



# TEMPORARY AUTONOMOUS ZONE

"UN LUOGO LIBERATO, DOVE LA VERTICALITÀ DEL POTERE È SOSTITUITA SPONTANEAMENTE CON RETI ORIZZONTALI DI RAPPORTI, LE T.A.Z. SONO ESPERIENZE IN GRADO DI SPARIRE SE LA PRESSIONE REPRESSIVA DIVIENE TROPPO FORTE, PER RIFORMARSI IN UN ALTRO POSTO E IN EPOCHE DIFFERENTI, CAMBIANDO NOME ED IDENTITÀ; SONO SIA UNO SPAZIO MENTALE CHE FISICO, UN POSTO DOVE FUGGIRE, ALLONTANANDOSI DALLE NECESSITÀ INDOTTE E DAI CONDIZIONAMENTI, SPIAZZANDO COSÌ IL NEMICO, SPARENDOGLI DAVANTI E RIAPPARENDO A FIANCO, O DIETRO, O MAI" DA QUESTE PAROLE DI PETER LAMBORN WILSON (MEGLIO NOTO COME HAKIM BEY), TRATTE DAL LIBRO T.A.Z., SI CAPISCE CHIARAMENTE COSA L'AUTORE INTENDE DEFINIRE COME ZONA TEMPORANEAMENTE AUTONOMA.

UNA T.A.Z. È UNO SPAZIO LIBERATO IN CUI SI ATTUA UN'ESPERIENZA SOCIALE BASATA SU VALORI ANTAGONISTI A QUELLI IMPOSTI DAL SISTEMA DOMINANTE.

UNA T.A.Z. È UN MOMENTO DI SOCIALITÀ, DIVERTIMENTO, INFORMAZIONE E LOTTA, SVINCOLATO DAL BUSINESS E DAL "DOVER-PAGARE", IN CUI I PRESENTI SONO COINVOLTI IN UN'ORGANIZZAZIONE DIVERSA BASATA SU AUTOGESTIONE E LIBERA PARTECIPAZIONE. È UNO SPAZIO ANTI-COMMERCIALE, ANTI-PROIBIZIONISTA, ANTI-RAZZISTA, E ANTI-GERARCHICO.

IN UNA ZONA TEMPORANEAMENTE AUTONOMA VIENE MENO LA DISTINZIONE TRA ORGANIZZATORI E PARTECIPANTI, PERCHÉ TUTTI CONTRIBUISCONO ATTIVAMENTE AL BUON FUNZIONAMENTO DELLA SITUAZIONE. L'INTENTO È QUELLO DI DAR VITA AD UN MOMENTO DI RESISTENZA E DI INCONTRO, CAPACE DI MUOVERE VERSO UNA RIVOLUZIONE CHE INIZIA ED HA COME OBIETTIVO LA NOSTRA VITA QUOTIDIANA.

CONTRARIAMENTE A QUANTO SI POTREBBE COMUNEMENTE IMMAGINARE, QUESTE ESPERIENZE NON SONO PRATICHE MODERNE CREATE DA UN PENSIERO POLITICO CONTEMPORANEO, MA TENTATIVI DI SOVVERSIONE VECCHII QUANTO IL POTERE COSTITUITO, CHE HANNO SPESSO TROVATO POCO SPAZIO NEL GRANDE LIBRO DELLA STORIA DEI VINCENTI.

SI POSSONO TUTTAVIA RINTRACCIARE STORICAMENTE MOLTI MOVIMENTI E MOMENTI DI RESISTENZA, FISICA E CULTURALE, CHE ALL'INTERNO DELLA STESSA SOCIETÀ EUROPEA HANNO TENTATO DI RIORGANIZZARE LO SPAZIO IL REALE IN MODO OPPOSTO AL SISTEMA DOMINANTE, REALIZZANDO CONCRETAMENTE UNA RIVOLUZIONE DEI RAPPORTI E DEI COSTUMI.

TRA GLI ESEMPI PIÙ CONOSCIUTI TROVIAMO ALCUNI MOVIMENTI ERETICI MEDIOEVALI, COME QUELLO DOLCINIANO (CHE LA CHIESA CONDANNÒ ALLO STERMINIO, CON UNA APPOSITA CROCIATA PARTECIPATA ANCHE DA TRUPPE REGIE), CARATTERIZZATO DA UNA RADICALE ACCETTAZIONE DEI PRINCIPI DI POVERTÀ CRISTIANI E DA UN TOTALE RIFIUTO DI QUALSIASI AUTORITÀ E GERARCHIA SIA POLITICA CHE SPIRITUALE.

ANCORA PIÙ FAMOSA, ANCHE SE IN CHIAVE ROMANTICO-LETTERARIA, È LA JIHAD PIRATA CHE HA INSAGUINATO IL MEDITERRANEO E L' ATLANTICO PER 6 SECOLI, DI CUI LO STESSO HAKIM BEY PARLA NE "LE REPUBBLICHE DEI PIRATI", CERCANDO DI RICOSTRUIRE STORICAMENTE LE MOTIVAZIONI DI UNA CULTURA SORTA SUL SACCHEGGIO DELLE RICCHEZZE DEI GOVERNI EUROPEI E REALIZZATA DA EUROPEI CHE RINNEGAVANO I PRINCIPI DELLA PROPRIA SOCIETÀ PER CERCARE DI REALIZZARE UNA VITA CHE RITENESSERO DEGNA. PROPRIO DA QUESTO NASCONO LE T.A.Z... PERSONE CHE VOGLIONO VIVERE DEGNAMENTE; SCHIAVI CHE NON ACCETTANO PIÙ DI LAVORARE... COME DIMOSTRA LA STORIA DI QUESTI MOVIMENTI (...E COME PROVIAMO QUOTIDIANAMENTE SULLA NOSTRA PELLACCIA), A QUESTI SOGGETTI È DA SEMPRE RISERVATA LA MASSIMA REPRESSIONE.

LA DIVERSITÀ RADICALE DI QUESTE IDENTITÀ SOCIALI, COSÌ COME IL CAMBIAMENTO CHE SI TENTA DI ATTUARE NON SONO ASSIMILABILI DAL POTERE SENZA FAR CADERE I POTENTI, PER CUI L' UNICA RISPOSTA CHE IL NEMICO PUÒ DARE È LA REPRESSIONE PIÙ BRUTALE ! ! DETTO ALTRIMENTI, NESSUN POTERE POTRÀ MAI ASSECONDARE LE NOSTRE VOLTONTÀ SENZA CESSARE DI ESISTERE E PER QUESTO MOTIVO NESSUN POTERE POTRÀ MAI ACCETTARCI O IGNORARCI. DA CIÒ DERIVA LA TEMPORANEITÀ DELLE ZONE AUTONOME, DOVUTA AL COSTANTE E CONTINUO TENTATIVO DEL POTERE DI REPRIMERLE FISICAMENTE E CULTURALMENTE; IL RAGGIUNGIMENTO DI UNO STATO PERMANENTE DI AUTONOMIA DAL POTERE, NEL CONCRETO, È L' ATTUAMENTO DI UNA RIVOLUZIONE GLOBALE, OBIETTIVO REMOTO ED UTOPICO (CON QUESTO NON SI INTENDE QUINDI DIRE MENO DEGNO, MA SEMPLICEMENTE LONTANISSIMO E MAI DEL TUTTO REALIZZABILE).

DALLA DIFFUSIONE DEL LIBRO T.A.Z. NEGLI ANNI '70, MOLTI HANNO POTUTO GIOVARSI DEL CONFRONTO CON LE RIFLESSIONI DI HAKIM BEY, PER REALIZZARE PRATICHE POLITICHE PIÙ COSCIENTI, CHE VANNO AD AFFIANCARSI ALLE RESISTENZE E ALLE ZONE TEMPORANEMENTE AUTONOME CHE "SPONTANEMENTE" SORGONO COME RISPOSTA NATURALE AD UN SISTEMA INIQUO E AD UNA CULTURA DISUMANIZZATA.

