



L' INDIANO



Mensile della Cooperativa Sociale Trieste Integrazione a marchio Anffas Onlus - Anno VII - Numero XC - Gennaio 2018 - Autorizzazione del tribunale di Trieste numero 1231 del 22/12/2010

VALZER IN PIAZZA

Sabato 16 dicembre siamo andati in piazza Unità a ballare vicino agli alberi di Natale. **Eravamo là per battere il record del mondo del maggior numero di ballerini che ballano insieme un valzer** per cinque minuti: il record da battere

era di 1510 coppie e il Comune di Trieste voleva proprio farcela ad avere



1511 coppie. Siamo andati con Rossella e Alessia. Appena arrivati in piazza Unità ci hanno dato i numeri, il pettorale per i maschi, l'adesivo rotondo per le donne. In quel momento abbiamo visto l'assessore Grilli con sua moglie che ha voluto offrirci un caffè: è stato molto gentile. Alle 18.00 è partita la musica un valzer viennese; c'erano tantissime persone e abbiamo ballato vicino agli alberi di Natale: Betti ha ballato con Sergio, Vito ballava con Jasna, Alessia con Sandro, Arianna con Marco, Goran con Raffaella, Rossella con Alan e infine Chiara con Beppe.



Abbiamo ballato il valzer a coppie.

Ci siamo scatenati e divertiti. **Dopo il valzer abbiamo ballato ancora un po':** hanno messo le musiche che piacciono a noi come "Despacito" e "Sofia" di Alvaro Soler. Con la



musica di "Sofia" abbiamo improvvisato un trenino e si sono unite tantissime persone...era lunghissimo! Abbiamo incontrato anche Cinzia, la nostra segretaria, che ballava scatenata. **Se non abbiamo battuto il record del mondo... pazienza!** Hanno detto che ci riproveremo di nuovo il prossimo anno e speriamo di partecipare ancora perché è stato molto divertente ballare insieme a così tanta gente!!!



Antonella

SOMMARIO

Valzer in Piazza	Pag. 1
Intervista doppia	Pag. 2
La Bomba !	Pag. 3
L'angolo di Carletto	Pag.3
Oggi cucino io	Pag.4
Oroscopo del mese	Pag.4
Sondaggio del mese	Pag.4

INTERVISTA DOPPIA A...

MICHELA

- 1) A me l'ispirazione viene di notte, e al mattino metto in pratica
- 2) Giardinaggio, pittura e cucina
- 3) "La donna afrodisiaca"
- 4) Le Nanas di Niki



U2



- de Saint Phalle
- 5) U2
 - 6) The Last Alaskans
 - 7) Abbiamo una collaborazione con un gruppo di anziani per fare dei quadri su Trieste.
 - 8) Personalmente mi piacciono tutti i fiori
 - 9) Sono qui all' Anffas da 22 anni.
 - 10) Sono entusiasta di lavorare con te perché assieme siamo un vulcano di idee.



Questo mese intervista doppia alle più artistiche delle nostre educatrici: Michela e Sabrina.

Ecco le domande:

- 1) da dove viene l'ispirazione per le vostre opere?
- 2) Avete Hobbies?
- 3) Quale è l'opera preferita tra quelle fatte da noi?
- 4) Quale opera storica o artistica vi piace di più?
- 5) Che musica vi piace ascoltare?
- 6) Quale è il vostro programma tv preferito?
- 7) Quali sono i vostri progetti futuri da noi?
- 8) Avete un fiore preferito?
- 9) 9 da quanti anni lavorate all' Anffas?
- 10) Fate una dedica o un saluto alla vostra collega di laboratorio artistico

SABRINA

- 1) Dall'artista Edgar Artis
- 2) Lo shopping!
- 3) "La donna dalle mille parole"
- 4) Mi piace "L'albero della vita" di KLIMT
- 5) Robbie Williams
- 6) Grey's Anatomy
- 7) Stiamo lavorando con un gruppo di anziani a un laboratorio artistico su Trieste
- 8) Adoro le orchidee (ma non ho proprio il pollice verde!)



- 9) Sono all' Anffas da 11 anni
- 10) Sono contenta di lavorare con te! Ciao super collega!!



