



«chi beve dell'acqua che io gli darò, non avrà mai più sete; anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una fonte d'acqua che scaturisce in vita eterna». (Giovanni 4:14)

Bacheca ASEI

IN QUESTO NUMERO

Bacheca	Pag.2
AZIMUT: CONOSCENZA	Pag.3
Dal distretti di Patrica	Pag.4
Sperimentando: La cristallizzazione	Pag.5
Reti e Nodi: Focus Junior	Pag.6
Perlustrazione: La cioccolata fa bene?	Pag.7
Novità: Concorso Fotografico 2018	Pag.8
Le fobie	Pag.9
Dai nostri distretti 1: Foggia	Pag.10
Dai nostri distretti 2: Dragona	Pag.11
Impariamo giocando	Pag.12
Foto Assemblea	Pag.13
Corso Base Poggio Ubertini	Pag.14
Ricette scout: Pizza Nachos	Pag.15
Mondo Animale	Pag.16



Concorso
fotografico
a premi
2018!

Per i dettagli
vedi a pag. 8.

Immagini
dall'assemblea
annuale 2018 (pag.13)
e Corso Base a Poggio
Ubertini (pag.14)

Ti piace raccontare le cose
che vedi intorno a te? Ti
piace scrivere e fermare i
tuoi pensieri sulla carta?
Scrivi poesie? Hai un'idea da
pubblicare? Collabora con
Mondo Scout; invia il tuo
materiale a
mondoscout@asei.it

Se vuoi saperne di più sulla nostra associazione visita il sito ufficiale ASEI
all'indirizzo **www.asei.it** oppure scrivi a: **info@asei.it**
Per inviarci articoli e altro materiale da pubblicare usa l'indirizzo
mondoscout@asei.it

Ass. Scout Evangelici Italiani A.p.s.
c/o Chiesa Cristiana Evangelica Corso Italia, 209 -
00011 VILLALBA DI GUIDONIA (RM)

AZIMUT

CONOSCENZA

di Mario Pozzobon

3

Conoscenza!

Ragazzi che parolone! Sicuramente mette in difficoltà molti di noi. La conoscenza è paragonata a un prezioso tesoro!

Il 14 Maggio, siamo stati inseriti in un progetto del comune di Patrica (FR), che riguardava le scuole medie, 80 ragazzi, e le scuole elementari, 100 bambini. Il nostro incarico era quello di presentare l'opera Scout e insegnare qualche tecnica. Per cercare di svolgere al meglio questo incarico, il capo distretto di Patrica, Francesco Bigica, ha chiesto il nostro aiuto a Villalba e siamo stati felicemente coinvolti.

Il percorso tracciato per i bambini delle elementari era abbastanza semplice, così abbiamo diviso i 100 bambini in tre gruppi distinti da un adesivo di colori diversi, e abbiamo iniziato il percorso.

La 1° tappa del percorso era la visita ad una quercia che ha più di 500 anni. Sono stato colpito da un uomo (suppongo sia stato un agronomo) che ci ha parlato di questo tipo di albero in modo semplice, ma completo. La sua spiegazione è stata coinvolgente e chiara per tutti, si vedeva che quest'uomo aveva una piena conoscenza dell'argomento che stava trattando.

Questa esperienza mi ha fatto riflettere sul fatto che viviamo in un contesto sociale caratterizzato dalla superficialità, che in qualche modo diventa contagiosa e ho fatto questa semplice riflessione: quanti dei nostri scout conoscono la Parola di Dio? E quanti di loro sanno condividere con altri la Parola di Dio?

L'apostolo Pietro, che era un pescatore, un uomo pratico, che aveva imparato a conoscere i segreti della vita, per non cadere nella trappola della superficialità, nella sua seconda epistola ha scritto: "Crescete nella grazia e nella conoscenza del nostro Signore Gesù Cristo".

