

NUMERO 3 OTTOBRE 1994 - TRIMESTRALE

C.R.A.L.
U.S.S.L. 68 - RHO

IL QUOTIDIANO

HA BISOGNO DI UN FINANZIAMENTO? NOI POSSIAMO DARLE UNA MANO

CONVENZIONE CON CRAL DELL'USSL 68 - RHO.

Il fascicolo della Convenzione contenente le agevolazioni concordate è depositato presso la Segreteria del CRAL.

I NOSTRI PRINCIPALI SERVIZI:

PRESTITI MEDIANTE CESSIONE DI QUOTE DELLO STIPENDIO

Bastano 6 MESI di anzianità di servizio

Possono ottenere questo finanziamento anche le persone protestate o con altri prestiti in corso.

Non è richiesto NESSUN AVALLANTE NÈ LA FIRMA DEL CONIUGE.

Rinnoviamo operazioni in corso con altre finanziarie facendo recuperare al cliente gli interessi non maturati.

MUTUI

Finanziamo fino al 85% del valore dell'immobile.

Dilazioni fino a 20 anni. AI MIGLIORI TASSI.

Le condizioni per ogni tipo di prestito sono dettagliate nei fogli informativi analitici a disposizione presso i nostri uffici in osservanza della legge sulla trasparenza delle operazioni finanziarie.



SELFIN

FinCastello

I nostri uffici in Milano:

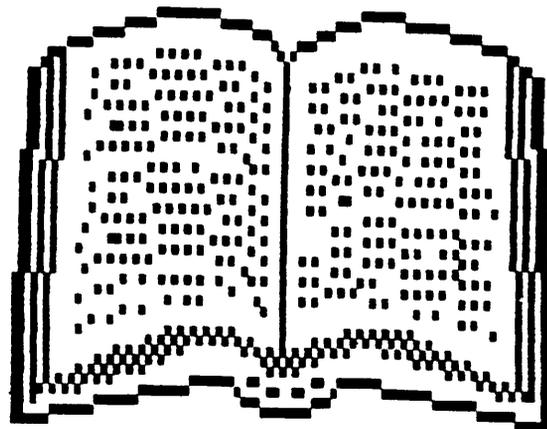
SELFIN SERVIZI FINANZIARI • Via Curtatone 14 • Tel. 02/55182448 R.A.

FINCASTELLO • P.zza Castello 19 • Tel. 02/876795 (R.A.)

UFFICIO MOBILE PRESENTE IN TUTTA LOMBARDIA

Per informazioni o per fissare un appuntamento con un nostro funzionario potete rivolgervi anche alla segreteria del CRAL.

SOMMARIO



PAGINA	1	- EDITORIALE: "IL PUNTO DELLA SITUAZIONE"
PAGINA	2	- AUTUNNO; TEMPO DI MIGRAZIONI L. Magistrelli
PAGINA	3	- SWATCH ... CHE PASSIONE !!! P.Luigi Chieffo
PAGINA	4	- CAMPIONATO DI CALCIO DI SERIE "A" Dott. Angelo Cetta
PAGINA	5/7	- BRR! ARRIVA L'INFLUENZA Dott. Paolo Cavalli
PAGINA	8/9	- RICETTA DEL MESE Dott. Marco Bassi
PAGINA	10	- GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA: GITA IN VAL CODERA Dott. Alfredo Morelli
PAGINA	11	- SETTORE CULTURA E SPETTACOLO
PAGINA	12	- GRUPPO PESCA
PAGINA	13	- GRUPPO CICLOTURISTICO
PAGINA	14	- PRESENTAZIONE STAGIONE CALCISTICA 1994/95
PAGINA	15	- GARA DI BOWLING Dario Barindelli
PAGINA	16	- VOTA IL NOME

VENDO - COMPRO - OFFRO - CERCO

ELENCO AGGIORNATO DELLE CONVENZIONI STIPULATE DAL CRAL USSL 68

LA REDAZIONE: PARENTE NICOLA c/o UFFICIO STIPENDI
PASTORI ANGELO c/o CENTRO TRASFUSIONALE

EDITORIALE

A tutti i SOCI
del CRAL

Finalmente, dopo un anno di attesa, giovedì 29 settembre u.s., alla presenza del Commissario Straordinario Avv. Giuseppe Santagati, dei Responsabili di Servizio e delle Unità Operative dell'OO.SS. dell'USSL e dei Rappresentanti della stampa locale è stata inaugurata la sede del CRAL, gentilmente concessa dall'Amministrazione, nel locale individuato nel semiterrato del Presidio Ospedaliero di Rho vicino alla Dispensa.

