



# L' INDIANO

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

## 50° BARCOLANA

Domenica 14 ottobre siamo andati in barca per partecipare alla Barcolana 50! Io ero con Deborah, Rossella e Kiki. Ci siamo trovati al porticciolo di Barcola con Saul dell' associazione Benessere e abbiamo conosciuto altre persone che venivano in barca con noi. La nostra barca era molto grande ma andava a

motore e non a vela: eravamo lì come spettatori. Siamo partiti



da Barcola e abbiamo visto tutte le barche che partecipavano alla gara che si preparavano per la partenza: erano tantissime più di 2500!!! A un certo punto

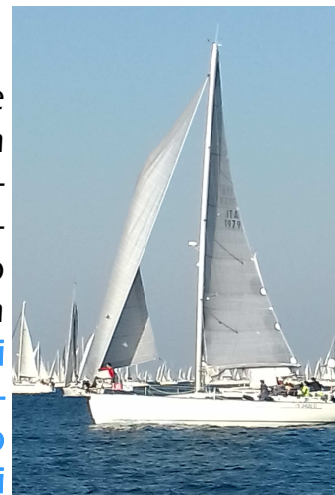
un cannone ha sparato un colpo molto forte; dopo cinque minuti un'altra cannonata e dopo ancora una la più forte che dava il via! Siamo arrivati davanti piazza Unità e abbiamo visto la Vespucci .



Il signor Luciano che pilotava la barca ci ha detto che aspettavamo l'arrivo dei vincitori, infatti eravamo vicini alla boa rossa dell'arrivo. Sopra di noi volavano gli elicotteri e sono anche passati gli aerei delle Frecce Tricolori.

Ad un certo punto è arrivata una barca con una vela molto grande e intorno era pieno di barche e motoscafi che hanno fatto tante onde. La barca che ha vinto si chiamava Portopiccolo e quando è arrivata al traguardo hanno sparato

petardi e fuochi d'artificio. Poco dopo siamo tornati al porticciolo, siamo scesi dalla barca e abbiamo fatto delle foto tutti quanti insieme. Mi è piaciuto molto vedere tutte quelle barche e la giornata era veramente splendida con un bel sole, un po' di vento, in certi momenti un po' troppe onde! Ci siamo divertiti un mondo. La Barcolana è un evento molto importante per Trieste e quest'anno per i 50 anni era veramente speciale!



### SOMMARIO

50 BARCOLANA	Pag. 1
Intervista doppia	Pag. 2
LA CALAMARATA 2019	Pag. 3
L'angolo di Carletto	Pag.3
Oggi cucino io	Pag.4
Oroscopo del mese	Pag.4
Sondaggio del mese	Pag.4

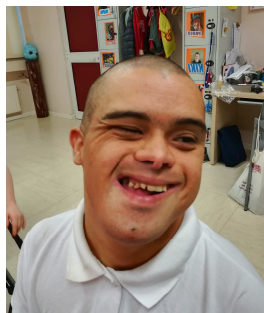
Antonella

## ALICE E YOUNES

Vi presentiamo Alice, anzi lei si presenta sola, perché è una super chiacchierona!

1. Ho 19 anni, sono nata il 12 settembre 1999.
2. Mi trovo molto bene, sono tutti molto simpatici e si ride tanto insieme.
3. Arrivo con il pulmino della Cooperativa Alma.
4. Io adoro le polpette con il purè.
5. La pizza più buona per me è quella con i frutti di mare.
6. Devo pensarci ...
7. Sono figlia unica.
8. Il mio colore preferito è il giallo perché io mi sento una persona molto solare.
9. Quando sono a casa mi piace leggere o ascoltare dei audiolibri, scrivere favole per i bambini, colorare dei mandala o ascoltare musica.
10. Prima di venire qui andavo al Liceo Classico Petrarca.


**Come sempre ai nuovi arrivati facciamo un'intervista. Questa volta tocca ad Alice e Younes, i nostri nuovi acquisti. Ecco le 10 domande:**



1. Quanti anni hai?
2. Come ti trovi qui all'Anffas?
3. Come arrivi?
4. Quale è il tuo piatto preferito?
5. Ti piace la pizza?
6. Quale è il tuo dolce preferito?
7. Hai fratelli o sorelle?
8. Quale è il tuo colore preferito?
9. Cosa fai quando ritorni a casa?
10. Dove eri prima di venire qui?



Questo invece è Younes e queste sono le sue risposte.