ZUNAMI A CORNO & CALCIO

Martedì 19 dicembre siamo partiti dall'Anffas con il pulmino per andare a giocare la partita del campionato basket "LA BOMBA" a Corno di Rosazzo. Abbiamo fatto 2 partite contro la fortissima squadra di **Medea**: questa squadra in tutti i campionati "LA BOMBA" che ha partecipato, **NON HA MAI PERSO UNA PARTITA!** Nonostante il nostro impegno non siamo riusciti ad interrompere il loro record (cioè abbiamo perso!) È stato comunque un grande confronto tra due squadre corrette. Il campionato per lo ZUNAMI non è andato benissimo questo anno. Bisogna lavorare di più su difesa e passaggi e sperare nel rientro di qualche assente.



Alla fine della partita abbiamo pranzato e al rientro ci siamo fermati a Duino per un meritatissimo caffè!

Continuano invece gli allenamenti della squadra di calcio. Ogni giovedì i nostri campioni vanno ad allenarsi al Palachiarbola dalle 10.30 alle 12.00. Il Mister Gianni li prepara dal punto di vista atletico con corsa ed esercizi con il pallone, poi passa ai tiri in porta e alla partitella finale. Anche quest'anno Manuel giocherà in porta e Matteo sarà la punta, in difesa tutti contano su Maxi e anche le ragazze della squadra daranno di sicuro una buona mano.



L'angolo di Carletto

A mi sai me piassi le storie de una volta, e su uno dei miei libri go leto la storia dei MOSCHETTIERI. **Iera una specie de soldati de tanti anni fa' che viveva in Francia e difendeva il re.** I gaveva le divise tutte uguali con in testa un capel con le piume, la camisa bianca e una specie de traversa blu con la croce. Invece delle scarpe i gaveva i stivali alti e una spada lunga lunga con la punta affilata.



Quando i combatteva i faceva scampar i cativi che voleva rubarghe al re. **De sta storia i ga fato tanti film:** mi go visto uno, quando iero picio e ma ga sai piasudo. Ve consiglio de vardarlo anche voi.

Merita veder i duelli con le spade!! Poi i ga fato anche i cartoni animati: iera bei ma secondo mi xe meo i film, perché se vedi i vestiti de una volta.



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: Antonella Trapani

Stampa: In proprio

Periodicità: Mensile

Chiuso: 20/01/2018

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:



Bello di gennaio
Spesso brutto di febbraio!

IL SONDAGGIO DEL MARTEDI'

Le domande di questo mese riguardano gli orologi.

La prima era la più semplice: **portate l'orologio da polso?** La maggioranza ha detto di sì. Nella seconda domanda: **“sapete leggere l'ora?”** Solo 29 persone hanno risposto di sì, e abbiamo scoperto che tanti portano l'orologio solo per bellezza. La terza era una domanda con tante risposte possibili: **se non hai l'orologio**



logio dove guardi l'ora? Usi l'orologio della classe? Chiedi a qualcuno dei tuoi amici? Guardi il telefonino? Gran parte degli intervistati ha risposto che guarda l'orologio della classe e quelli che non portano l'orologio hanno ammesso di non saper leggere proprio l'ora. Quarta e ultima domanda? **Quanto guardi l'ora?** Poco? Tanto? Moltissimo? Niente? La maggioranza ha risposto tanto ma non tantissimo....meno male!

Oroscopo del mese

ACQUARIO

LAVORO: lavorate bene ma parlate decisamente troppo. Siete una radio che non si spegne mai.

SALUTE: siete un po' sovrappeso e non siete informa in questo periodo. Fate dieta e esercizio.

AMORE: siete un po' brontoloni con gli amici della vostra ragazza. State calmi. Tutto si sistema.

OGGI CUCINO IO



Dopo tutte le abbuffate di panettone, dolci e i grandi festeggiamenti con pranzi, cene e qualche spumante, oggi vi propongo una **ricetta purificante : il minestrone di verdure.**

Ingredienti : carote, piselli, zucchine, patate, spinaci, cavolfiore, olio e sale.

Iniziate a lavare e tagliare le verdure a piccoli pezzi. Mettere una pentola con l'acqua sul fuoco con le verdure. Aggiungere un po' di sale e due cucchiaini di olio. Mescolare ogni tanto e coprire con un coperchio fino a che la minestra sarà pronta.

Mi raccomando mangiate spesso la minestra di verdure che fa molto bene. A me piace molto anche la minestra di risi e bisì, porri e patate e di fagioli.



I miei consigli : cercate di usare le verdure fresche per preparare le minestre e se vi piace potete aggiungere qualche buon crostino alla minestra così sarà sicuramente ancora più buona.