Questo comando ci esorta a conoscere sempre di più, in modo personale il Signore Gesù! Questa conoscenza servirà prima di tutto a noi stessi, e poi ci permetterà di saper spiegare ai nostri amici e compagni di scuola, lo scopo della

nascita di Gesù e ciò che desidera da ogni persona!

Che tipo di scout sei, superficiale o uno scout che si impegna a conoscere sempre di più il Signore Gesù?

Cresci nella conoscenza di Gesù, questo è il segreto della vita!



Due appuntamenti ...divini!

E Sì! Proprio così!

Siamo stati invitati dal Sindaco di Patrica, in provincia di Frosinone, sede del distretto scout Asei n°7, a collaborare, partecipando attivamente ad un "PROGETTO SENTIERI" che ha coinvolto 80 ragazzi della scuola media inferiore, il 7 maggio e successivamente 100 bambini (forse più) delle elementari il 14 maggio u.s.

Non ci sembrava vero! Una possibilità di avere tutti questi bambini e adolescenti “su di un piatto d'argento”, (come sul dirsi) ... opera del grande Artista: il nostro Signore Gesù, ...non ci sono dubbi!

La mattinata ha avuto inizio mostrando ai questi ragazzi, dividendoli in gruppi, anzitutto il saluto SCOUT e poi il silenzio scout (è stata una priorità!). Dopo avergli spiegato i principi su cui si poggia l'opera scout, l'Amore e la Verità, aiutandoci gli uni gli altri, abbiamo raccontato loro molto brevemente la storia di Baden Powell e la nascita del movimento scout.

Il percorso nel bosco ci è stato aperto dai cavalli dei cavalieri di S. Giorgio, un'associazione di Patrica molto sensibile alle tematiche legate alla salvaguardia dell'ambiente, così ad ogni sosta, ognuno dei gruppi ha potuto ascoltare e interagire con le nostre dimostrazioni come, ad esempio, soccorrere un ferito servendosi di rudimentali bastoni e il fazzoletto scout. A tutti è stata regalata anche una cartolina appositamente preparata da noi in cui abbiamo potuto mostrare ai ragazzi il materiale occorrente per un'escursione in tutta sicurezza!

Interessante è stato anche l'intervento di un esperto agronomo, che ci ha portati a vedere uno degli alberi più grandi e più antichi d'Europa, una quercia di circa 500 anni. I più piccoli sono stati invitati, insieme ai loro insegnanti (e a noi) a prendersi per mano e fare un girotondo intorno a questo “alberone” per esprimere, in qualche modo, la nostra gratitudine!

Sono rimasti tutti molto entusiasti, perché non abituati a vivere di questi momenti: una esperienza davvero preziosa!

Le autorità presenti sono rimaste altrettanto entusiaste e sbalordite e, nel salutarci, hanno vivamente espresso il desiderio di ... continuare a conoscerci! E' un buon inizio, grazie al Signore!!!!

Alessandra e Francesco Bigica





LA CRISTALLIZZAZIONE

In questo numero esploreremo il fenomeno della cristallizzazione dovuta ai minerali contenuti nell'acqua.

Per prima cosa, dobbiamo preparare l'acqua salata. Mettiamo in un pentolino dell'acqua sufficiente per riempire i barattoli di vetro che vogliamo usare. Facciamo bollire e continuiamo ad aggiungere sale finché non si forma uno strato di sale cristallizzato sopra l'acqua bollente (assomiglia un po' al ghiaccio). Aspettiamo che l'acqua si raffreddi, quindi la versiamo nei barattoli.



A questo punto assicuriamo una penna/piuma ad una molletta per i panni e la immergiamo nel barattolo come mostrato in figura. Una volta eseguita questa operazione metteremo i nostri vasi esposti alla luce del sole.

Già dopo qualche giorno vedremo dei piccoli cristalli attaccati alle penne/piume. Se si ha la pazienza di aspettare finché l'acqua evapori del tutto vedremo ancor più marcato l'effetto della cristallizzazione.

