

L' INDIANO

Mensile della Cooperativa Sociale Trieste Integrazione a marchio Anffas Onlus - Anno V - Numero LXVII - Settembre 2016 - Autorizzazione del tribunale di Trieste numero 1231 del 22/12/2010

LIGNANO SETTEMBRINO

Abbiamo passato una splendida settimana di sole e relax a Lignano. Siamo arrivati martedì 30 agosto con i pulmini e dopo aver pranzato e sistemato le valigie in camera siamo andati a vedere la spiaggia. Avevamo ombrelloni e sdraio per tutti. Così mercoledì siamo andati tutti in spiaggia, abbiamo preso il sole e abbiamo fatto il bagno. Il mare era calmo e l'acqua non era fredda. Abbiamo nuotato tantissimo e giocato con le pistole ad acqua. Per pranzo tornavamo in albergo a mangiare,



poi ci riposavamo un poco e quando non faceva più tanto caldo tornavamo in spiaggia fino ad ora di cena. Di sera stavamo a cantare con degli amici conosciuti là, anche loro in ferie e anche con il gruppo del centro Marenzi di Trieste dove c'era il nostro amico Paolo C. che è andato in pensione dall'Anffas in febbraio. Sabato sera siamo usciti in centro dopo cena a prenderci un gelato. C'era tantissima gente che passeggiava, c'era musica e i bar e i ristoranti



erano pieni di gente che si divertiva. Quella sera siamo andati a dormire tardissimo. Mercoledì eravamo a Jesolo e dopo un buonissimo pranzo a base di pesce siamo andati a visitare il SEA LIFE, un acquario speciale dove abbiamo visto tanti pesci strani, come il pesce chitarra e le razze, e anche le meduse e i pesci pagliaccio tutti colorati. Solo il lunedì mattina il tempo non era tanto bello, così

siamo andati a fare compere in centro, ma nel pomeriggio c'era di nuovo il sole e siamo tornati in spiaggia anche se la sabbia era un po' bagnata. E' stata una vacanza molto bella. Speriamo di essere così fortunati anche il prossimo anno quando torneremo ancora

a Lignano a nuotare e a prendere il sole che ci fa bene.



Sommario

Lignano 2016	Pag. 1
Terremoto	Pag. 2
L'estate al Pedocin	Pag. 2
Vito al museo	Pag. 3
L'angolo di Carletto	Pag.3
Oggi cucino io	Pag.4
Oroscopo del mese	Pag.4
Sondaggio del mese	Pag.4



TERREMOTO

Quando c'è un terremoto si sente tremare la terra.

La scala Richter e la scala Mercalli misurano la forza del terremoto e da dove viene la scossa sismica.



Nella notte tra il 23 e il 24 agosto c'è stato un terremoto che ha colpito il Centro Italia. Ha colpito le città di Accumoli ed Amatrice, che sono vicine a Viterbo.

Il terremoto è stato tremendo, le case si sono spostate e sono crollate. Ora le persone vanno a dormire in tenda ed in alcuni alberghi, finché le abitazioni non vengono ricostruite.

Abbiamo visto diversi filmati in televisione: c'erano delle persone sotto le macerie, alcune erano vive ed avevano delle ferite, ma tante, purtroppo, erano morte.

Abbiamo visto che le persone venivano aiu-

tate dai Vigili del Fuoco di tutta Italia, dai soldati e dalla Croce Rossa.

Molte persone hanno inviato pacchi di viveri e di giocattoli per allietare i bambini.

Abbiamo visto anche che scorrevano alla tv dei numeri solidali per donare soldi.

Adesso per i bambini grandi e piccoli tenderanno di ricostruire delle scuole più belle e più sicure di prima.

Luciano e Maurizio

L'ESTATE AL PEDOCIN

Anche quest'anno siamo andati al mare insieme agli amici e anche agli educatori al "nostro" Pedocin.

Questo bagno è molto grande, c'è sempre molta gente che prende il sole. Abbiamo passato delle belle giornate al mare, tra nuotate, risate e tante chiacchierate. C'erano tutti i nostri vecchi amici: i vecchietti che giocano a carte e che si prendono in giro per scherzare.

Per finire la stagione abbiamo anche fatto una bella "calamarata" dalla nostra amica Annamaria

che ha il chiosco proprio al Pedocin.

Roberta R: "Io ero molto contenta di nuotare insieme a Vincenzo, Michela, Antonio e Debora. Dopo pranzavamo e ridevamo tutti come matti. Finita la giornata ritornavamo a casa felici e contenti."

Una curiosità: Abbiamo incontrato i registi de "L'ultima spiaggia", un film che ha partecipato al Festival di Cannes.

Sapete che ci siamo anche noi nel film? Che bello! Presto ci inviteranno alla proiezione.

Speriamo che l'inverno passi presto perchè così potremo ritornare tutti al Pedocin.



VITO AL MUSEO DEGLI OROLOGI

Sabato 27 agosto sono stato a vedere il Museo dell'Orologeria di Pesariis. Ero con Giulio, Annalisa, Antonella e Dorina.