**L'ESEMPIO CHE CI È PIÙ VICINO È PROPRIO QUELLO DEI FREE PARTIES, CHE DAGLI ANNI '90 IN POI SI SONO PROGRESSIVAMENTE FOCALIZZATI SUL MONDO DELLA MUSICA ELETTRONICA UNDERGROUND.**

**È FACILE INTUIRE IL MOTIVO DI QUESTO CRESCENTE INTERESSE PER LA MUSICA ELETTRONICA; BASTI PENSARE CHE LA CULTURA TRAVELLER CHE ORIGINA I PRIMI FREE PARTIES COME WOODSTOCK, PONE PROPRIO COME MOTORE DEL PARTY LA MUSICA ACCOMPAGNATA AD UN'ESPERIENZA PSICHEDELICA. E PROPRIO L'ESPERIENZA PSICHEDELICA SARÀ IL PRINCIPALE MOVENTE VERSO LA MUSICA ELETTRONICA, CHE INDUBBIAMENTE BEN SI PRESTA A TAL FINE.**

**NASCONO QUINDI I TEKNIVAL: T.A.Z. I CUI MOVENTI SONO SPESSO PREVALENTEMENTE LUDICI ED INCENTRATI SU MUSICA ELETTRONICA ED ESPERIENZA PSICHEDELICA.**

**PROPRIO DIETRO QUESTI MOVENTI, APPARENTEMENTE SUPERFICIALI E RISIBILI, SI NASCONDE LA RIFLESSIONE POLITICA E SOCIALE DEI FREE PARTIES.**

**QUESTE T.A.Z., CHE SONO NATE IN UNA SOCIETÀ CONSUMISTA (CHIAMATA DA DEBORD "SOCIETÀ DELLO SPETTACOLO", PER SOTTOLINEARE IL RUOLO FONDAMENTALE DEI MEDIA E DELLA DISTORSIONE DEL REALE NEL SISTEMA PRODUTTIVO), SI BASANO SULLA RICERCA DI UN'ALTERNATIVA AL "TEMPO LIBERO" CONCESSO DAL POTERE.**

**INFATTI UNA VOLTA RAGGIUNTA L'ABBONDANZA DEI BENI SEMPRE PIÙ FACILI DA PRODURRE E MENO COSTOSI, IL SISTEMA HA INIZIATO A VENDERE L'INTANGIBILE, PRIVATIZZANDO E MERCIFICANDO SUONI, IDEE, IMMAGINI, EMOZIONI E NOTIZIE... IL RISULTATO È CHE PAGHIAMO QUANDO ASCOLTIAMO MUSICA, PAGHIAMO PER IMPARARE E PER INFORMARCI, PAGHIAMO PER USCIRE CON GLI ALTRI, PAGHIAMO QUANDO C'È UNA SCOPERTA SCIENTIFICA.**

**UN "TEMPO LIBERO" MERCIFICATO QUINDI, PERCEPIBILE COME UN DISAGIO VISCERALE PER MOLTI, ANCHE SE NON MOLTI NE HANNO UNA COSCIENZA POLITICA.**

**I TEKNIVAL VIVONO QUINDI UNA TENSIONE TRA QUESTI DUE ASPETTI:**

**DA UN LATO LA GRANDE DIFFUSIONE DEI FREE PARTIES SI BASA SU UNA RESISTENZA VISCERALE E INCONSCIA PER LA MAGGIORANZA, CHE NEL PARTY TROVA SFOGO SIA NEL SPERIMENTARE UN SISTEMA SOCIALE DIFFERENTE, SIA NELL'ESPERIENZA PSICHEDELICA, MA SENZA COSCIENZA DEL PERCORSO E DELLE MOTIVAZIONI CHE HANNO CONDOTTO FIN QUI.**

**DALL'ALTRO LATO ESISTONO REALTÀ E MOVIMENTI CHE DA QUESTE RIFLESSIONI HANNO ATTINTO COSCIENTEMENTE NEL TENTATIVO DI COSTRUIRE NUOVE PRASSI POLITICHE CHE PERÒ NECESSITANO DI UNA COSCIENZA PIÙ PROFONDA.**

**COME ANDRÀ A FINIRE?... CHI PUÒ DIRLO?!?  
POSSIAMO SOLO PROVARE, O RESTARE A GUARDARE...**



**BABILONIA** PRENDE LE SUE ASTRAZIONI COME REALTA'; PRECISAMENTE DENTRO I MARGINI DI QUESTO ERRORE LA **TAZ** PUO' VENIRE AD ESISTERE.

**ZONA:** LA "MAPPA" E' UNA GRIGLIA POLITICA ASTRATTA, UN GIGANTESCO IMBROGLIO FATTO RISPETTARE DAL CONDIZIONAMENTO CAROTA\BASTONE DELLO STATO, FINCHE' PER LA MAGGIORANZA, LA MAPPA DIVIENE TERRITORIO, MA PUO' ESSERE SOLO USATA COME SUGGERIMENTO PER RAGGIUNGERE CERTE CARATTERISTICHE, TERRITORIALI, APPUNTO. DENTRO LE COMPLESSITA' FRATTALI DELLA GEOGRAFIA MODERNA, LA MAPPA PUO' VEDERE SOLO I RETICOLI DIMENSIONALI E PERDE VALORE DAVANTI ALLA COMPLESSA REALTA'...

LA **TAZ** E' DA QUALCHE PARTE, GIACE NELL'INTERSEZIONE DI MOLTE FORZE, PER IL MOMENTO CONCENTRATE NELL'EVOLUZIONE DI TEMPORANEI "AUMENTI DI TENSIONE", UN'INSURREZIONE CHE DIVIENE, METAFORICAMENTE, ALL'INTERNO DELLE DIMENSIONI FRATTALI E DELLE SPIRALI INVISIBILI ALLA "CARTOGRAFIA DEL CONTROLLO", È UN INSIEME DI PERSONE E DI EMPATIA, UN TUTT'UNO DI VITE, PENSIERI, AZIONI ED EMOZIONI, CHE NE CREANO L'ATMOSFERA.

**AUTONOMA: DO IT YOURSELF IS FREEDOM!**

"CI MANTENIAMO NELL'ILLEGALITA' PERCHE' SOLO AL DI FUORI DELLA LEGGE ESISTE UNA VITA REALE CHE VALGA LA PENA DI VIVERE. I FREEPARTY SONO FATTI DA GENTE CHE SI COSTRUISCE LA PROPRIA REALTA'".