In alternativa alle piume, possiamo ritagliare delle figure (un quadrifoglio, un albero, un fiore, ecc) usando del cartoncino colorato (Bristol). Mettiamo la nostra figura in un piatto di plastica su cui versiamo dell'acqua salata (ottenuta con lo stesso procedimento



appena descritto) sufficiente per coprire appena il cartoncino. Dopodiché metteremo il piatto al sole. In un paio di giorni (dipende dall'intensità del sole) vedremo che il nostro cartoncino si è completamente riempito di cristalli di sale conferendogli una magica apparenza.



RETI E NODI

Ai navigatori di internet vogliamo offrire questo servizio. Un aiuto affinché la rete web non diventi una trappola ma un valido strumento di ricerca e di scoperta per glorificare Dio.



Il sito che presentiamo è la copia in formato digitale della nota rivista per ragazzi Focusjunior. Questo sito è una vera e propria fonte di notizie, lavoretti, idee e tanto altro ancora da passarci giornate intere solo per avere un'idea di cosa esso contiene .

Vuoi costruirti un'amaca? Vai nel menù GIOCHI/Lavoretti e hai la spiegazione di come farla. Tutto accompagnato da video esplicativi. Vuoi far pratica con la lingua inglese in modo divertente? Vai al menù SCUOLA/Inglese, troverai tante idee divertenti per imparare l'Inglese. Sei una mente curiosa? Allora il menù SCIENZA fa per te. Qui trovi tanti temi scientifici come la robotistica, ad esempio, (a proposito ti consiglio di vedere il video che mostra come un cane robot riesce ad aprire le porte da solo nonostante tutti gli ostacoli). Sempre in questo menù puoi scoprire chi ha inventato la carta igienica, la bicicletta, il telefono cellulare e tante altre invenzioni. Insomma una miniera di cose da vedere e da provare.

Per accedere al sito: www.focusjunior.it

Nota redazionale: Informiamo i nostri lettori che non sempre le pubblicità o altri messaggi presenti nei siti dai noi indicati rispecchiano la nostra politica.



Sapevi che la velocità con cui l'aria esce dalla nostra bocca quando starnutiamo è di circa di 480 Km orari. Questa è anche la velocità del vento in un tornado di forza 5.

La cioccolata ci fa diventare più buoni?



Come sarebbe il mondo senza cioccolata? Probabilmente non sarebbe molto diverso da quello che conosciamo, ma sicuramente sarebbe molto più triste. Alcuni studiosi affermano che la cioccolata metta il buon umore e che addirittura faccia bene al cuore. Non possiamo dimostrare i benefici dichiarati da queste illuminati della scienza, ma sicuramente il cioccolato ha fatto molto bene a tante persone che hanno lavorato in una delle più famose aziende dell'industria dolciaria.

Per capire bene quanto sto scrivendo, bisogna risalire al 1842 quando il Sig. Jhon Cadbury iniziò in Inghilterra un modesto stabilimento per la produzione di bevande al cioccolato. John Cadbury era un credente convinto e si rattristava nel vedere come molti inglesi usavano gran parte dei loro soldi per bere birra nei pub. Il Signor Cadbury pensava di dare una alternativa meno costosa e sicuramente più piacevole a questi lavoratori. Dopo un iniziale successo l'azienda passò un periodo di crisi. Subito dopo la morte del suo fondatore, l'azienda venne portata avanti dai suoi due figli: Richard and George Cadbury. Motivati dalla stessa passione che aveva il padre per la cioccolata, e sostenuti dalla stessa sua fede, Richard e George non solo risanarono l'azienda, ma andarono ben oltre ogni aspettativa facendo crescere l'azienda a dismisura, questo è stato reso possibile grazie anche alla creazione di nuove ricette sempre più buone e sempre più innovative. Il personale che lavorava alla fabbrica era diventato così numeroso al punto che i signori Cadbury crearono un nuovo villaggio a cui diedero il nome di Bourneville.

