



Bavisela 2016: ci siamo anche noi!

Domenica 8 maggio ci siamo trovati tutti in Piazza Oberdan al mattino presto per partecipare alla Bavisela, la gara di corsa e camminata. Eravamo presto perché alle 8.30 chiudevano tutte le strade per far spazio ai corridori. I nostri pulmi-

e cani con le magliette! Abbiamo camminato nella zona del Porto Vecchio dove ci sono i magazzini e le case abbandonate che cadono a pezzi. Poi siamo arrivati sulle Rive, dove c'erano le bancarelle che vendevano patatine, salsicce, formaggi, dolci, vestiti, cappelli e borse. C'era anche la ruota panoramica per vedere il mare e la corsa dall'alto. Siamo arrivati al traguardo in Piazza Unità alle 12.30 e siamo stati tutti premiati con una medaglia.



Questa Bavisela ci ha dato tante soddisfazioni perché siamo riusciti ad arrivare al traguardo tutti insieme dopo tanta strada. Durante la camminata abbiamo parlato, ci siamo fatti degli scherzi, e abbiamo riso tutti insieme. Abbiamo anche preso il sole perché la giornata era

Sommario	
Bavisela 2016	Pag. 1
Regalami un sorriso	Pag. 1
Lo sport visto da...	Pag. 3
L'angolo di Carletto	Pag.3
Visita a un amico	Pag.4
Oroscopo del mese	Pag.4
Sondaggio del mese	Pag.4

ni ci hanno portato al Bivio di Miramare e poi sono tornati a parcheggiare in città. C'erano moltissime persone! Più di 7000. Tutti con la maglia e il numero. Noi siamo partiti per primi: il tempo era bellissimo, ci siamo messi cappellino e crema solare per evitare di scottarci. La prima parte di camminata era sul lungomare di Barcola, poi siamo arrivati in pineta e prima di arrivare sulla strada abbiamo fatto una pausa per andare in bagno e fare la merenda. Dopo esserci riposati siamo ripartiti tutti assieme. C'erano tantissime persone: bambini con i monopattini, signore con cappelli strani...



bellissima. Ora ci alleniamo per il 2017.



Gara di pesca: regalami un sorriso 2016

Anche quest' anno abbiamo sfidato il maltempo per non mancare alla più bella gara di pesca del mondo!!! Sabato 23 aprile per la nona volta siamo stati invitati dalla MARINA-



RESCA di Muggia a Porto Sanrocco e nonostante i nuvoloni e la pioggia, con canna da pesca e esche abbiamo catturato



qualche pesce che poi abbiamo liberato subito in mare.

Finita la pesca come sempre i nostri amici ci hanno preparato una festa grandiosa. C'era musica per ballare e anche il microfono e Beppe ha fatto il dj cioè quello che sceglie le canzoni e invita tutti a ballare chiamandoli per nome. Poi c'erano anche altri che suonavano la batteria e altri strumenti. Tutti si sono scatenati in danze sfrenate finché è arrivato il momento serio della giornata: le premiazioni. C'erano la vicesindaco di Muggia, il presidente regionale

della Federazione Pesca Sportiva e tutto il gruppo della Marinaresca. Dopo i saluti e i discorsi di tutti, siamo stati chiamati uno alla volta e a tutti è stata consegnata una medaglia d'oro e altri regali. Per finire c'è stato un buffet

buonissimo con panini super, bibite e torta. Questa festa è sempre fantastica, noi

l'aspettiamo ogni anno e ci divertiamo tanto anche se non



troviamo mai il sole ad aspettarci. Siamo ottimisti però: per il 2017, quando ci sarà la decima edizione di "Regalami un sorriso" il tempo sarà



bellissimo, faremo una gara di pesca in maniche corte, con i cappellini e gli occhiali per il sole, peschere-

mo tanti pesci grandi, che poi libereremo e magari cattureremo anche una verdesca (che è uno squalo) se passa di là e poi balleremo e faremo festa e musica all'aperto fino al tramonto!



LO SPORT SECONDO GIULIANO & ERIC

*Tirocinante dell'istituto da Vinci \ de Sandrinelli

Gli sport mi piacciono tutti ma i miei preferiti sono pallamano, calcio e basket. Guardo queste discipline più volte alla

tv e mi lascio coinvolgere dalle sfide tra le varie squadre. Non pratico questi sport ma mi piace seguirli, non faccio tifo per nessuna squadra in particolare ma comunque trovo le partite avvincenti. Adoro andare il sabato al Palachiarbola con la mia famiglia ad assistere ai match che vengono disputati nella mia città, mi diverto



sempre. Un tempo giocavo partite di pallacanestro ora mi alleno e basta con gli amici. Andiamo con un pulmino guidato o da Roberto o da Renzo, ogni tanto viene anche Domenico. Andiamo a giocare al Palachiarbola dove c'è un campo di pallacanestro e ci divertiamo. **Lo sport è un ottimo modo per spendere il proprio tempo e per mettersi alla prova.** Si vince e si perde ed è giusto così, io punto a diventare sempre più bravo. Il tennis e la pallavolo invece non mi piacciono ma rispetto i gusti altrui e non dico che sono meno validi degli altri ma semplicemente a me non dicono molto. La corsa mi piace e vorrei provare a gareggiare in una maratona, per mettermi alla prova e vedere quanto sono capace. Inoltre mi piacciono le barche e le gare acquatiche come la Bavisela o la Barcolana.