(REYNOLDS, 1998)

**NELL'IMMAGINARIO COLLETTIVO LA NOTTE S'IDENTIFICA COME UNO SPAZIO FISICO E MENTALE SOTTRAIBILE ALLE CADENZE E ALLE NORME IMPOSTE DEI MODELLI DI ORGANIZZAZIONE SOCIALE, UNO SPAZIO DI LIBERTA' DOVE GLI INDIVIDUI POSSONO TEMPORANEAMENTE SVESTIRSI DEI RUOLI SOCIALI PER INDOSSARE GLI ABITI DELL'EVASIONE O LE MASCHERE DEL GIOCO.**

**(MT TORTI - ABITARE LA NOTTE, 1997)**

**"GLI UOMINI HANNO UN REALE BISOGNO DI TOGLIERSI (TURNER SCRIVE «DI TANTO IN TANTO») LA MASCHERA, IL VELO, GLI ORNAMENTI E LE INSEGNE DEL PROPRIO STATO"**

**(TURNER, 1972)**

**E' NEL GIOCO DEGLI OPPOSTI, IMPLICITO AD OGNI SITUAZIONE DI FREE PARTY, DOVE S'INCONTRANO E SI SCONTRANO LE POSIZIONI: DA UNA PARTE, OGNUNO E' LIBERO DI MOSTRARSÌ QUELLO CHE E', MA DALL'ALTRA E' INVESTITO DA CARATTERISTICHE PECULIARI ALLA TAZ.**

**PER QUESTO E' IMPORTANTE L'AUTORGANIZZAZIONE DELL'EVENTO E NELL'EVENTO, LA TAZ E' L'IDEA DELLA TAZ MESSA IN PRATICA.**

**TEMPORANEA: "PER CAPIRE IL FREE PARTY BISOGNA PERDERSI, ABBANDONARSI AD ESSO".**

**IN QUESTO MODO LA CONCEZIONE TEMPORALE E' SGANCIATA, SOGGETTIVA, NON CONFORME.**

**TEMPORANEA, PERCHE' HA UN INIZIO, UN DURANTE, UNA FINE; UN VIAGGIO, IN CUI IL PIACERE DI SCOPRIRE SI AMALGAMA ALLA GIOIA DI CONDIVIDERE SENZA REGOLE IMPOSTE MA RISPETTANDO SE STESSI, GLI ALTRI E TUTTO CIO' CHE IL FREE PARTY COMPRENDE.**

**"UN RITO DI PASSAGGIO, CHE TENDE A SEPARARE DETERMINATI GRUPPI DI PERSONE DALLA VITA QUOTIDIANA, COLLOCANDOLI IN UNA SORTA DI LIMBO CHE RIMANCA UN MOMENTO DI SOSPENSIONE TRA IL TEMPO E LE ATTIVITA' DEL PRIMA E IL TEMPO E LE ATTIVITA' DEL POI, LA SOGLIA DI UNA PORTA APERTA PER UN MONDO PARALLELO CON IL QUALE RIMANERE IN CONTATTO GIUSTO IL TEMPO DELL'EVENTO, PER POI SCOMPARIRE E RICOMPARIRE IN UN ALTRO TEMPO, UN ALTRO LUOGO...**

**(TRATTO IN PARTE DA VAN GENNEP, RITI DI PASSAGGIO, 1981).**

**WE ARE ALL ON THE SAME FUCKIN' DANCEFLOOR!  
THANKS TO H.B., XSEPHONE, L.G.,L.C. E TUTTI I SOPRACITATI.**

**FREE PARTY  
IS NOT A CRIME**



**SE IL CANE ALLA FESTA TI VUOI PORTARE,  
DI LUI TI DEVI CURARE!**

**OVVERO ARTICOLO RIVOLTO A TUTTI COLORO  
CHE SI PORTANO APPRESSO L'AMICO A QUAT-  
TRO ZAMPE E NON SE NE CURANO**

**QUANTI CANI IN GIRO A ZONZO PER LE FESTE, IN MEZZO A COCCI DI BOTTIGLIA, VOMITO, PISCIO E MERDA DOVE CHI LO ACCOMPAGNA NON SI CURA DI NON FARGLIELI CALPESTARE/ MANGIARE.**

**QUANTI CANI IN GIRO PER LE FESTE, ASSORDATI DALLA MUSICA CHE SPRIGIONA IL SOUND PERCHÉ CHI DOVREBBE ESSERE LA/IL SUA/SUA AMICA/O UMANA/O INVECE DI CURARSI DI LUI, PENSA SOLO A BALLARE AD OLTRANZA DAVANTI AL MURO DI CASSE, DIMENTICANDO CHE LE SUE ORECCHIE SONO MOLTO PIÙ SENSIBILI.**

**QUANTI CANI IN GIRO PER LE FESTE, CON LO SGUARDO SPENTO E LA LINGUA PENZOLONI DALLA SETE PERCHÉ NESSUNO SI È PREOCCUPATO DI CREARGLI UNO SPAZIO CON LA CIOTOLA D'ACQUA.**

**QUANTI CANI IN GIRO PER LE FESTE, SPAVENTATI CHE SI PERDONO E NON RIESCONO PIÙ A RITROVARE CHI HA DECISO CHE IL CANE DOVEVA ANDARE CON LEI/LUI ALLA FESTA, MA UNA VOLTA ARRIVATI A DESTINAZIONE SI SCORDA DEL SUO COMPAGNO DI VIAGGIO**

**QUANTI CANI IN GIRO PER LE FESTE,, MAGARI ANCHE DI 2-3 GIORNI, DOVE NESSUNO LI PORTA NEMMENO A GIOCARE O FARE UNA PASSEGGIATA NEI DINTORNI DELLA T.A.Z (DOVE LA MUSICA NON SI SENTE), MAGARI IN UN PRATO AD INSEGUIRE UN BASTONE.**

**FREE PARTY È SINONIMO DI LIBERTÀ. LA LIBERTÀ DI UN CANE NON È DOVUTA AL SEMPLICE FATTO CHE NON LO SI PORTI AL GUINZAGLIO.**

**SE INSEgni AL TUO AMICO A STARTI VICINO , SARÀ PIÙ FACILE NON PERDERLO DI VISTA ED EVITARE CHE FINISCA IN SITUAZIONI SPIACEVOLI. LUI SARÀ MOLTO PIÙ CONTENTO E SERENO.**

**SE INVECE APPENA ARRIVI ALLA FESTA, LO MOLLI E NON TI PREOCCUPI PIÙ DI LUI, SICURAMENTE NON LO SARÀ MOLTO.**

**RICORDATI SEMPRE CHE HAI DECISO TU DI ANDARE ALLA FESTA E LO HAI DECISO ANCHE PER LUI!**

## RICORDATI DI:

PORTARLO REGOLARMENTE LONTANO DA DOVE SI SVOLGE LA FESTA PER FARGLI FARE UNA PASSEGGIATA E/O FARLO GIOCARE...TI RINGRAZIERÀ!