Richard e George, come seguaci di Gesù, avevano a cuore, oltre al cioccolato, i poveri e fecero tutto quello che era loro potere per venire incontro ai loro bisogni. Cominciarono nel dare loro delle abitazioni alla portata delle loro possibilità economiche. Oltre a tanti altri benefici a favore di lavoratori e delle loro famiglie i fratelli Cadbury iniziarono a pagare la pensione al loro personale, un privilegio che solo alcuni fortunati avevano in quel periodo della storia inglese. Inoltre, resero la vita più semplice e meno pesante ai loro operai riducendogli i turni di lavoro e facendoli partecipare a dei comitati per discutere le migliorie da adottare, sia per migliorare la produzione e sia per una migliore qualità di vita lavorativa.

“Chi fra voi è saggio e intelligente? Mostri con la buona condotta le sue opere compiute con mansuetudine e saggezza.”.

Giacomo 3:13



Concorso fotografico a premi 2018.

E' con piacere che l'A.S.E.I. annuncia la realizzazione di un concorso fotografico a premi.

Il concorso è stato organizzato con il desiderio di raggiungere i seguenti obiettivi:

1. Sviluppare nei ragazzi scout uno spirito di osservazione su ciò che li circonda.
2. Usare con saggezza e con creatività la tecnologia che hanno a portata di mano
3. Saper cogliere momenti particolari, espressioni, sentimenti, azioni per poterle raccontare con le immagini.
4. Saper apprezzare e memorizzare i vari momenti della vita scout.
5. Sviluppare nei ragazzi scout un senso di critica artistica.
6. Spronare gli scout a collaborare con Mondo Scout e aiutarli a conseguire la specializzazione di "reporter"

Chi può partecipare?

Possono partecipare tutti gli aquilotti e aquile, mini leader che sono regolarmente iscritti all'ASEI.

Quale tema?

Le foto devono ritrarre scene della vita scout possibilmente all'aperto.

Quale equipaggiamento?

Si consiglia l'uso di macchine fotografiche digitali, ma, in mancanza di queste, si possono usare cellulari con elevato numero di pixel (almeno 3 Megapixel). Anche il formato deve essere di alta risoluzione da 1 a 4 Mb.

Inviare le foto entro il 15 Ottobre 2018 per mezzo di posta elettronica all'indirizzo: mondoscout@asei.it. Si possono inviare massimo 2 foto per partecipante. Nella e-mail occorrerà scrivere nome del concorrente, età, distretto di appartenenza e una brevissima descrizione (max 10 parole) che spiega l'occasione in cui è stata scattata ogni foto.

Oltre alla premiazione degli scout che vinceranno il concorso (primo, secondo e terzo posto), il distretto di appartenenza del primo vincitore riceverà un buono di 50 € da spendere nel negozio on-line dell'ASEI.

LE FOBIE

9

Con il termine “fobia” si vuole esprimere una innata paura per una qualsiasi cosa. Un dizionario di lingua italiana spiega il termine “fobia” con queste parole:

“Paura angosciosa per lo più immotivata e quindi a carattere patologico. Avversione istintiva e invincibile per qualcosa.”

Ci sono delle situazioni che è naturale e perfino salutare avere paura, ad esempio davanti ad un reale pericolo, come un cane che abbaia rabbiosamente contro di noi, o paura di toccare i fili della corrente elettrica (meglio stare alla larga da loro!) o paura di attraversare una strada molto trafficata e senza le strisce pedonali.

Ma esistono altre forme di paura, o meglio fobie, che sono, come spiega il dizionario, immotivate. Riportiamo a titolo di esempio alcune strane fobie. Forse a te faranno sorridere, ma per chi ha queste fobie sono una cosa veramente seria! Forse una di queste è anche la tua!

ABLUTOFOBIA è la paura di fare il bagno. (Tu non cercare scuse per evitare il bagno!)

