBRE

○
MARTEDI 26

27 MERCOLEDÌ

28 GIOVEDÌ

VENERDI 29

NOVEMBRE

SABATO 30

1 DOMENICA

01/04/2018

Gentile redazione di Scarceranda, (Radiondarossa), siamo due detenute e siamo qui a scrivervi per potervi richiedere 2 agende Scarceranda. Non stiamo qui a raccontarvi il nostro calvario, ma i nostri fine pena sono 08/03/2023 e 18/06/2022.. per ora! E visto che qui in carcere si tende a “perdere” un po’ la memoria, o meglio, i pensieri sono talmente tanti che la mente va in black-out totale, ci farebbe comodo avere una sorta di “diario”, anche per non dimenticare questi bruttissimi momenti.

Come diceva Anna Frank: *“La carta è più paziente dell’uomo”*, e quindi spesso è meglio affidarsi ad un foglio di carta che alla propria mente o quella di qualche “compagna di viaggio”...

Ho conosciuto la vostra agenda da un’altra detenuta... è un po’ vecchietta, ma davvero molto bella, ed è un piacere per noi sapere che ci sono persone come voi che non ci reputano i “rifiuti” di questa società marcia... comunque noi siamo nate libere, senza catene, senza microchip e senza padroni, soprattutto!

A.C.A.B. sempre... e “perché di carcere non si muoia più ma neanche di carcere si viva” una presta libertà a tutti i detenuti. Che possano riabbracciare al più presto i loro cari e grazie a tutti voi che lavorate per noi.

Con tanta stima e rispetto.

P.S.: non saremo Mai servi dello Stato! “Non ci avrete mai come volete voi!

LUNEDI 2

DICEMBRE

MARTEDI 3

4 MERCOLEDÌ



5 GIOVEDÌ

VENERDI 6

DICEMBRE

SABATO 7

8 DOMENICA



LUNEDI 9

DICEMBRE

MARTEDI 10

11 MERCOLEDÌ

12 GIOVEDÌ

VENERDI 13

DICEMBRE

SABATO 14

15 DOMENICA

Gnocchetti sardi melanzane, pecorino e menta

Ingredienti per quattro persone
400 g di gnocchetti sardi
1 melanzana grande
Pecorino
Aglione, peperoncino, menta

A conclusione spargere la menta
sopra il piatto da servire a tavola.

Far soffriggere in una padella grande l'aglio e il peperoncino. Unire al soffritto la melanzana tagliata a cubetti piccoli. Cuocere mescolando spesso e controllando se occorre aggiungere acqua per completare la cottura delle melanzane. Le melanzane cotte devono risultare morbide, ma non spapolate. Cuocere la pasta al dente, scolarla e mantecarla con le melanzane nella padella aggiungendo il pecorino grattugiato.



LUNEDI 16

DICEMBRE

MARTEDI 17

18 MERCOLEDÌ

19 GIOVEDÌ

VENERDI 20

DICEMBRE

SABATO 21

22 DOMENICA

*Il piccolo punto dove tu ed io ora stiamo
è, questo, orizzonte luminoso d'aurora.
È qui che le scintille del dolore sbocciate
han creato un roseo giardino d'alba.
È qui che le asce dei tormenti che uccidono
si son cambiate in collane infocate
fatte di lunghe teorie di raggi.
La tristezza che questa notte ci ha dato
è ora certezza d'aurora,
certezza più generosa del dolore
alba forte e grande, più che la notte.*

Faiz Ahmad Faiz
Carcere di Montgomery, 1983

LUNEDI 23

DICEMBRE

MARTEDI 24

NATALE

25 MERCOLEDÌ

S. STEFANO

○
26 GIOVEDÌ

VENERDI 27

DICEMBRE

SABATO 28

29 DOMENICA

Alle 15,30 del 28 dicembre 1980 i detenuti del braccio speciale del carcere di Trani occupano la sezione e prendono in ostaggio 18 guardie carcerarie. Il loro obiettivo è la chiusura del peggior carcere

speciale, L'Asinara e la lotta alla differenziazione. Con elicotteri e truppe armate (i Gis) il giorno dopo, con un costo alto di feriti, viene riportato l'ordine.



Con sentenza n. 290, depositata in cancelleria il 27 dicembre 1974, la «Corte costituzionale dichiara l'illegittimità costituzionale dell'art.

503 del codice penale nella parte in cui punisce anche lo sciopero politico...» Erano trascorsi 29 anni dalla liberazione dal fascismo!

LUNEDI 30

DICEMBRE

MARTEDI 31

1 MERCOLEDÌ

2 GIOVEDÌ

VENERDI 3

GENNAIO 2020

SABATO 4

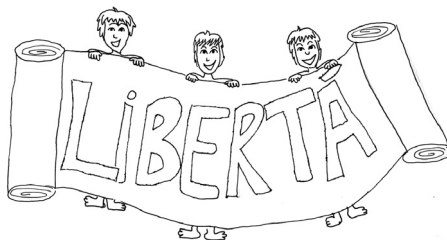
5 DOMENICA

Budino al caffè

Ingredienti:

1/2 litro di latte
4 tuorli d'uovo
4 cucchiaini di zucchero
2 cucchiaini di farina bianca
1 cucchiaino di caffè solubile
1 cucchiaino di cacao amaro

Montare a neve i tuorli d'uovo con lo zucchero, poi aggiungere farina e cacao mescolando con un cucchiaino di legno. Unire poco alla volta il latte bollente dopo avervi sciolto il caffè solubile. Fare bollire il composto ottenuto per 8-10 minuti mescolando. Lasciare intiepidire, poi versare in un recipiente e mettere in frigo. Servire freddo.



Scarceranda è un'autoproduzione di
Radio Onda Rossa
Via dei Volsci, 56 - 00185 Roma
tel. 06 49 17 50
ondarossa@ondarossa.info
www.ondarossa.info
c.c.p. 61804001

Questa agenda è distribuita gratuitamente ai prigionieri/e che ne
fanno richiesta e segnalati/e a Radio Onda Rossa

PERCHÈ DI CARCERE NON SI MUOIA PIÙ
MA NEANCHE DI CARCERE SI VIVA

Finita di stampare nel mese di ottobre 2018 presso
Tipografia 3m via Cei - Roma