



L' INDIANO



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

Un Basket molto speciale



Il **BASKIN** è una nuova attività sportiva che si ispira al basket ma ha caratteristiche diverse. C'è un regolamento, composto da 10 regole, che rende il gioco incredibilmente ricco, dinamico e imprevedibile. Questo nuovo sport è stato pensato per permettere a giovani normodotati e giovani disabili di giocare nella stessa squadra (composta sia da ragazzi che da ragazze!). In effetti, il **BASKIN** permette la partecipazione attiva di giocatori con qualsiasi tipo di disabilità



(fisica e/o intellettuale relazionale che consente il tiro in un canestro. **Insomma oltre a uno sport diventa un laboratorio di società.**

Il Baskin è nato a Cremona da una idea di genitori, professori di educazione fisica e di sostegno.

Questo progetto necessita la collaborazione di quella che viene definita "la rete sociale", di scuole e di associazioni del territorio ognuna delle quali ha contribuito, con la propria specificità, al successo del baskin. Anche il Comune di Cremona ha patrocinato e sostiene lo sviluppo di questa iniziativa. Venendo a conoscenza di questa nuova disciplina, qui a Trieste abbiamo cominciato questa attività coi ragazzi dell' Anffas che vi racconteranno come sta andando.



Giovedì 13 ottobre abbiamo cominciato l'attività di Baskin. Il Baskin è un tipo di basket molto particolare perché permette alle persone che hanno difficoltà, anche gravi di movimento, di giocare con gli altri. **Per fare ciò sul campo sono presenti oltre ai due canestri normali altri 4 più piccoli.** Avendo al momento solo i canestri alti abbiamo messo Samuel (un tirocinante dell'Istituto Pertini di Monfalcone) con un cerchio in mano a fare da "canestro umano" più basso, in modo da far tirare anche chi ha difficoltà. Ad esempio un esercizio consisteva nel palleggiare facendo dei cambi di direzione, dopo passavamo la palla a **Davide e Roberta che sono sulla sedia a rotelle.** Avendo difficoltà a ricevere la palla di basket il passaggio avveniva con l'aiuto di Matteo che riceveva la palla al posto loro, la appoggiava a terra e consegnava a Davide e Roberta una palla più leggera per tirarla nel cerchio tenuto da Samuel. Dopo il tiro Matteo ci ripassava la palla e tiravamo anche noi a canestro. Nonostante mancano ancora alcune cose per completare il campo ci stiamo divertendo molto ed abbiamo passato belle mattinate.

Sommario

BASKIN = BASKET	Pag. 1
Intervista doppia	Pag. 2
Gita a Bordano	Pag. 3
L'angolo di Carletto	Pag.3
Oggi cucino io	Pag.4
Oroscopo del mese	Pag.4
Sondaggio del mese	Pag.4

Intervista agli Antoni

- 1) Molto bene
- 2) Mi trovo a mio agio
- 3) Sono stra-sposato
- 4) Simpatizzo per la Roma e la Triestina
- 5) Ho 54 anni
- 6) Vivo con mia moglie Pina
- 7) Mi piace



pescare e guardare documentari

- 8) Musica italiana in generale
- 9) Mi piace moltissimo stare coi ragazzi



- 10) E' un bravo ragazzo e spero tanto che resti con noi



Abbiamo deciso di fare una intervista ai nostri Antoni: il fantastico Antonio P. il nostro più vecchio e esperto educatore e Antonio autista, il nostro più giovane e nuovo autista. Qui sotto ci sono le domande e ai lati le risposte dei nostri 2 Antoni.

1. Come ti trovi all'ANFFAS?
2. Come ti trovi a guidare il pullmino?
3. Sei fidanzato\sposato?
4. Ti piace qualche sport? Tifi qualche squadra?
5. Quanti anni hai?
6. Con chi vivi?
7. Hai degli hobbies?
8. Che musica ascolti?
9. Ti piace stare con i ragazzi del centro?
10. Cosa pensi dell'altro Antonio?

- 1) Mi trovo bene
- 2) Molto bene
- 3) Sono single



- 4) Seguo il calcio e tifo per la Juventus

- 5) Ne ho 37

- 6) Al momento vivo da solo



- 7) Mi piace giocare a calcio

- 8) Michael Jackson

- 9) Si

- 10) Molto bravo e professionale



GRAZIE A ENTRAMBI PER L'INTERVISTA!

GITA A BORDANO

Un giorno, sono stato invitato dagli amici "arcobaleno" per andare a fare una gita al Museo delle Farfalle. Appena arrivati a Bordano abbiamo deciso di fermarci prima a pranzo visto l'ora..

Non c'era molta scelta sul ristorante ma c'era una proprio vicino al museo. Io ho mangiato un buon piatto di ravioli con gorgonzola e noci e per secondo il brasato con tante verdure cotte.