Pesariis è un piccolo paese di montagna conosciuto in tutta Italia per

ché qui vengono costruiti gli orologi.

Dentro al museo c'erano tanti orologi antichi: c'erano orologi da polso, da tavolo e anche da muro. Mi è piaciuto molto l'orologio a pendolo.

Il pendolo è un orologio che sta appeso al muro, ha attaccato un lungo pezzo di ferro che si muove e segna il tempo. Il pendolo suona quando l'orologio segna una certa ora.



A me piacciono tutti gli orologi, mi servono per vedere l'ora. A casa ne ho tanti e al polso porto sempre l'orologio di mio papà. È un orologio che lui aveva comprato a Gorizia tanti anni fa, non ha la batteria ma funziona muovendo il polso.

L'angolo di Carletto

El tempo pasa sai veloce, me par ieri che go fato 40 anni e presto semo zà al ponte de San Giusto.

Tanti tanti ani fa x misurar el tempo gli antichi usava la meridiana che iera un pal messo x terra e intorno disegnade le ore, nel punto dove veniva l'ombra del pal iera l'ora giusta. Nei tempi veci esisteva anche la clessidra con la sabia. Col passar dei anni i ga inventado l'orologio, oggi gavemo orologi de tanti tipi, grandi, pici, colorati, digitali, che costa tanto e che costa poco. Ma tutti i servi x la stesa roba, cioè dirne che ora xè!! Me ricordo che una volta go visto dele foto vece dove i



omini teniva l'orologio nela scarsela dele brache, me piaseva sai!!! Anche nella nostra bellissima Piazza Unità gavemo un orologio sai grando che el xe messo sora el municipio, per batter le ore i gà messo tanti anni fa 2 statue e i triestini le ga ciamade MIKEZE e JAKEZE.



Visto che mi son un tipo che ghe piasì far le robe con calma e senza furia, x mi i dovessi inventar un orologio che va pian pian, cussì non dovessi sentirme sempre dir: "veloce Carlo, movite che xè tardi!!"

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: 20/09/2016

Registrazione Tribunale di Trieste: n. 1231

del 22/12/2010



OGGI CUCINO IO

La ricetta di cui voglio parlarvi è quella della **torta al cioccolato e nocciole**.

Per il mio compleanno abbiamo cucinato proprio questa torta perché "me piassi tanto la cioccolata!!!" Infatti per me questa torta è adatta alle feste di compleanno.

Gli ingredienti sono per 6 persone e sono:

200 g di farina; 3 uova; 250 g di zucchero; 50 g di cacao; una bustina di lievito; un bicchiere di latte; 150 g di scaglie di cioccolato; 150 g di noccioline; un bicchiere di olio di semi; zucchero a velo e burro.

Per mescolare assieme gli ingredienti bisogna usare le fruste elettriche. I primi ingredienti che mettiamo nella ciotola sono le uova con lo zucchero e li sbattiamo con le fruste. Piano piano aggiungiamo l'olio, la farina, il lievito, il latte e il cacao finché diventa tutto come una crema.

Poi dobbiamo tritare le noccioline e aggiungerle al resto assieme alle scaglie di cioccolato, però questa volta non bisogna usare le fruste elettriche per mescolare, ma un cucchiaino. Adesso bisogna spalmare lo stampo col burro e metterci la farina. Poi versiamo l'impasto nello stampo e mettiamo in forno a 170 gradi per circa 40 minuti. Quando la torta è cotta la tiriamo fuori dal forno e la facciamo raffreddare poi possiamo mettere sopra lo zucchero a velo.

Secondo me questa torta è stata facile da fare e soprattutto era molto buona!!!



"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:

**IN SETTEMBRE L'UVA MATURA
E IL FICO PENDE**

IL SONDAGGIO DEL MARTEDI'

Questo mese abbiamo deciso di parlare del tempo. Attenzione a non confondersi, non stiamo parlando del tempo che vediamo fuori dalla finestra (sole, pioggia, neve, ecc.), ma del tempo inteso come giorni, mesi, anni. **Il tempo passa veloce?** Praticamente tutti hanno detto sì, solo una persona ha detto di no. **Ci sono più vecchi o più giovani?** La maggioranza ha risposto vecchi, ma una parte di persone dice che ci sono più giovani.



A quanti anni si diventa vecchi? La scelta era ampia, tra 30, 40, 50, 60 e 70 anni. La maggioranza ha risposto che si diventa vecchi a 70 anni, una buona parte dice a 60 e per qualcuno si diventa vecchi anche prima dei 60, ma per fortuna sono proprio pochi quelli che lo pensano. **Ti senti vecchio?** Qui non c'è una maggioranza: metà persone hanno detto di sentirsi vecchi e l'altra metà di sentirsi giovani... e tra questi c'è una persona che dice di sentirsi giovane dentro!!!

Oroscopo del mese

BILANCIA



LAVORO: siete così calmi che non avete voglia di lavorare più di tanto. Dovete essere un po' più attivi.

SALUTE: la vostra calma vi fa stare in splendida forma.

AMORE: belli come non mai vivete tranquillamente le vostre amicizie anche se siete un po' chiusi.