



# L' INDIANO



Mensile della Cooperativa Sociale Trieste Integrazione a marchio Anffas Onlus - Anno III - Numero XXVIII - Agosto 2013 - Autorizzazione del tribunale di Trieste numero 1231 del 22/12/2010

## IN BARCA A VELA CON "FAIRPLAY"

Nell'ultima settimana di luglio, per la prima volta nella storia dell'Anffas abbiamo fatto un vero corso di vela a Sistiana. Ci siamo iscritti all'associazione sportiva FAIRPLAY che in estate si occupa di insegnare ai ragazzi ad andare in barca a vela e d'inverno a sciare e arrampicarsi in montagna. Per 5 giorni siamo andati a seguire le lezioni, prima quelle di teoria dove Druso e Tommaso (i nostri insegnanti) ci spiegavano sulla lavagna come dovevamo portare la barca, e poi in mare dove andavamo proprio in barca a vela. Arrivavamo la mattina verso le 10 a Sistiana, ci preparavamo con il giubbotto salvagente, cappellino



e cre-



ma solare, e dopo aver fatto la lezione sulla lavagna

salivamo 2 sulla barca a vela con lo skipper e un nostro educatore e gli altri sul gommone. A turno, tenendo il timone, dovevamo portare la barca verso la boa rossa, facendo attenzione al vento. Siamo stati fortunati perché c'era sempre un

bel vento e la barca filava proprio bene. L'ultimo giorno abbiamo provato anche a "scuffiare", cioè capovolgere la barca in acqua e tirarla su: avevamo un po' di paura ma siamo stati tutti bravi e abbiamo riportato la barca a posto. Tutti noi, Cesare, Luciano, Manuel, Elisabetta, Enzo, Michele siamo stati proprio contenti di queste giornate e consigliamo ai nostri amici di provare anche loro questa esperienza bellissima.

### Sommario

IN BARCA A VELA	Pag. 1
PIANI DI LUZZA I	Pag. 2
PIANI DI LUZZA II	Pag. 3
L'ANGOLO DI CARLETTO	Pag.4
Oroscopo del mese	Pag.4
Sondaggio del mese	Pag.4

mo un po' di paura ma siamo stati tutti bravi e abbiamo riportato la barca a posto. Tutti noi, Cesare, Luciano, Manuel, Elisabetta, Enzo, Michele siamo stati proprio contenti di queste giornate e consigliamo ai nostri amici di provare anche loro questa esperienza bellissima.



## SCARPONI AI PIEDI E ... SU E ZO' PER I MONTI

Venerdì 26 luglio il primo gruppo di montanari ormai esperti è partito per **Plani di Luzza** vicino a Forni Avoltri (Udine). Il tempo era bellissimo e ogni giorno siamo usciti con il pranzo al sacco a fare delle belle gite. Siamo andati al rifugio ai **Piani del Cristo** sopra cima Sappada e per arrivarci abbiamo attraversato un piccolo fiume con i piedi nudi (l'acqua era pulitissima ma super



fredda!). Abbiamo visto il **Lago di Auronzo** e fatto il giro con il trenino perché è arrivato un temporale improvviso. Siamo andati alle **Cascatelle sopra Sappada**, in **Val Visdende** dove, dopo una bella passeggiata nei boschi, abbiamo recuperato energie con un

bel piatto di polenta e salsicce. Abbiamo mangiato anche torte, gelati, yogurt con lamponi e mirtilli squisiti alla **Festa dei Frutti di bosco di Forni Avoltri**, e

ottimo strudel a Rigolato. Siamo anche passati a Cortina D'Ampezzo e come i personaggi famosi abbiamo bevuto il caffè sul Corso principale. Ma la gita più bella è stata quella sul **Monte Rite dove c'è il Museo delle Nuvole di R. Mesner** (uno dei più grandi scalatori di montagne altissime). Abbiamo lasciato il nostro pulmino vicino al rifugio e siamo saliti con dei pulmini piccoli speciali fino alla cima per una strada stretta, piena di curve e di sassi. I pulmini speciali ci hanno portato al secondo rifugio e noi siamo saliti fino in cima dove potevamo quasi toccare le nuvole: tutto intorno c'erano le montagne più alte e più belle delle



**Dolomiti** :il Monte Pelmo, le Tofane l'Antelao, il Monte Civetta, le Pale di San Martino, ecc) Per la prima volta abbiamo visto anche degli **Yak** con i loro piccoli: gli yak sono delle mucche molto pelose che vivono sulle altissime montagne del Tibet in Asia. Le hanno portate in Italia circa dieci anni fa e loro si sono abituate a vivere qui da noi. La settimana è volata velocissima e per il prossimo anno speriamo di andare in qualche altro posto a vedere altre belle montagne.