Siamo convinti che d'ora in avanti le attività a favore dei Soci saranno ulteriormente incrementate avendo un punto fisso di ritrovo a disposizione del CRAL.

Si ritiene opportuno informare i Soci che con il Commissario Straordinario sono stati definiti altri due punti molto importanti per la ns. Associazione:

- 1) l'erogazione del finanziamento spettante per l'anno 1993, che materialmente è stato introitato il 22 settembre 1994;
- 2) è stata stipulata una convenzione con la quale l'USSL n. 68 delega il CRAL a farsi carico della installazione e gestione dei distributori automatici di bevande calde e fredde e di quanto altro si ritenesse necessario per offrire un adeguato servizio di ristorazione sia per i dipendenti che per i ricoverati.

E' rimasta ancora da definire una questione molto importante quale è l'apertura del bar nel P.O. di Passirana. Riteniamo che con un pò di buona volontà anche questo problema possa essere facilmente risolto, per questo invitiamo il Commissario Straordinario a farsi carico della questione, rilevato che oltre a creare un servizio per i dipendenti soprattutto si andrebbe incontro alle esigenze dei degenti del P.O. di Passirana.

Nel ricordare che è in corso la campagna di rinnovo della tessera di iscrizione al CRAL, si invitano tutti i Soci ad aderire numerosi alle prossime iniziative che verranno organizzate dalla ns. Associazione.

Con l'occasione cordiali saluti.

Il Presidente
Mario Argia

Mario Argia



AUTUNNO; tempo di migrazioni



Al sopraggiungere dell'autunno, ai primi freddi, nei parchi, nei giardini e nelle campagne, gli uccelli si preparano a migrare. Diverse specie svernano nella nostra penisola (regoli, pettegole e cince), lo storno invece compie spostamenti piu' significativi, mentre l'usignolo abbandona i nostri boschi, dove aveva nidificato per ricomparire nella primavera successiva.

Questi viaggi compiuti in autunno e in primavera, interessano quasi tutti gli uccelli presenti nella nostra regione.

Occorre sottolineare che la nostra zona rappresenta anche un'area di svernamento per varie specie; infatti, nei mesi invernali, oltre agli uccelli stanziali (passero e merlo) sono presenti anche fringuelli, tordi, lucherini e numerosissimi altri volatili provenienti da paesi piu' freddi.

Questi ultimi, con il sopraggiungere della primavera, ripartiranno per il nord Europa, unendosi agli altri migratori provenienti dalla Spagna e dall' Africa e diretti nei luoghi di riproduzione. Abbiamo visto cosa succede durante l'anno, ma non sappiamo ancora bene perche' questo avvenga, sappiamo comunque che dopo il periodo della riproduzione, in tutti i migratori si verifica la muta del piumaggio e, successivamente, gli uccelli partono per i quartieri di svernamento.

Tuttavia il fenomeno migratorio non e' determinato soltanto dalla muta del piumaggio, ma anche da fattori interni relativi alla fisiologia dell'uccello, ed esterni, quali l'accorciarsi delle giornate e il mutamento delle condizioni climatiche.

E' noto che gli uccelli migratori, per portarsi nei luoghi piu' caldi, si orientano con le stelle e il sole e lo spostamento avviene sia di giorno che di notte; gli uccelli percorrono anche 300 km al giorno, a velocita' a volte superiori ai 100km/h e a notevoli altezze anche superiori ai 5000 m.

La maggior parte degli uccelli, per la propria migrazione, segue percorsi obbligati e comunque legati alla presenza di cibo e di oasi di riposo; per quanto riguarda il passaggio Europa - Africa i luoghi preferiti sono lo stretto di Gibilterra, il Bosforo e il canale di Sicilia.

Questo ultimo passaggio ci interessa da vicino, in particolare l'impegno per ciascuno di noi e' relativo ad un' educazione protettiva e sostentativa per questi nostri abituali e schivi compagni di vita; senza dimenticare che un' educazione civile e sociale per il rispetto della natura porta ad un evidente miglioramento della vita di tutti i giorni.

Luigi Magiattelli
Magazzini Economali



SWATCH ... che passione !!!



Uno, qualcuno, cento milioni; quando nel 1983 e' iniziata l'avventura SWATCH nemmeno io, che pur amo il rischio e l'avventura, sarei arrivato a pensare che avremmo conosciuto la grande passione collettiva di cui Oggi siamo protagonisti.

SWATCH da anni scorrazza tra le alpi svizzere e i laghi prealpini, e non solo ha varcato alla grande i confini della Svizzera ma ha abbattuto i confini del continente Europeo e del mondo intero mantenendo intatta la sua originalita'.