ALLIUMFOBIA è la paura per l'aglio, sì proprio quello che strofiniamo sulle bruschette.

COULROFOBIA è la paura per i pagliacci. (ma non dovevano divertirci?)

ALECTOROFOBIA è la paura dei polli.

CLINOFOBIA è la paura di addormentarsi

IDEOFOBIA è la paura delle idee.

MIRMECOFOBIA è la paura per le formiche.

LEUCOFOBIA è la paura per il colore bianco.

PONOGOFOBIA è la paura per le barbe.

RUPOFOBIA è la paura per lo sporco (stai tranquillo, non è il tuo caso).

MICROFOBIA è la paura per le cose piccole. (figuriamoci per quelle grandi!)



Queste fobie non sono tutte, ce ne sono almeno altre 70, (di quelle che si conoscono). Personalmente sono convinto che c'è un denominatore comune che spinge le persone ad avere uno stato ansioso e quindi avere varie forme di fobia. Qui non pretendiamo di risolvere tutto e facilmente, ma siamo convinti che se lasciassimo lo Spirito Santo controllare la nostra vita, sarà molto più facile uscire fuori da queste paure ingiustificate. La parola di Dio ci assicura: **Ecclesiaste 29:25**

La paura degli uomini è una trappola, ma chi confida nel Signore è al sicuro
Conosciamo diverse persone che sono state liberate. Se glielo chiedi, Dio ti aiuterà.

FOGGIA



Il giorno 31 Marzo il distretto ASEI di Foggia è partito per una nuova avventura. Infatti ci siamo recati ad Apricena per partecipare ad un convegno dell'ABC (Azione Biblica Creazionista), allestendo uno stand interamente dedicato all'attività scoutistica. Lo stand è stato collocato in una grossa grotta di carta, nella quale hanno trovato posto le nostre due inseparabili mascotte: il mitico T-Rex e il simpatico Brontosauo. In una cornice che ricordava una foresta tropicale (o almeno questo era l'intento che volevamo raggiungere) abbiamo accolto grandi e piccoli che si sono avvicinati al tavolo "vestito da scout" con tanto di fazzoletto e fermafazzoletto, e hanno chiesto informazioni sulle attività che svolgiamo. È stato prezioso l'aiuto offerto dal gruppo scout di Apricena e abbiamo ricevuto un dono speciale con la presenza di alcuni scout provenienti da Patrica. L'attività non si è limitata solo a questo, ma abbiamo portato sul palco un'enorme aquila americana dalla testa calva, fatta di cartapesta e tessuto, che ha dispiegato le sue ali qualche istante prima che il fratello Andy McIntosh, professore universitario in pensione, parlasse del volo degli uccelli. Siamo anche stati deliziati dalla trattazione del professor Stuart Burges riguardo agli elementi del nostro pianeta e alla formazione dell'uomo. Insomma, è stata proprio un'esperienza unica che speriamo si possa ripetere a breve. (Giuseppe Orfuso)

STRAFALCIONI DA NON IMITARE

"Dopo l'incidente la polizia stava facendo i prelievi (rilievi)"

DRAGONA

L'Osservatore Romano (consigli per un sopralluogo)

Si sa, quando il romano decide di fare la famosa gita fuori porta, la prima cosa a cui pensa, è la pancia. Poi, tutto il resto, viene in secondo, terzo, quarto, ... esimo posto. Per cui, il "fuori porta" può essere anche letteralmente il cortile di casa. Generalmente, quindi, non è interessato sapere il posto in cui andrà (o, possiamo dire, si trasferirà, considerando la roba che si porta appresso), ha solo una vaga idea, non tenendo conto delle eventuali problematiche logistiche che può incontrare: non va a fare lui stesso un preventivo sopralluogo, al massimo si affida alla sua memoria, se ci è già stato, o quella degli altri.