1.  GIOVANE
2.  BENE
3.  PULMINO
4.  PATATINE
5.  PIZZA  BENE
6.  2  SORELLE  1  FRATELLO
7.  BISCOTTI
8.  BLU
9.  TV
10.  CAMPANELLE

## LA CALAMARATA

Giovedì 21 settembre siamo andati a Muggia al Bagno San Rocco per fare il pranzo di fine estate: **la ormai tradizionale "CALAMARATA" Eravamo insieme al Modulo azzurro e Matteo e il Modulo piazzetta con Martina.** Con il pulmino dell'Anffas siamo partiti dal centro verso le dieci e mezza. Era una bellissima giornata calda e soleggiata; ci hanno messo sui tavoli di fronte al mare sotto l'ombrellone. Eravamo tutti in compagnia, parlavamo fra di noi. Qualcuno ha fatto anche una nuotata visto che l'acqua non era fredda! Qualcuno leggeva un giornale, altri chiacchieravano, altri giocavano con la pallina di Antonella: ce la siamo passata bene. Per pranzo abbiamo mangiato calamari fritti e pattatine fritte, qualcuno ha mangiato la pasta al ragù.



Alla fine abbiamo preso il caffè. Prima di andare via abbiamo salutato Marco e Maria che gestiscono quello stabilimento e i due bagnini con un po' di tristezza perché è finita l'estate, ma loro ci hanno detto che possiamo vederci per un caffè anche durante l'inverno! Verso le due e mezza abbiamo preso il pulmino per ritornare al

centro: **abbiamo passato proprio una bella giornata di fine estate!**

**Le "rosse" di Rossella**



## L'angolo di Carletto

Pian pianin anche sto anno xe arivado ottobre e l'autunno, una stagion de pasaggio prima che vegni l'inverno e el freddo. In sto periodo la natura cambia, cascà le foie e i colori diventa bei :rosso , giallo, arancion..... anche sui alberi riva le castagne che xe speciali de magnar!

**Una roba sai importante che in campagna se fa in autunno , xe la vendemmia , i contadini che ga le viti con l'uva, i la ingruma , i la metti nei grandi cadini , dopo i struca l'uva e cusì se fa el vino, anche el**



**mosto e el spumante che xe sai bon!**

Mi me ricordo ben de quando iero picio e mio nono me portava con lui a vendemiar, iera sai bel e mi me divertivo tanto . **Anche le olive ingrumavamo, e con quelle se faceva l'olio per tutto l'inverno.**

Ierimo in tanti a vendemiar, tuta la mia famiglia , e alla fine magnavamo tuti insieme le robe bonissime che mamma e nonna cusinava.

**Cin cin a tutti !**



**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:** 20/10/2018  
**Registrazione Tribunale di Trieste:** n. 1231  
del 22/12/2010



## OGGI CUCINO NOI

La nostra cuoca Betty questo mese non è riuscita a darci una ricetta perché è in ferie ... Speriamo torni presto con qualche golosa idea tipica dei bei posti dove sta andando.



Per la rubrica "oggi cuciniamo noi" vi proponiamo una semplice e buona crema pasticcera. Gli ingredienti sono: 4 uova, 160 gr zucchero, 140 gr farina, 1 litro latte e scorza limone.

Prendere una pentola e mettere a scaldare il latte con la buccia del limone. In una ciotola rompere le uova e aggiungere lo zucchero e farina. Mescolare bene. Quando il latte diventa caldo unirlo poco alla volta alla ciotola con uova, zucchero e farina. Mescolare. Quando è unito tutto mettere sul fuoco e sempre mescolando portare a ebollizione fino che la crema diventa densa.



Il nostro consiglio: mangiate la crema in compagnia dei vostri amici, magari con qualche biscotto.

*"La verità ha un linguaggio semplice"*  
Euripide

### La redazione

Federica, Giuliano 1 e Giuliano 2, Irina, Massimo, Mattia, Maurizio, Michele, Paolo, Simona e Vito.



### PROVERBIO:

SE PIOVE

PER SAN GORGONIO (9\10)

TUTTO OTTOBRE E' UN DEMONIO !

## IL SONDAGGIO DEL MARTEDI'

Un sondaggio come questo crediamo che non sia mai stato fatto da nessuno. **Le domande di questo mese riguardano la vecchiaia.** Prima domanda: **Ti senti vecchio?** Chiaramente la risposta di quasi tutti è NO. **A quanti anni si diventa vecchi secondo voi?** A 40, a 50, a 60 a 70, a 80? Per tutti si diventa vecchi a ottanta anni. **E secondo voi a diventare vecchi come ci si sente?** Felici? Tristi? Sereni? Impauriti? La maggior parte si sente un poco tristi, molti si



sentono felici, alcuni hanno paura, pochi si sentono sereni. **Secondo voi di che cosa ha più bisogno una persona che diventa vecchia?** Di compagnia? Di uscire e stare all'aria aperta o di aiuto medico o domestico? Quasi tutti pensano che le persone che diventano vecchie hanno bisogno di compagnia!

### Oroscopo

del mese : SCORPIONE



**LAVORO:** in questo periodo siete un poco stanchi e vi arrabbiate subito. Abbiate pazienza!

**SALUTE:** iniziate a mangiare tante arance che l'inverno si avvicina, così eviterete i raffreddori e i mali di stagione.

**AMORE:** tutto tranquillo almeno in questo campo. Siete felici e soddisfatti della vostra storia d'amore. Avrete un inverno proprio felice.