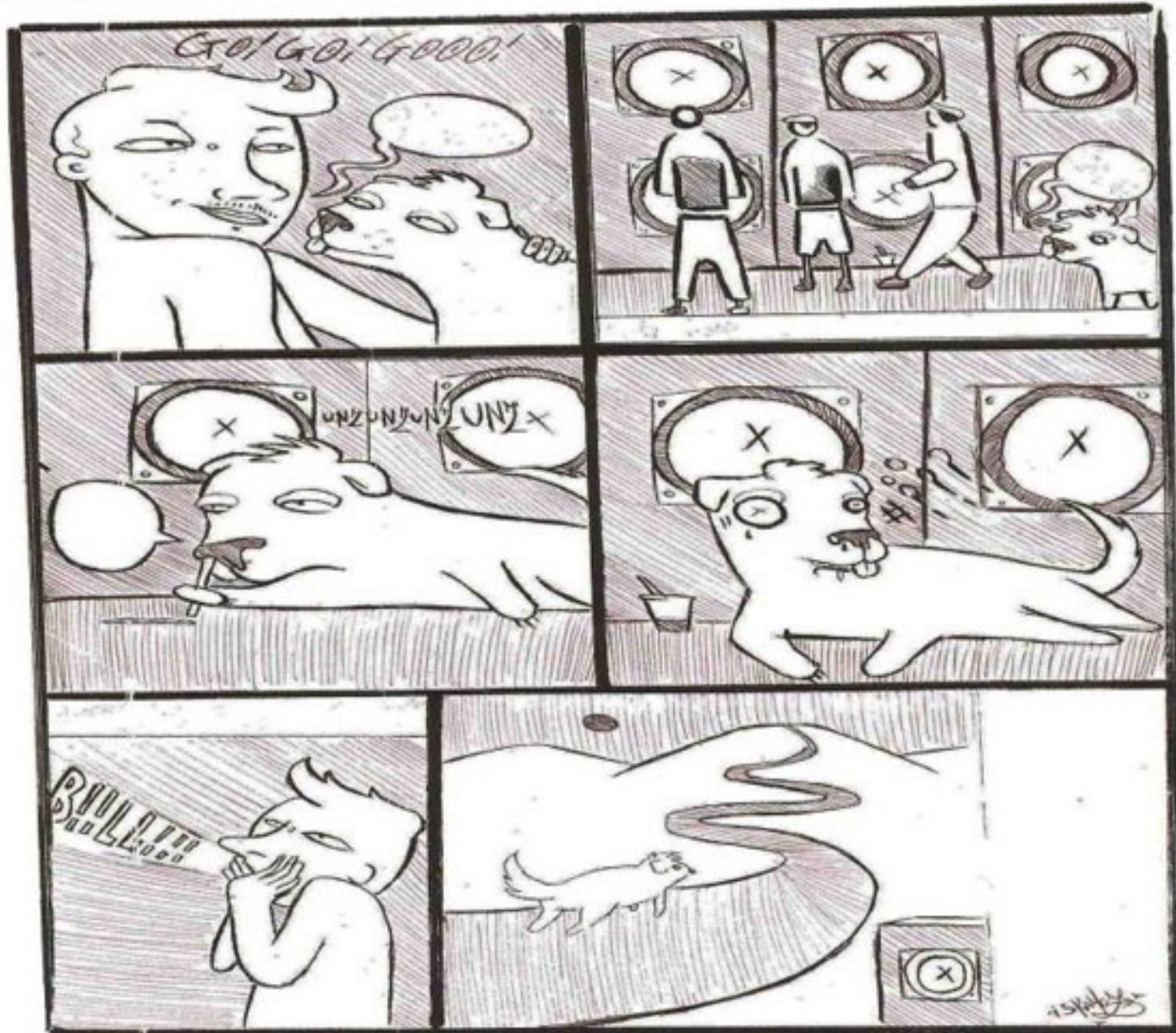
NON LASCIARLO TUTTO IL TEMPO DA SOLO IN AUTO/CAMPER...COME TI SENTIRESTI SE PER DELLE ORE STESSI RINCHIUSO IN UNA SCATOLA CON TUTTO IL CASINO DI FUORI SENZA BENE CAPIRE DOVE TI TROVI?

DARGLI DA BERE REGOLARMENTE...

NON STARE TUTTO IL TEMPO SOLO ED ESCLUSIVAMENTE A BALLARE LASCIANDOLO IN GIRO E NON VEDENDO COSA GLI CAPITA (POTREBBE MANGIARE SOSTANZE NOCIVE, TAGLIARSI, FARSI MALE, O PEGGIO ANCORA ESSERE INVESTITO)...

TROPPI SBATTIMENTI? ALLORA FORSE È MEGLIO CHE LO LASCI A QUALCUNO DI FIDATO... O FORSE È IL CASO CHE CERCHI QUALCUNO CHE POSSA OCCUPARSENE DAVVERO!

# ...E SE IL CANE...





# LADRI NELLA TAZ?



**PER VOI CI SONO LE MAZZ...**

**RIFIUTA LA CULTURA DEI RIFIUTI!**

UNO DEI PRINCIPALI PROBLEMI CHE DA SEMPRE VENGONO IMPUTATI AI FREE PARTIES SONO IL DEGRADO E LA SPORCIZIA CHE RIMANGONO DOPO UNA LUNGA FESTA CON MIGLIAIA DI PERSONE. NON SERVE CERTO UN GENIO PER INTUIRE CHE L'IMMONDIZIA DA FASTIDIO A CHI VERRA DOPO DI NOI IN QUEL POSTO, ALIMENTANDO LA DEMONIZZAZIONE DI QUELLI CHE I GIORNALISTI AMANO CHIAMARE RAVE PARTIES.

MA TENERE PULITO NON È SOLO UNA QUESTIONE DI IMMAGINE, È INANZITUTTO UNA QUESTIONE DI COERENZA.

NON SOLO PERCHÈ AUTOGESTIONE SIGNIFICA PARTECIPAZIONE, CHE SI MANIFESTA ANCHE NELLA PULIZIA E NEL MANTENIMENTO DEL LUOGO, MA ANCHE PERCHÈ IL RIFIUTO È IL SIMBOLO STESSO DELLA SOCIETÀ CHE VOGLIAMO CAMBIARE.

I CUMULI IMMENSI DI RIFIUTI CHE CHIAMIAMO DISCARICHE, NON SONO CHE UNO DEI SIMBOLI PIÙ EVIDENTI DELLE CONSEGUENZE DELLA NOSTRA ECONOMIA CONSUMISTA FATTA DI PRODOTTI INDUSTRIALI A LUNGA CONSERVAZIONE E CON SEMPRE PIÙ INCARTAGGI INUTILI.



**E' LA CULTURA CONSUMISTA CHE CI HA INSEGNATO CHE UN OGGETTO ROTTO NON SI AGGIUSTA, SI BUTTA;  
È QUESTA STESSA CULTURA CHE RENDE UN BICCHIERE DI PLASTICA UN RIFIUTO DOPO CHE CI HAI BEVUTO UNA VOLTA.  
PER ESSERE COERENTE E CONTRIBUIRE AD UN CLIMA DI AUTOGESTIONE:**

- 1) AIUTA A TENERE IL POSTO PULITO, POSSIBILMENTE FAI LA RACCOLTA DIFFERENZIATA.**
- 2) CERCA DI PRODURRE MENO RIFIUTI POSSIBILI.**
- 3) USA LA FANTASIA! UN RIFIUTO È TALE SOLO PERCHÈ LO CHIAMI COSÌ... CON UN PO' DI IMMAGINAZIONE POTREBBE DIVENTARE QUALCOSA DI UTILE O UN OPERA' ARTISTICA.**



## **ANTINOCIVITÀ E ANTIPROIBIZIONISMO**

QUANDO UN ANTIPROIBIZIONISTA, O ANCHE SOLO UN FUMATORE, SI INTERESSA DI PROBLEMI AMBIENTALI, DI INQUINAMENTO E SALUTE, PER MOLTI È RIDICOLO CHE CHI HA ABITUDINI CHE POSSONO ESSERE NOCIVE ALLA SUA SALUTE SI INTERESSI DI TALI PROBLEMATICHE.

ANTINOCIVITÀ E ANTIPROIBIZIONISMO INVECE NON SONO OPPOSTI.

ESSERE ANTINOCVI SIGNIFICA INTERESSARSI ATTIVAMENTE A TUTTE QUELLE DINAMICHE POLITICO-ECONOMICHE CHE CREANO PROFITTO SU AMBIENTE E SALUTE, OPPONENDOSI A COLORO CHE SPECULANO SULLE NOCIVITÀ AMBIENTALI, IN UN AMBITO PUBBLICO DI GESTIONE DI TERRITORIO E RISORSE VITALI.

QUESTO NON CONTRADDICE IN NESSUN MODO IL PRINCIPIO ANTIPROIBIZIONISTA DI LIBERA SCELTA PERSONALE, RIGUARDO PRATICHE CHE RIGUARDANO LA VITA PRIVATA E PERSONALE DI UN INDIVIDUO.

L' ELEMENTO COMUNE AD ENTRAMBE LE PRATICHE E' L' OPPOSIZIONE AD UN SISTEMA CHE LIMITA O DANNEGGIA, A BENEFICIO DI QUALCUNO, LE NOSTRE VITE.

