

L' INDIANO

Mensile della Cooperativa Sociale Trieste Integrazione a marchio Anffas Onlus - Anno II - Numero XXI - Settembre 2012 - Autorizzazione del tribunale di Trieste numero 1231 del 22/12/2010

VISITA AL LABORATORIO DI DOLCI ULCIGRAI

MARTEDI' 25 SETTEMBRE SIAMO ANDATI A VISITARE LA FAMOSA "PASTICCERIA TRIESTINA ULCIGRAI" VICINO A MUGGIA IN ZONA INDUSTRIALE. I PROPRIETARI CI HANNO DESCRITTO IL LAVORO CHE FANNO OGNI GIORNO E CI HANNO MOSTRATO LE SALE DOVE PREPARANO I

PARANO ANCHE PRESNIZ, PUTIZE, MARZAPANE E ALTRI DOLCI CHE OLTRE AD ESSER VENDUTI E MANGIATI DALLE NOSTRE PARTI, SONO SPEDITI ANCHE ALL'ESTERO (AUSTRIA, GERMANIA, INGHILTERRA ...) I SI-



LE FAVETTE

SCUSATE IL RITARDO!!! PER PROBLEMI TECNICI (LA STAMPANTE ROTTA) SIAMO USCITI TARDISSIMO!!! PERDONATECI!!

Sommario

Visita da Ulcigrai	Pag. 1
Piani di Luzza	Pag. 2
Siamo a cavallo	Pag. 3
L'angolo di Carletto	Pag.3
Torneo Basket	Pag.4
Oroscopo del mese	Pag.4
Sondaggio del mese	Pag.4



GNORI ULCIGRAI SONO ORMAI DA 5 GENERAZIONI CHE HANNO UN FORNO: UNA VOLTA FACEVANO ANCHE IL PANE MA

DOLCI E DOVE LI CONFEZIONANO. C'ERANO MOLTE MACCHINE INDUSTRIALI, PERO' NON CI POTEVAMO AVVICINARE A D ESSE PERCHE' ERANO PERICOLOSE E CALDE. DURANTE LA NOSTRA VISITA STAVANO PREPARANDO LE FAVE E LE PINZE, MA DI SOLITO PREPA.

ORA SI SONO DEDICATI SOLO AI DOLCI, MOLTO PIU' FACILI DA CONSERVARE, CONFEZIONARE E SPEDIRE. OLTRE A BRAVISSIMI PASTICCERI SONO GRANDI AMANTI DEGLI ANIMALI: PROPRIO NEL LORO CORTILE VIVONO TANTI PENNUTI:

ALLA FINE DELLA VISITA SIAMO ANDATI ALL'ESTERNO DOVE IL PROPRIETARIO CI HA MOSTRATO I SUOI BEI ANIMALI : PAVONI, CONIGLI, GALLI, GALLINE E ANATRE, TUTTI CON COLORI BELLI E VIVACI

LUCIANO E MAURIZIO



PIANI DI LUZZA 2: IN GIRO PER RIFUGI

Il secondo gruppo di montanari è partito lunedì 27 agosto: Daniela, Federica, Irina, Alberto, Andrea, Italo, Vito, Massimo e Paolo alle 9.00 erano già pronti con il loro zaino per montare sul pulmino. Dopo un viaggio di qualche ora siamo arrivati a Piani di Luzza vicinissimo a Sappada (BL). Sistemate le valigie nelle nostre stanze siamo scesi a pranzo e nel pomeriggio abbiamo fatto la prima passeggiata nei boschi.



Da subito si è capito chi aveva poca voglia di camminare (e forse anche

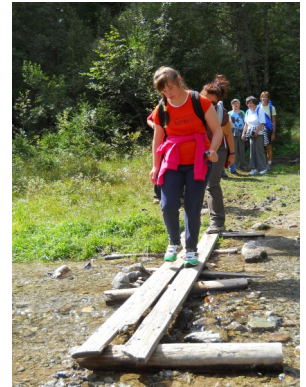
poco allenamento) e si fermava ogni 10 minuti sbuffando. Però dopo una bella doccia e una buona cena al ristorante tutti ritornavano in forma. Visto che il tempo era buono abbiamo deciso di fare una super gita con la funivia da Ravascletto fino al monte Zoncolan. E' stato bellissimo! Per quasi tutti era la prima volta che si andava in funivia: sembrava di volare Nel cielo sopra le montagne!

Tutte le cose si vedevano piccole, piccole, le case, la chiesa il nostro pulmino! La giornata era bellissima: c'era un sole stupendo e abbiamo fatto una lunga passeggiata tra i pascoli e le mucche e poi pranzato al ri-



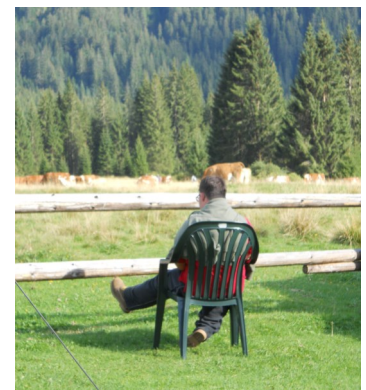
fugio mangiando anche mirtilli e lamponi. Alla sera eravamo stanchi morti e anche abbronzati dal sole del monte Zoncolan. Il giorno dopo un po' di riposo: abbiamo fatto una passeggiata a Sappada dove c'era il mercato, abbiamo comprato le cartoline e i regalini per amici e genitori. Pomeriggio relax, e

Alla sera a ballare in discoteca. Il giorno dopo ancora una bellissima gita nella Val Vidsende fra le mucche bianche e rosse e i guadi dei fiumi, che faticaccia: ne valeva la pena però perché questa valle era davvero bellissima.