## ANCHE NOI SU E ZO' PER I MONTI: IL RACCONTO DI LARA

Venerdì 2 agosto siamo partiti verso le 15 da via Cantù per andare a Piani di Luzza per passare una settimana di vacanza in montagna; io ho dormito durante viaggio siamo arrivati verso le 17. Abbiamo trascorso una bella vacanza, io ero in camera con Rossella, Dea, Raffaella, Giovanna. Abbiamo fatto tante belle



gite. Un giorno siamo andati sul lago di Auronzo dove abbiamo passato una bella giornata: abbiamo mangiato i nostri panini, abbiamo bevuto il caffè, abbiamo fatto un giro col trenino e ho fatto le foto. Dopo siamo andati sul Monte Rite, oltre 2000 metri di altezza: per arrivare in cima abbiamo preso la navetta...è un posto panoramico ho fatto le foto mi piaceva vedere le montagne e le valli, da lassù si vedeva Cortina d'Ampezzo. In cima al monte Rite si trova anche il museo di Mess-

nerche alcuni hanno visitato.



Domenica sera eravamo alla Sagra di Sant'Oswaldo: siamo andati a ballare ci siamo scatenati tutta la sera fino all'una di notte.



Piave e dove abbiamo fatto un bellissimo giro con una carrozza trainata da 2 cavalli.

Nel nostro albergo c'era la discoteca, la pi-

Un giorno siamo andati in Val Visdende,



una post

incantevole dove si vedono tante mucche e gli asinelli; li abbiamo pranzato e giocato a pallavo-



lo. Abbiamo anche trascorso una giornata a Sappada, dove abbiamo fatto una bella passeggiata nel bosco lungo il fiume

scina e la sala giochi: una sera siamo andati a ballare in



discoteca...la musica era molto forte e le luci ci abbagliavano: mi sono molto divertita.

Questa per me era la prima vacanza fatta assieme ai miei amici dell'Anffas...è stata davvero una bella esperienza e non vedo l'ora di rifarla il prossimo anno...

Lara



**Editore:** Cooperativa Sociale Trieste

Integrazione a marchio Anffas Onlus

Via Cantù 45 - 34134 Trieste

Telefono 040 - 51274 Fax 04051275

Email: segreteria@triesteintegrazioneanffas.it

**Direttore Responsabile:** Mattia Assandri

**Stampa:** In proprio

**Periodicità:** Mensile

**Chiuso:** 20/08/2013

**Registrazione Tribunale di Trieste:** n. 1231

del 22/12/2010



## L'ANGOLO DI CARLETTO

Venerdì 2 agosto son partito per la montagna vicin a Sappada (Piani di Luzza) con tutti i miei amici. Gò fatto caminade su pei monti alti e sull'erba, iero anche pei fiumi e sul lago de Auronzo. Iera tanta bona aria sui monti!

Semo andai a veder un museo in alto de un monte dove iera le foto de veci monti e de una vecia chiesa, Tanto bel! Ma quel che me gà piasso de più xè sta far el giro in carroza con i cavai e veder le mucche perché le xè bell grasse e le gà el campanacio (anche mi gò un a casa). Quando andavimo in gita a pranzo gavevimo i panini, acqua, pesche, succhi (quei che me piassi tanto) e bevevimo el caffè in qualche bel bar. A cena cercavimo de tenirse un poco più leggeri. Ma iera tutto bon de magnar!

El prosimo anno me piase-ria tornar sempre là perchè xè tanto bel, anche se volessi andar in montagna con la neve per far le tombole con gli sci e andar con la slita.

Ciao dal vostro Carlo



*"La verità ha un linguaggio semplice"*

*Euripide*

### La redazione

Alberto, Alessandro, Antonella, Cristina, Daniela, Giuliano, Goran, Irina, Massimo, Massimiliano, Michele, Paolo, Roberta, Stefano, Salvatore, Walter e Vito.

### Il proverbio del mese:

Se non piove a Ferragosto

Tutto il mese sei arrosto

## IL SONDAGGIO DEL MARTEDI'

Il sondaggio di questo mese si occupa delle previsioni del tempo: **guardate ogni giorno il meteo?**

Chiaramente tutti hanno risposto di sì.

**Dove le guardate?** Le risposte si dividono

in modo uguale: un terzo delle persone dicono sul giornale, un terzo sul computer, un terzo alla TV. **Secondo voi sono giuste o sbagliate?**

Qui nostri intervistati si dividono proprio a metà: il 50 % dice giuste e l'altra metà sbagliate. La quarta domanda

chiedeva: - **Se dicono che piove e voi portate l'ombrello**

**e poi non vi serve, vi arrabbiate?** - la

maggioranza risponde che si arrab-

bia abbastanza, anche perché l'om-

brello è sempre un po' fasti-

dioso da portare. In realtà il

tempo ogni tanto cambia

così velocemente special-

mente quando c'è vento che è proprio impossibile preve-

dere quello che succederà! Forse non hanno colpa nemmeno quelli del meteo.

### Oroscopo del mese

: **VERGINE**

**LAVORO:** siete dei perfezionisti e super

pignoli sul lavoro: non esagerate altrimenti diventate antipatici e i colleghi non vi sopportano.

**SALUTE:** spesso vi ammalate e restate a casa a lamentarvi per giorni anche quando siete guariti: fatevi coraggio.

**AMORE:** non avete ancora trovato il/la fidanzato/a giusto per voi.. Dovete avere ancora un po' di pazienza e poi arriverà l'amore vero.