**IN FONDO È QUESTO CHE ACCOMUNA TUTTE LE VERE LOTTE:  
RECLAMARE LE PROPRIE VITE**



CHE LA RETE SIA INTERCETTATA ED I DATI DI CHI LA FREQUENTA SIANO SISTEMATICAMENTE RACCOLTI E MEMORIZZATI E' COSA ORMAI NOTA, ANCHE SE TALVOLTA NON VIENE CONSIDERATO UN PROBLEMA A TUTTI GLI EFFETTI; PROVATE AD ESPLORARE INTERNET TRAMITE I PIU' FAMOSI MOTORI DI RICERCA, BROWSER E SISTEMI OPERATIVI,POI, MALIZIOSI, DOMANDATEVI **PERCHE'** VISITANDO ALTRE PAGINE, COMPARIRANNO BANNER PUBBLICITARI INERENTI A CIO' CUI AVETE DIMOSTRATO "POTENZIALE INTERESSE"

**...E I SOCIAL NETWORK NON SONO DA MENO!**

CERTO DA UNA PARTE SI POSSONO IGNORARE,MA DALL'ALTRA SI E' COMUNQUE INNESCATO UN GIRO DI INFORMAZIONI CONTROLLABILI E RIVENDIBILI. QUESTO SI CHIAMA **PROFILAZIONE SOCIALE**, O, PIU' SEMPLICEMENTE, **TECNOCONTROLLO!**

I DATI NON SPARISCONO MA SI ACCUMULANO, ED I DATABASE SI INGRANDISCONO E DIVENTANO SEMPRE PIU' PERICOLOSI PER LA TUTELA INDIVIDUALE. IL TECNOCONTROLLO PUO' ESSERE UTILIZZATO DOPO ANNI, AL MOMENTO DEL BISOGNO, IN MANIERA E PER FINI OGGI PREVEDIBILI SOLO IN PARTE. PUO'QUINDI ESSERE IMPERCETTIBILE E NASCOSTO E PER QUESTO PIU' INVASIVO E PERICOLOSO,UN TASSELLO DI CIO' CHE SI INSINUA SUBDOLO TRAMITE LA MERCIFICAZIONE DEL POSSIBILE, LE IMPOSIZIONI: MANOVRE DI MULTINAZIONALI, POLITICANTI, BANCHE, SBIRRI, MASS MEDIA E CHI VUOLE NE AGGIUNGA, ATTI DIREZIONATI A MANOVRARE E SORVEGLIARE. **E'** DA UN PO' CHE GLI ORGANI STATALI STANNO CONFIGURANDO L'APPARATO TECNICO-LEGALE DI UNO STATO DI POLIZIA, IN CUI IL CONTROLLO SOCIALE POTREBBE ESSERE ATTUATO IN MANIERA ONNICOMPRESIVA E POTENZIALMENTE INFALLIBILE. QUASI NESSUNO PERCEPISCE LA FONDAMENTALE DIFFERENZA DEL TECNOCONTROLLO SOCIALE RISPETTO AI METODI TOTALITARI DI CONTROLLO SOCIALE ATTUATI NEL TEMPO.

## IN PASSATO,

LA DDR (GERMANIA DELL'EST), CENTRO NEVRALGICO DELLA GUERRA FREDDA (1947-1953), COMPRENDEVA LA PIU' VASTA STRUTTURA DI CONTROLLO SOCIALE POLIZIESCO ATTUATO TRAMITE RACCOLTA DI INFORMAZIONI PERSONALI, SIA MANUALE CHE CON I MEZZI TECNOLOGICI DELL'EPOCA: LA GENTE SPARIVA MA ALLA POLIZIA SEGRETA SI POTEVA SFUGGIRE.

QUESTO CONTROLLO SOCIALE "STILE STASI" E' PARZIALE ED IMPERFETTO, E SI DEVE QUINDI RICORRERE ALLA PAURA PER AMPLIFICARNE L'EFFETTO ED ESTENDERLO ALLA MAGGIOR PARTE DELLA POPOLAZIONE.

IL TECNOCONTROLLO SOCIALE, AD OGGI, E' MOLTO PIU' PERICOLOSO.

POTENDO ESSERE ESERCITATO, IN MANIERA SEMPLICE, AUTOMATICA E SOPRATTUTTO ECONOMICA, SULLA TOTALITA' DELLA POPOLAZIONE (NON SOLO IN INTERNET, MA ANCHE TRAMITE TELEFONINI) NON RICHIEDE LA PAURA COME MEZZO DI AMPLIFICAZIONE DEI SUOI EFFETTI.

'CHI CONTROLLA INTERNET E I MEZZI DI COMUNICAZIONE HA IL CONTROLLO SUI DATI E CHI CONTROLLA I DATI POTREBBE CONTROLLARE IL FUTURO.' CIT.

FRONTEGGIARE QUESTA TENDENZA E' POSSIBILE!

OLTRE ALLE VARIE ACCORTEZZE CHE SI POSSONO ATTUARE ATTRAVERSO LA CORRETTA CONFIGURAZIONE DI BROWSER, PROFILI INTERNET E INDIRIZZI MAIL, ALCUNI MEDIATTIVISTI HANNO CREATO DELLE RETI TRAMITE LE QUALI DISPORRE DI SERVIZI INTERNET ANONIMI, AUTOGESTITI, SENZA SCOPI COMMERCIALI E OFFRONO ACCESSIBILITA' E VISIBILITA' IN INTERNET A REALTA' ALTERNATIVE.



# CYBER RIGHTS

DEFENDING FREE SPEECH  
IN THE DIGITAL AGE

**VISITA: TRACCIABILI.LI**

**"LE FOTOGRAFIE SI FANNO CON LA TESTA, NON CON LE FACCE"**

**facebook.**

**FUCK**

SAI CHE DALLE FOTOGRAFIE SU FACEBOOK POSSONO RISALIRE IN MANIERA  
COMODA ED AUTOMATIZZATA A FACCE E TARGHE PER INDIVIDUARE  
I PARTECIPANTI AD UN FREE PARTY?!?

## THE CIA

**They realised they didn't need to spy on you: given the means, you were going to tell them everything yourself.**

UNA DENUNCIA PER OCCUPAZIONE PUÒ COMPORTARE MULTE, PROVVEDIMENTI RESTRITTIVI E TANTE ALTRE GRANE CHE NON VALGONO CERTO LA POSSIBILITÀ DI FAR VEDERE A TUTTI GLI AMICI QUANTO ERA BELLA LA FESTA A CUI SEI ANDATO...

...MA SE PROPRIO NON RIESCI A FARE A MENO DI METTERE LE FOTO SU FAKEBOOK, ALMENO **USA LA TESTA E NON METTERCI LA FACCIA!!!**

CON PHOTOSHOP E SIMILI È FACILE... BASTA CHE OSCURI FACCE E TARGHE. E SIAMO TUTTI PIÙ TRANQUILLI!!! ;)

TI È PIACIUTO IL CONSIGLIO?! NE ABBIAMO UN ALTRO FAVOLOSO...

SMARTPHONE E FOTOCAMERE NON SONO FATTE SOLO PER FOTOGRAFARE I TUOI MOMENTI DI GIOIA, POSSONO TESTIMONIARE ANCHE MOMENTI BRUTTI E DI TENSIONE... E SPESSO IN QUESTI CASI SONO ANCHE PIÙ UTILI!!

FACCIAMO UN ESEMPIO:

METTI CHE HAI APPENA FINITO DI MANGIARE UN KIWI E NEL PIENO DELLA BOTTA DELLE VITAMINE, MENTRE SEI LI CHE TE LA GODI SOTTO CASSA.....UOAUOAUOA..... BRUTTO RUMORE!!.... ECCO CHE ARRIVANO UN SACCO DI OMINI IN DIVISA MOLTO SIMILI AI PLAY MOBILS...ECCO COSA FARE:

MENTRE LA SITUAZIONE È ANCORA TRANQUILLA ANDIAMO A BALLARE DAVANTI AGLI SBIRRI, CON LE MANI BELLE IN ARIA... E DIETRO TUTTI QUELLI CON SMARTPHONE E FOTOCAMERE A RIPRENDERE OGNI LORO MOSSA.