Ed è per questo, quindi, che l'Osservatore Romano, rimane solo il nome della testata giornalistica di Oltretevere.

Con alcuni miei collaboratori una settimana fa ho fatto un sopralluogo ad una riserva naturalistica a 15 km fuori dal GRA, ben equipaggiato di cartina ben dettagliata (fornita dalla riserva), scarpe comode e occhi bene aperti. Misuravamo i tempi di percorrenza dei vari sentieri e i gradi di difficoltà, nonché i luoghi da visitare naturalistici e non. Per mancanza di tempo, non abbiamo potuto visitare quello che sarà proprio il campo base, ma ci siamo limitati a vederlo da lontano fidandoci inoltre di quanto riportato dalla mappa. Per noi era sufficiente, ma non eravamo sicuri di aver intravisto un barbecue nella zona pick-nick. Ho dovuto quindi chiamare il centro informazioni della riserva per fugare ogni dubbio.



Tornando a casa mi è venuto in mente che ci mancava una cosa fondamentale: un semplice binocolo, che ho poi acquistato, ma che non avevo disponibile al momento opportuno. Questo mi è servito di esperienza (che, come si dice, non è mai troppa) per capire quanto un piccolo strumento sia così importante, e che bisognerà sempre avere appresso.

Eh, sì, per un attimo, mi sono visto proprio come il romano il giorno di pasquetta.

Marcello)



Incredibile!

Che cosa succede se si getta una pietra verde nel Mar Rosso?



Impariamo giocando

Nella figura A mancano 8 particolari che sono invece presenti nella figura B. Sapresti trovarli?

A



B



O	R	A	Z	I	K	Z	R	T
R	A	O	S	O	R	S	O	A
D	N	S	D	B	R	B	T	H
S	A	L	L	A	F	R	A	F
E	U	S	A	L	M	A	I	U
T	N	E	U	E	B	C	G	C
T	C	I	G	N	O	R	B	C
O	L	U	M	A	C	A	L	A



Trova nella
tabella accanto
questi 6 animali.



Per le soluzioni vedi pag.14

Chi lo sa, alzi la mano

Quali sono le parole mancanti?

"Gesù disse loro: «Il mio _____ è
fare la volontà di colui che mi ha
mandato, e compiere l'_____ sua.





Foto di gruppo e altri momenti relativi all'assemblea nazionale ASEI 2018. Oratore Elia Manduzio (alla estrema sinistra della foto di gruppo)

Assemblea nazionale ASEI 2018



**DATE
DA
RICORDARE**



▼▼▼
Corso
trekking dal
7 al 10
dicembre
2018



CHE BENEDIZIONE!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

Dal 20 al 25 Aprile scorso, abbiamo fatto un corso base tanto atteso, a Poggio Ubertini. Che benedizione!

Che benedizione, avere un pool di insegnanti meravigliosi, i quali tutti all'unisono hanno svolto il loro compito con grande disponibilità, impegno, competenza e spiritualità! A tutti loro, va il mio più profondo ringraziamento!



Che benedizione! aver avuto ogni giorno dell'ottimo cibo. Grazie di cuore a tutto lo staff della cucina.

Che benedizione! Essere in tutto 54 presenti a Poggio, Possiamo affermare di aver fatto un campo in miniatura.

Che benedizione! Per la prima volta abbiamo avuto due adolescenti, una sorella e un fratello, che si sono occupati dei bambini mentre i genitori studiavano. questi due preziosi adolescenti, hanno intrattenuto i bambini con, canti giochi e con le meditazioni inerenti al tema del corso: *"Luci nelle tenebre"*

Che benedizione aver avuto du coppie di fidanzati e 4 coppie di coniugi. che meraviglia vedere questi cari così impegnati, con la stessa visione, prepararsi meglio per servire il Signore. Che stupenda prospettiva di crescita spirituale individuale, ma soprattutto di coppia; carissimi, non avviene poi così spesso!