Purtroppo venerdì il tempo è cambiato (sono arrivati la pioggia e il freddo) e quindi niente gita ma nuotata nella bellissima piscina dell'albergo con l'acqua calda. Una vera meraviglia. E' stata una bella settimana: gli ultimi giorni eravamo ormai allenati e

facevamo passeggiate anche molto lunghe e difficili sempre con i nostri zaini con tutto dentro pronti a qualsiasi cambio di tempo!



Si ritorna a cavallo!

Grandissima notizia !
Dopo 4 anni si riprende finalmente l'attività al maneggio! Con ottobre i più coraggiosi di noi rimontano a cavallo. Ab-



biamo ricominciato ad andare al circolo ippico di San Dorligo della Valle "DOLGA KRONA"

(MONTE D'ORO) che avevamo abbandonato un po' di anni fa perché non aveva il maneggio e coperto e d'inverno per noi era impossibile stare al freddo. Il posto è diventato molto più bello, ci sono nuove scuderie, nuovi cavalli e pony e finalmente si può cavalcare anche a chiuso e al calduccio. Con nostra grande sorpresa c'era ancora la famosissima NINA, la cavalla più buona del mondo che crediamo ci conosca tutti, uno a uno. Abbiamo fatto il primo giro sul caval-



Lo e ci siamo accorti di essere ancora molto bravi.

La giornata era ancora calda quindi abbiamo cavalcato anche all'esterno, e poi come sempre abbiamo accompagnato Nina in scuderia, e dopo una bella spazolata l'abbiamo lasciata riposare ... dopo una pausa sotto alla tettoia del nuovo ristoro agriturismo siamo ritornati in sede. Non vediamo l'ora di ritornare!

L' ANGOLO DI CARLETTO

Questa volta voio parlarve della montagna e dele mucche, dato che son pena torna de Sappada e gò fato el vero montanaro su e zo pei monti.

Le mucche le iera sai grandi e grasse le iera de vari colori, maron, bianche, nere, e a mace maroni o a mace nere.

Le mucche le xè sai pigre perché le sta distirade sull'erba e le magna tanta erba. Mi in montagna invece me gà sai piasso magnar minestra, pasta co la carne, patate e pollo.

Quando semo andai in giro per i monti go visto ruscelli, un fiume e un lago sai grande. Me gà piasso tanto perché el lago iera in mezo ai monti. Dopo gavemo anche caminado per i boschi e iero sai stanco, ma per fortuna dopo una bela dormida, iero come novo e a colazione iera tanta roba de magnar; gavevimo el caffè e le brioches.

Tra una caminada e l'altra me riposavo in stanza e la iera sai bela perché la iera grande e iera la television. Non vedo l'ora de tornar in montagna perché me son divertido proprio tanto e soprattutto gò magnado sai ben !!



P.s. Ve ricordo che con el late delle mucche se fa yogurt, formaggio, gelato e panna dolce e per cusinar.



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: 20/05/2011

Registrazione Tribunale di Trieste: n. 1231

del 22/12/2010



RIPRENDONO GLI ALLENAMENTI

Dopo la pausa estiva riprendono gli allenamenti dello Zunami e dell' Anffastars, in vista del torneo organizzato dal C.E.S.T. in programma per il 27 settembre al Pala Chiarbola.

Siamo molto contenti di aver ripreso gli allenamenti, perché ci piace tanto giocare a pallacanestro e perché era da molto tempo che non vedevamo i nostri amici del C.E.O. di Sistiana, del Mjtia Cuk e del C.E.S.T.

"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:

Aria fresca settembrina, alla sera e alla mattina.



Foto del torneo 2011

IL SONDAGGIO DEL MARTEDÌ

Per questo mese abbiamo pensato a quattro domande riguardanti i nostri compleanni. La prima domanda chiedeva ai nostri compagni se festeggiano il compleanno, la seconda se preferiscono una torta al cioccolato o alla frutta, la terza se passano la loro festa con i genitori o amici e la quarta che regalo preferirebbero ricevere quest'anno.

I nostri compagni hanno risposto alla prima domanda dicendo che tutti festeggia-

no il compleanno.

Alla seconda domanda una buona percentuale ha risposto che preferisce la torta al cioccolato a quella con i frutti.

Alla terza, invece, la maggioranza ha risposto che festeggia sia con i parenti che con gli amici.

E all'ultima i regali più richiesti sono stati i vestiti, ma anche orologi, CD, cellulari, un viaggio in Russia e un topolino "da compagnia".

Oroscopo del mese : BILANCIA

LAVORO: sarà un fine mese di lavoro molto faticoso, ma agli inizi di ottobre le cose miglioreranno e guadagnerete tanti soldi.

SALUTE: starete molto ma molto bene, ma attenzione agli sbalzi di temperatura perché rischiate di prendervi il raffreddore e riposatevi al calduccio.

AMORE: chi non ha una ragazza o ragazzo, quest'anno troverà l'anima gemella e chi c'è l'ha già se la tenga stretta. Farete anche tante nuove amicizie.