DI SOLITO QUESTO FA IN MODO CHE I NOSTRI "AMICI" COL MANGANELLO STIANO PIÙ ATTENTI A NON FRACASSARCI IL CRANIO....

...MA SE NON DOVESSE BASTARE?!VABBÈ, ALLORA SASSATE COME SEMPRE...

P.S: HAI VISTO CHE BEI CONSIGLI?!? E SONO PURE AGGRATIS!!

BEH... VISTO CHE TE LI ABBIAMO DATI OMAGGIO, LI PUOI DARE ANCHE TU GRATIS AL TUO AMICO CON L' IPHONE (NON SERVE SCARICARE NESSUNA APP)

# BUTTA GIÙ TUTTO, TANTO CHE TI FREGA!

NELL'UNIVERSO FARMACEUTICO, L'ERA DELLA GLOBALIZZAZIONE VA A BRACCETTO CON IL PROGRESSO TECNOLOGICO.

LA PUBBLICITÀ E LA SCORRETTA INFORMAZIONE CI INVOGLIANO A FIDARCI DELLE GRANDI INDUSTRIE FARMACEUTICHE E DEI LORO INFIMI PRODOTTI PER LA CURA, COSÌ DICONO, DELLA SALUTE.

IN QUALSIASI PUBBLICITÀ VEDIAMO CHE PER UN SEMPLICE MAL DI PANCIA CI PROPINANO UNO "SCIROPPINO", PER IL MAL DI TESTA UNA PILLOLINA, FLACONI, SUPPOSTE, CAPSULE PER STAR MEGLIO ... E CHI PIÙ NE HA PIÙ NE METTA!

QUESTI "MAGNIFICI RIMEDI" DANNO L'ILLUSIONE DI CURARE IL DISTURBO CHE ABBIAMO, IN REALTÀ CI ILLUDONO TEMPORANEAMENTE DI AVER RISOLTO IL PROBLEMA. E LE CONTROINDICAZIONI?! QUELLE NON LE TENIAMO NEMMENO IN CONSIDERAZIONE PERCHÉ CI HANNO ABBINDOLATO CON L'IDEA CHE CIÒ CHE È FARMACO SIA MIRACOLOSO E GUARITORE. SE ANDIAMO A LEGGERE ATTENTAMENTE IL FOGLIETTO ILLUSTRATIVO CI ACCORGIAMO CHE UN MEDICINALE FATTO PER CURARE UN CERTO TIPO DI DISTURBO PUÒ PROCURARCI MINIMO ALTRI 10, DI CUI ALCUNI ANCHE GRAVI. IN QUESTO MODO AVREMO BISOGNO DI UN ALTRO FARMACO CHE CURI IL NUOVO DISTURBO ARRECATO DAL FARMACO PRECEDENTE. QUESTO È UN MECCANISMO STUDIATO PER FAR GUADAGNARE LE CASE FARMACEUTICHE, CHE, SPECULANDO SULL'ASSUNZIONE MASSICCIA DI MEDICINALI DA LORO PRODOTTI, SONO MOLTO INTERESSATE ALLA QUANTITÀ DI FARMACI CHE ASSUMIAMO.

LE CASE FARMACEUTICHE NON SONO INTERESSATE A CURARE I DISTURBI, ANZI MOLTO SPESSO QUESTI VENGONO CAUSATI PROPRIO DA LORO.

E' GIUSTO CHE SI SAPPIA CHE L'ABUSO DI QUALSIASI MEDICINALE, GENERICO (ASPIRINA, AULIN, BUSCOPAN, FLUIMUCIL, FLUIBRON, EFFERALGAN) O COMPLESSO (TRA CUI GLI PSICOFARMACI), COMPORTA SEMPRE DEGLI EFFETTI COLLATERALI A BREVE, MEDIO E LUNGO TERMINE. DEI NUOVI FARMACI IMMESI SUL MERCATO, È POSSIBILE STIMARE GLI EFFETTI A BREVE TERMINE MA È PRATICAMENTE IMPOSSIBILE STUDIARNE GLI EFFETTI A LUNGO TERMINE E AD ASSUNZIONE CRONICA. ESEMPIO ECLATANTE A RIGUARDO È PROPRIO L'AULIN CHE DOPO ANNI E ANNI DI USO CONCITATO SI È SCOPERTO ALTAMENTE TOSSICO PER LO STOMACO E SOGGETTO A INTERAZIONI CON ALTRI FARMACI (COME PER ESEMPIO LA TACHIPIRINA).

SE I MEDICINALI RISOLVESSERO TUTTI I DISTURBI SENZA ARRECARCI ALTRI, NESSUNO NE USEREBBE PIÙ COSÌ TANTI E QUINDI LE CASE FARMACEUTICHE GUADAGNEREBBERO MOLTO MENO... QUESTO NON CONVIENE, PER OVVIE RAGIONI!

**NON SI PARLA MAI NEMMENO DI INTERAZIONE TRA FARMACI, CIBI, DROGHE ED ALCOL, O MEGLIO, IN PARTE È TUTTO SPIEGATO NEL FOGLIETTO ILLUSTRATIVO, IL QUALE PERÒ CI INDUCONO A NON LEGGERE O A LEGGERE DI SFUGGITA, GRAZIE AI MESSAGGI PUBBLICITARI LEGGERI E FRIVOLI.**

**UN'ALTRA PICCOLA PARENTESI SULLA "VITA" DI UN FARMACO RIGUARDA LA SUA SPERIMENTAZIONE. TUTTI I FARMACI, PRIMA DI ESSERE APPROVATI DAL MINISTERO DELLA SALUTE, DEVONO SUPERARE UN ITER DI RICERCA PRE-CLINICA SU CELLULE, ORGANI E ANIMALI; SOLO IN SEGUITO LA SPERIMENTAZIONE CLINICA COINVOLGE VOLONTARI UMANI.**

**GLI ESPERIMENTI CONDOTTI SU ANIMALI SONO ATROCI E COMPORTANO NELLA MAGGIOR PARTE DEI CASI LA MORTE DELLO STESSO; SONO PREDILETTI TOPI (69%), RATTI, CAVIE E CONIGLI (28%), CANI (0,3%), GATTI (0,2%) E ALTRI ANIMALI DI PICCOLA TAGLIA. OGNI FARMACO, PER ESSERE IMMESSO SUL MERCATO, DEVE PASSARE ATTRAVERSO LA SPERIMENTAZIONE ANIMALE. GLI ESPERIMENTI SONO TRA I PIÙ DISPARATI, INFATTI, IL TEST CAMBIA IN MERITO AL FARMACO CHE SI VUOLE TESTARE: GLI ANIMALI SONO PUNZECCHIATI, RASATI, SOTTOPOSTI A SCOSSE ELETTRICHE, RAGGI UV, BRUCIATURE, ASTINENZA DA ACQUA O CIBO, INIEZIONI DI LIQUIDI IRRITANTI, IMPIANTI SOTTOCUTANEI ECC.**