Soluzioni di pag.12



Chi lo sa alzi la mano.

Le parole mancanti sono:
CIBO e OPERA





Ricette Scout

PIZZA NACHOS

Ingredienti per i nachos

- Una busta di Tortilla
- 1/4 tazza di cipolla tritata
- 50 g. di salame affettato
- 1/2 tazza di olive nere affettate
- 1/2 peperone tagliato a cubetti
- 1 cipolla tagliata a piccoli cubetti

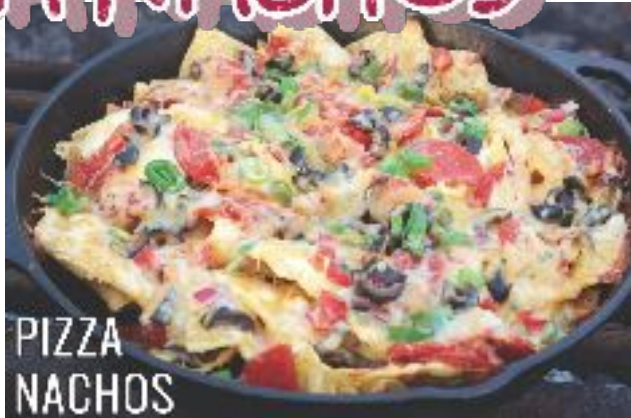
cubetti

- 1 pacco di sottilette (formaggio)

Ingredienti per la crema d'aglio

(facoltativa)

- 1,5 Cucchiaini di burro
- 1/2 Cucchiaino di olio di oliva
- 2 spicchi d'aglio tritati
- 1/2 tazza di panna liquida da cucina
- 1/4 tazza di latte
- 1/4 tazza di parmigiano grattugiato
- Sale e, se viene gradito, un peperoncino



Preparazione della crema all'aglio: fare sciogliere il burro e l'olio di oliva in un tegamino, appena sciolto il burro aggiungere l'aglio tritato. Girare per due minuti, quindi aggiungere la panna liquida e il latte. Portare a bollitura sempre girando. Sempre con il tegamini sul fuoco, aggiungere il sale, il peperoncino e il parmigiano. Continuare a girare finché la crema diventerà più densa. Togliere dal fuoco.

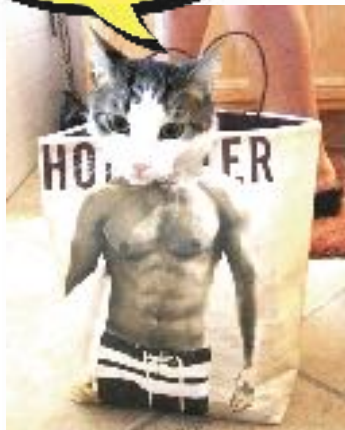
Preparazione dei nachos: Spargere i nachos in una grande padella. Cospargere uniformemente sopra i nachos il formaggio tagliato a strisce, i cubetti di cipolla, i cubetti di peperoni, le fette di salame tagliate in quattro, le olive nere tagliate a fette. Mettere la padella sul fuoco (moderato) coperta con un coperchio di uguale misura. Cuocere 15-20 minuti. Comunque togliere dal fuoco non prima che tutto il formaggio sia completamente fuso.

Preghiamo con i nostri collaboratori:

- Preghiamo affinché la chiesa italiana possa comprendere la potenzialità che c'è nell'opera scout per l'evangelizzazione
- Per un aiuto nella direzione Addestramento
- Per un aiuto nella direzione Finanze.
- Per un aiuto per la direzione Materiali.
- Per la saggezza nel guidare i nostri scout.

Mondo Animale

Oggi mi sento in forma!



Qui c'è proprio un bel calduccio. Spero solo di svegliarmi prima della prossima grigliata



No, io il bagno non me lo farò mai!



Ho la sensazione di avere la pressione bassa.



Sono stato comprato su Amazon e ancora mi devono scartare.