L'ANGOLO DI CARLETTO

Forsì non tuti voi saverè che un mulo vecio e cocolo come mi xe pien de amici, amici de vecia data e amici novi. I amici de vecia data xe quei che go conosudo quando iero picio alla scola elementare, fazevimo tante robe bele insieme e iera anche tante feste, gavevo anche una morosa che se ciama-va Ilaria. Dopo son andado al Nordio e anche là gavevo tante bele amicizie, iero el coccolon de tuti!! De quando son all'ANFFAS me go fato ancora piu' amici, Loretta, Erica, Brunetto, Antonella, Chiara, Battistina (ela la me sta sai cocola perché la xe de Muggia come mi e la gà tanti anni...) , Arianna...e tanti altri ancora. Tuti i miei amici me vol ben e me coccola. Dopo xe Dorina che me dispiasi sai che no la vien piu', ma la vedo quando vado in piscina! Con Brunetto e Erica me diverto

sai a farghe i dispetti, mi e Brunetto una volta ierimo anche a Lignano e insieme se gavemo fatto tante ridade e divertido!

Me piassi sai andar fora con i miei amici, come quando andemo a magnar la pizza o al bagno, al mare me diverto a giogar con lori in acqua e a schizzarse!! Dopo tuti insieme magnemo un bon gelatin! Oltre a gaver tanti amici , qua all'ANFFAS go anche una morosa, la xe sai bela e simpatica ,la se ciama Robertina, semo proprio una bela coppia insieme e se volemo tanto ben!

Ve ricordo a voi tutti un vecio detto : "CHI TROVA UN AMICO TROVA UN TESORO" e mi son contento che go tanti amici boni e coccoli!!!!

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: 20/05/2016

Registrazione Tribunale di Trieste: n. 1231

del 22/12/2010



Visita al nostro amico Alberto

Eravamo a trovare Alberto in una casa di riposo che si trova in Viale 20 Settembre. Era molto contento della nostra visita e ha passato due ore in compagnia con noi ragazzi del Anffas. Abbiamo fatto una piccola passeggiata lungo il Viale e ci siamo seduti in un bar dei cinesi dove Matteo ci ha pagato il caffè; non gli piace vivere da solo e non gli piace il cibo della casa di riposo. C'erano tanti alberi in fiore, la giornata era calda e si poteva stare in maniche corte. Lui era molto contento della nostra visita e ci aspetta la prossima volta.

"La verità ha un linguaggio semplice"

Euripide

La redazione

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



PROVERBIO:

**Se piove il mese di maggio
mele e fichi faran buon viaggio**

IL SONDAGGIO DEL MARTEDI'

Sondaggio sull'amicizia: la domanda principale è: **avete tanti amici?** Quasi tutti hanno risposto di sì. Alla seconda domanda, **cosa fate con i vostri amici** le risposte sono state diverse: molti escono a fare delle passeggiate, a vedere delle partite di basket o calcio, degli spettacoli di teatro oppure vanno al mare d'estate. Altri vanno in vacanza insieme durante i soggiorni estivi sul lago di Garda o a Cesenatico, alcuni si telefonano per



raccontarsi le novità. Alla domanda più difficile, **avete mai litigato** con gli amici, tutti sono stati sinceri La risposta è stata Sì ma come tutti i veri amici dopo un litigio ci si spiega, si chiede scusa e si fa pace. Infatti alla domanda **siete dei buoni amici** tutti hanno risposto che si considerano ottimi amici, capaci di ascoltare con pazienza, e aiutare in caso di bisogno.

Massimiliano

Oroscopo del mese GEMELLI

LAVORO: siete molto attivi, vi piace imparare cose nuove e fare molte cose diverse. Siete molto bravi e disponibili.

SALUTE: siete in piena forma. Fate attività fisica 3 volte alla settimana, mangiate sano con tanta frutta e verdura, pasta integrale, pesce e carne bianca.

AMORE: siete molto fortunati: avete pochi amici ma quelli che avete sono ottimi. Trattateli bene e contraccambiate con piacere i favori che vi fanno.