**"NON È SOLO SCANDALOSO, MA ANCHE TRAGICO, CHE SI PERMETTA ALL'INDUSTRIA FARMACEUTICA DI INONDARE IL MERCATO DEI SUOI PRODOTTI DANNOSI E LUCRATIVI COL PRETESTO CHE LA LORO UTILITÀ E SICUREZZA SIANO STATE ESAURIENTEMENTE SPERIMENTATE SUGLI ANIMALI, E CHE PROPRIO LE AUTORITÀ SANITARIE, CIOÈ LO STATO, SOTTOSCRIVANO QUESTO INGANNO, CHE ALTRO NON È CHE UNA TRUFFA LEGALIZZATA A SCOPO DI LUCRO. INFATTI, ENTRAMBE LE PARTI SANNO PER ESPERIENZA DIRETTA CHE LE PROVE SUGLI ANIMALI NON GARANTISCONO NULLA, POICHÉ SONO FALLACI E HANNO SOLO FUNZIONE DI ALIBI, DI ASSICURAZIONE PER IL GIORNO IN CUI NON SARÀ PIÙ POSSIBILE IGNORARE I DISASTROSI EFFETTI COLLATERALI DI UNO DI TALI FARMACI. SI POTRÀ ALLORA DIRE CHE TUTTI GLI ESPERIMENTI RICHIESTI SONO STATI COMPIUTI, A NORMA DI LEGGE. PERÒ SI TACE CHE QUELLE LEGGI LE HANNO FORMULATE I FABBRICANTI STESSI: IN MATERIA MEDICA, AL LEGISLATORE NON RESTA CHE SOTTOSTARE ALLE INDICAZIONI DEI SEDICENTI ESPERTI. E CHI SONO QUESTI ESPERTI? PORTAVOCI DEL CARTELLO CHIMICO-MEDICO I CUI LEGAMI CON LE AUTORITÀ SANITARIE SONO COSÌ STRETTI CHE DI SOLITO SI ACCAVALLANO. QUINDI SONO LORO STESSI, E NESSUN ALTRO, QUEL MISTERIOSO E ONNIPOTENTE ORGANISMO DEFINITO ANONIMAMENTE COME IL LEGISLATORE, CHE EMANA PROVVEDIMENTI VINCOLANTI."**

## **E' GIUNTO IL MOMENTO DI RIFLETTERE RIGUARDO AL MODO DI CURARSI E PRENDERSI CURA DI SÉ!**

**E' NECESSARIO ASCOLTARE IL PROPRIO CORPO E SMETTERLA DI PENSARE CHE UN FARMACO UTILIZZATO PER UN DISTURBO SPECIFICO POSSA REALMENTE FARCI STARE BENE E NON PROVOCHI EFFETTI COLLATERALI (RENI, FEGATO E SNC SONO GLI ORGANI PIÙ COLPITI).**

**E' CHIARO CHE I RIMEDI NATURALI NON POSSONO SOSTITUIRE COMPLETAMENTE I FARMACI MA IN ALCUNI CASI NE EVITANO UN ABUSO, SOPRATTUTTO PER QUEI PROBLEMI I CUI RIMEDI POSSONO ESSERE MOLTO SEMPLICI.**

**TUTTO PARTE DALL'ALIMENTAZIONE! SE CORRETTA, PERMETTE AL CORPO DI SVOLGERE LE PROPRIE FUNZIONI BIOLOGICHE IN MANIERA NATURALE, ESSENDO QUEST'ULTIMO, UNA MACCHINA PERFETTA CHE FUNZIONA CON DEL VERO E PROPRIO "CARBURANTE"; IN ALTRE PAROLE: CARBOIDRATI, GRASSI, PROTEINE, VITAMINE, ACQUA, ELEMENTI ESSENZIALI ECC.**

**ALCUNE PIANTE CONTENGONO DEI PRINCIPI ATTIVI CHE POSSONO AIUTARE QUESTA MACCHINA PERFETTA CHE È IL CORPO UMANO A COADIUVARE IL SUO NORMALE PROCESSO VITALE.**

**ESISTONO ALCUNI DISTURBI "FASTIDIOSI" COME MAL DI PANCIA, MAL DI STOMACO, STIPSI, INSONNIA, MAL DI TESTA, PRESSIONE BASSA, STANCHEZZA.. FACILMENTE CURABILI CON ALCUNI RIMEDI TRADIZIONALI ESTREMAMENTE SEMPLICI (È OPPORTUNO SPECIFICARE CHE I RIMEDI SONO ATTI A SODDISFARE MALFUNZIONAMENTI DI LIEVE ENTITÀ, SE IL SINTOMO PERSISTE CONSULTARE UN MEDICO DI FIDUCIA).**

**ESISTONO SVARIATI MODI PER PREPARARE E SOMMINISTRARE I PRODOTTI ERBORISTICI: DECOTTI, INFUSI, TINTURE, OLI ESSENZIALI, SCIROPPI...**

**ECCONE QUALCHE ESEMPIO:**

**INFUSI: QUANDO L'ACQUA BOLLE METTERE LA DROGA SECCA E LASCIARE RIPOSARE ALMENO 5/10 MINUTI (1 PARTE DI DROGA 100 DI ACQUA).**

**OLEOLITI: METTERE A MACERARE LA DROGA SECCA IN OLIO.**

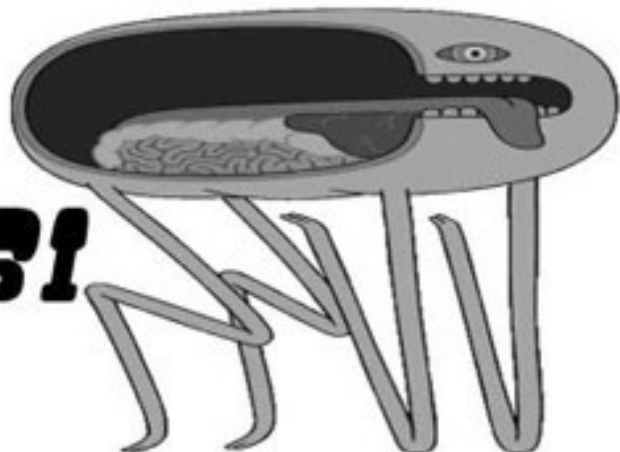
**SCIROPPI: 350 PARTI DI ZUCCHERO E 650 DI ACQUA.**

**NB E' MEGLIO NON MISCHIARE PIÙ DI DUE O TRE PIANTE PER OGNI INFUSO AL FINE DI EVITARE L'INTERSECARSI DI TROPPI PRINCIPI ATTIVI!**





# **INFUSI**



**RAFFREDDORI. COSTIPAZIONE INIZIO DI BRONCHITE**

**ALTEA ( CATARRI BRONCHIALI ) ,  
TIMO ( BRONCODILATATORE ) ,  
MENTA,  
LIQUIRIZIA ( ANTITUSSIVO ) ,  
MALVA ( BECHICHE, EMOLLIENTI ) ,  
EUCALIPTO ( ESPETTORANTE ) ,  
SANTOREGGIA ( MAL DI GOLA ) .**

## **INSONNIA. ANSIA**

**MELISSA ( CALMA L' EMICRANIA, SEDATIVO, CONTRO LA GASTRITE ) ,  
VALERIANA ( SEDATIVO ) ,  
CAMOMILLA ( BLANDO CALMANTE ) ,  
PASSIFLORA ( SEDATIVO, ANSIOLITICHE, CONTRO TACHICARDIA, ISTERII  
SMO E INSONNIA ) ,  
ESCOLZIA CALIFORNICA ( RILASSANTE, ANTIDOLORIFICO )**

## **DIGESTIVI**

**ANICE ( PIMPINELLA ANISUM, CONTRO LA TOSSE AIUTA ANCHE LA DIGESTIONE E RILASSA LA MUSCOLATURA INTESTINALE ) ,  
FINOCCHIO ( DIURETICO E DIGESTIVO ) ,  
ANGELICA ARCANGELICA ( TONICO, STIMOLA LA DIGESTIONE )**

## **LASSATIVI**

**MANNA ( NO PER INFUSO, SU UNO ZUCCHERINO ) ,  
SEMI DI LINO ( 2 CUCCHIAI DI SEMI IN UN BICCHIERE D' ACQUA, LASCIA RIPOSARE UNA NOTTE E POI È PRONTO DA BERE ) ,  
MALVA ( EMOLLIENTE, CONTRO IL CATARRO E LASSATIVA ) .**

## FEGATO

**SEMI DI CARDO MARIANO** (SYBILUM MARIANUM).

I SEMI E LA PIANTA POSSONO ESSERE UTILIZZATI PER PROTEGGERE IL FEGATO DA UN CONSUMO ECCESSIVO DI ALCOOL E NARCOTICI. SI USA PER LA DISINTOSSICAZIONE DEL FEGATO DA ALCOOL, DROGHE, CATTIVA ALIMENTAZIONE, EPATITE E CIRROSI. PER PREPARARE UN INFUSO VERSARE 150 ML D' ACQUA BOLLENTE SU 2 CUCCHIAINI DI SEMI DI CARDO MARIANO TRITATI, LASCIARE RIPOSARE UN QUARTO D' ORA E POI FILTRARE. BERNE UNA TAZZA 3 VOLTE AL GIORNO, MEZZ' ORA PRIMA DEI PASTI, PER UN PERIODO DI 3 SETTIMANE.