Dopo averci riempito la pancia di cose buone siamo andati alla Casa delle Farfalle, appena arrivati abbiamo fatto i biglietti e siamo entrati.

Prima di vedere le farfalle vive c'era una stanza con tante varietà di farfalle "sotto cheba" dove ci veniva raccontato la storia e varie spiegazioni.

Finalmente si entra nella serra!

C'erano tre tipi di serre che rappresentavano climi, farfalle, e altri animaletti tipici dei diversi



L'angolo di Carletto

Come da tradizione ogni anno se festeggia ai primi de novembre tante ricorrenze: el 1 xe tutti i Santi, el 2 i defunti, el 3 xe San Giusto el patrono de Trieste. Da qualche anno se fa festa anche el 31 ottobre che xe Halloween e chi che vol se vesti da strega, mostri, vampiri e scheletri...mi sai me piassi ste maschere paurose! Per sta festa se pol magnar anche tanti dolcetti!



El 2 novembre mi farò una preghiera x i miei nonni che xe in cielo e me proteggi.

Paesi.

Abbiamo visto l'

Africa, l'America del Sud e Asia.

Ho visto tantissime farfalle di tanti colori e dimensioni ho fatto delle foto con i mie amici. Alla fine c'era un negozietto dove mi son comprato un portachiavi a forma di farfalla. Mi son divertito tanto e mi è piaciuto soprattutto il portachiavi e l'Africa. Vi consiglio di andare a visitare questo posto perché è proprio bello. E' anche abbastanza vicino a Trieste.

Vi consiglio di andare a visitare questo posto perché è proprio bello. E' anche abbastanza vicino a Trieste.



casa delle farfalle
di Bordano

Vito



Invece el giorno de San Giusto se fa una grande messa in cattedral che xè sul colle

vicin al Castel Vecio. La ciesa la xè ssai antica la gà un grande roson e un altissimo campanil. Vicin la ciesa xè un piazzal con tante rovine che gà fatto i veci romani. In sto periodo xè usanza de magnar le fave, che saria tipici dolcetti tondi fatti col zucchero e le mandorle. Le xè de tre colori: bianco, rosa e marron.

Le xè bonissime e come le ciliegie una tira l'altra! Ma me raccomando... non ste magnarne troppe!

OGGI CUCINO IO

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: 20/10/2016

Registrazione Tribunale di Trieste: n. 1231

del 22/12/2010



“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:



OTTOBRE GELATO

OGNI INSETTO E' ELIMINATO

IL SONDAGGIO DEL MARTEDI'

Questo sondaggio sembrava facilissimo, in realtà le domande che abbiamo fatto ci hanno fatto tanto pensare. **COME VA LA VITA? VI SENTITE FELICI O SCONTENTI?** Per fortuna pochissimi hanno risposto di sentirsi scontenti. **CHE COSA VORRESTE CAMBIARE NELLA VOSTRA VITA?** Qualcuno ha risposto il lavoro, altri le amicizie e solo pochissimi le attività che fanno in Centro. e se proprio **VOGLIAMO CAMBIARE**



QUALCOSA? Molti hanno voglia di cambiare degli amici che non si sono dimostrati sinceri, pochissimi il modo di vestire magari poco sportivo. E poi l'ultima, la domanda più importante: **CHE COSA VI FASSENTIRE PIU' FELICI?** Non ci crederete ma tra lo sport, le vacanze e stare con gli amici vince di gran lunga **UNA MAGNIFICA FETTA DI TORTA AL CIOCCOLATO!**

Anche questo mese vi propongo una buonissima ricetta : spaghetti alla carbonara!

Gli ingredienti che servono per questa ricetta sono: spaghetti 320 gr, guanciale 150gr ,pecorino 100gr, tuorli 4 (rosso dell' uovo), uova 1 , pepe.

Per iniziare mettere sul fuoco una pentola piena di acqua e aspettare che faccia le bolle. Intanto in una padella cucinate il guanciale con un po' di olio. Rompete le uova in una ciotola, sbattetele con una frusta quindi unite il Pecorino e il pepe macinato. Quando l' acqua avrà fatto le bolle aggiungere gli spaghetti e aspettare che siano pronti. Nel frattempo unite il guanciale nella ciotola con le uova e quando la pasta sarà pronta unitela al tutto. Se a casa non avete il guanciale potete mettere tranquillamente la pancetta a cubetti; vi assicuro che la pasta sarà super buona comunque. Vi do l' ultimo suggerimento: per fare la carbonara usate sempre la pasta lunga come spaghetti o bucatini.



I consigli di Betty: se magnè la pasta xe meio non magnar el pan !!!

Oroscopo del mese

SCORPIONE



LAVORO: come sempre fingete strani malanni per non lavorare... attivatevi!

SALUTE: siete in forma smagliante: non avete nessuna malattia. Non fingete!

AMORE: come al solito siete indecisi e poco attenti: non avete ancora capito chi sono i veri amici.