## GASTRITI

**LIQUIRIZIA** (ANTITUSSIVA, AIUTA A GUARIRE DALLE ULCERE).

### **STANCHEZZA, AFFATICAMENTO, POCA ENERGIA, PRESSIONE BASSA**

**PANAX GINSENG** (MIGLIORA LA CIRCOLAZIONE, POTENZIA LA MEMORIA, RIDUCE LO STRESS E LA FATICA),  
**GUARANÀ** (PAULLINIA CUPANA, TONICO STIMOLANTE), **NOCE DI COLA**.

## ARTRITI E REUMATISMI

**ARTIGLIO DEL DIAVOLO** (ANTINFIAMMATORIO, UTILE IN CASO DI DOLORI ALLA SCHIENA E CONTUSIONI MA CONTROINDICATO IN CASO DI GASTRITI).

## DOLORI MESTRUALI E CISTITI

**BETULLA** (DRENANTE, DIURETICA, ANTINFIAMMATORIO DELLE VIE URINARIE)

**UVA URSINA** (ANTINFIAMMATORIO, CALMANTE, ANTIMICOTICO).

### SCIROPPO DI RAPA

IN GENERE UNO SCIROPPO SI PREPARA MESCOLANDO 3,5 PARTI DI ZUCCHERO E 6,5 DI ACQUA. PER PREPARARE UNO SCIROPPO IN CASA È NECESSARIO PRENDERE DELLE RAPE, TAGLIARLE FINEMENTE E METTERLE IN UNA CIOTOLA, COSPARGERE LE RAPE CON ABBONDANTE ZUCCHERO (3,4 CUCCHIAI) E LASCIARE RIPOSARE UNA NOTTE. IL GIORNO SEGUENTE SI SARÀ FORMATO UNO SCIROPPO. E' UTILE PER CURARE LA TOSSE "GRASSA" (CON ESPETTORATO). BERNE UN PAIO DI CUCCHIAI IL MATTINO E LA SERA.

### OLEOLITO DI IPERICO

L'IPERICO È UNA PIANTA CHE CRESCE OVUNQUE ANCHE AI MARGINI DELLE STRADE. È RACCOLTA IN ESTATE DA GIUGNO AD AGOSTO SECONDO LE ZONE.

L'OLEOLITO DI IPERICO È MOLTO UTILE CONTRO SCOTTATURE, USTIONI E ERITEMI SOLARI, ECCELLENTE LENITIVO DOPO SOLE.

LA RICETTA DELL'OLIO DI IPERICO È MOLTO SEMPLICE E PREVEDE SOLO DUE INGREDIENTI: I FIORI FRESCHI DI IPERICO E OLIO DI GIRASOLE DI OLIVA O MANDORLE VANNO BENE TUTTI. DOPO AVER RACCOLTO LE CIME FIORITE DELLA PIANTA, BISOGNA LAVARLE E ASCIUGARLE CON UN PANNO PULITO. ASSICURASI CHE SIANO BEN ASCIUTTE (MAGARI LASCIANDOLE UN POCO AL SOLE) E POI METTERLE IN CONTENITORI DI VETRO RICOPRENDOLE COMPLETAMENTE DI OLIO. QUESTE BOTTIGLIE VANNO LASCIATE ALL'APERTO, SOTTO IL SOLE E DI TANTO IN TANTO SCOSSE PER RIMESCOLARNE IL CONTENUTO. L'OLIO INIZIERÀ A TINGERSI DI ROSSO, A QUESTO PUNTO BISOGNA ASPETTARE TRE SETTIMANE, FILTRARE E IMBOTTIGLIARE IN BOTTIGLIETTE. PER LE PREPARAZIONI DI TIPO ERBORISTICO È BUONA NORMA TENERLE IN UN CONTENITORE CHIUSO, POSSIBILMENTE SCURO E NON TROPPO CALDO QUESTO PER EVITARE LA DEGRADAZIONE DEI PRINCIPI ATTIVI.

**I FREE PARTY SONO DELLE ZONE AUTONOME TEMPORANEE  
(DETTE T.A.Z.)**

**...DURANTE UNA T.A.Z SEI LIBERO/A DI...**

**...ESPRIMERTI SUONANDO, BALLANDO, WRITANDO, CAZZEGGIANDO....**

**...AUTOFINANZIARTI CON UN BANCHETTO DI AUTOPRODUZIONI.**

**...CONOSCERE CIÈ CHE TI CIRCONDA E CREARE UN AMBIENTE CHE TI FACCIA SENTIRE A TUO AGIO.**

**...USCIRE DAGLI SCHEMI DEFINITI DALLA SOCIETÀ E ROMPERE CON LA QUOTIDIANITA' .**

**IN CONCLUSIONE SEI LIBERO/A DI ESSERE TE STESSO/A SENZA ALCUN PREGIUDIZIO. PUOI FARE QUELLO CHE TI PARE, CON UN MINIMO DI RISPETTO PER QUELLO CHE TI CIRCONDA.**

**PER REALIZZARE TUTTO QUESTO NON C'È BISOGNO DI PAGARE O DI ESSERE PAGATI.**

**LE T.A.Z SONO DELLE ZONE AUTONOME TEMPORANEE, OVVERO DELLE ZONE IN CUI IN UN DETERMINATO LUOGO ED IN UN DETERMINATO LASSO DI TEMPO CI SI VUOLE AUTORGANIZZARE AL DI FUORI DELLE LOGICHE IMPOSTE DALLA SOCIETÀ CHE CI CIRCONDA.**

**TUTTO CIÒ CHE HA A CHE FARE CON BUSINESS, SFRUTTAMENTO, RAZZISMO, SESSISMO, SPECISMO.... NON RIENTRA NELLO SPIRITO DELLA T.A.Z.**

**CHIARAMENTE TUTTO CIÒ NON È FINE A SE' STESSO SE VIENE APPLICATO NELLA VITA DI TUTTI I GIORNI E NON SOLO DURANTE LA T.A.Z.**

# TEKALOGUE

- 1 respect the nature
- 2 respect yourself
- 3 respect the others
- 4 if u don't want to leave your dog at home take care of him
- 5 smart parking
- 6 be careful about rave party's info: keep them 4 u and your friends only
- 7 U are responsible of your and other's security :if u see something bad: violence , aggressions or something else don't esitate to give your help
- 8 don't damage or steal sounsystem's equipment
- 9 spread your empathy
- 10 keep smiling ,transmit positive energy and have good attitude , remember :U ARE THE PARTY

SE SEI PROPOSITIVO, CONTATTACI : [infofreetaz@tracciabi.li](mailto:infofreetaz@tracciabi.li)



OFFERTA LIBERA PER SUPPORTARE IL PROGETTO