Ma come e' nata questa esplosiva personalita'? Come e' riuscito a verificarsi tutto cio' all'interno dell'universo svizzero?

Tante cose sono state dette e scritte a proposito dell'argomento. Tocca pero' a me dire la verita'.

La rinnovabilita', l'innovazione creativa, hanno fatto la differenza rendendolo cosi' potente da diventare "marca", superando la concezione di "pochezza", affermandosi saldamente grazie alla forte personalita'.

Quattro furono gli uomini che collaborarono al progetto: Jacques Muller, Elmar Mock, Haus Zangg e Franz Sprecher.

Scena dell'azione: la fabbrica di meccanismi d'orologeria Eta a Grenchen, a sud del Giura, nel cuore della tradizionale industria di orologeria svizzera.

Eta apparteneva allora, insieme alle note marche Longines, Tissot, Rado, a un gruppo di produzione orologiaia, la Asuag, che fondendosi con la SSIH (Omega, Tissot ecc.), formera' il piu' importante complesso orologiero Svizzero, la SMH (Societe' de Microelectronique et d'Horlogerie).

E, SWATCH dopo SWATCH, come per i personaggi di una favola senza fine, si sono formati piccoli eserciti di collezionisti, che conoscono tutto di questi incredibili personaggi, i risvolti delle loro personalita' e i mille significati del loro tic-tac.

Un linguaggio, quello di SWATCH, che non necessita di traduzione: un linguaggio assoluto che le persone di tutte le eta', di tutte le latitudini, non solo capiscono ma seguono con entusiasmo e passione.

E' proprio questa identificazione con un universo di linguaggio, di espressione, di comunicazione, e' l'aspetto piu' affascinante di quello che, nato come prodotto tecnologico, ha assunto la stupefacente dimensione di accessorio, di complemento di personalita'.

Parla di se' e fa parlare di se' chi lo porta.

Stupisce e continua a stupire.

E' attivo, e' vivo, incontenibile e ingovernabile.

Affascinante no ???

P. Luigi Chieffo
Scuola Infermieri Professionali



Campionato di calcio serie "A"

Il punto della situazione



Eccoci, dopo l'estate, di nuovo alle prese col calcio.

Il campionato e' da poco iniziato ma ancora non si sono spenti gli echi dei mondiali che ci ha visti vice-campioni del mondo.

Il nostro secondo posto, pero', ha fatto sognare ed esaltare solo.....Sacchi.

A noi sono venuti i capelli ritti nel vedere alcune scelte tattiche (Lombardo a casa, Evani in USA) e alcune collocazioni tattiche (Berti a destra); a lui no ... e' pelato!

Noi ci siamo annoiati (tranne qualche scampolo di partita) e stizziti nel vedere giocatori zoppi in campo (Baggio) e sani in panchina (Signori, Zola), a lui e' bastato calare i grandi occhiali neri sul naso e... non guardare... o non saper guardare. Polemiche a parte, tuffiamoci nel campionato, ormai alla quarta giornata.

Il Parma e' in testa e, con tutta sincerita', mi sembra che sia attrezzato, sia come organico che come mentalita', per durare.

La Juventus e' a ruota e deve recuperare ancora parecchi giocatori tra cui ex "codino" Baggio. Lippi e' bravo e intelligente e la difesa offre sicuramente piu' garanzie che in passato.

Eccoci alle romane.

Entrambe hanno un super attacco ma grossi interrogativi in difesa.

La Lazio poi e' odiosa ... a me.

L'Inter invece e' alla prese con il problema centroavanti ma ha, quest'anno, un capace tecnico anche se un po' orso.

La Sampdoria e' il solito genio e sregolatezza.

E poi c'e' il Milan, una grande squadra con la mentalita' della vittoria; ogni volta che lo si da' per vinto risorge alla grande. Sara' importante quel 25% di imprevedibilita' (fortuna, infortuni, decisioni arbitrali) per vincere il torneo.

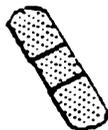
E' presto pero' per stilare classifiche o fare previsioni, considerando che la regola dei tre punti puo' influire sui recuperi improvvisi o improvvise cadute.

Ci sentiremo per questo piu' avanti, sperando di assistere a del bel gioco indipendentemente dai risultati.

Un grosso augurio anche alla squadra dell' OSPEDALE che l' 8/10 comincia il campionato; qui speriamo di avere dei risultati indipendentemente dal bel gioco.

Dott. Angelo Cetta

BRR..! Arriva l'influenza.



Con l'inverno e' probabile che avremo una INFLUENZA "negativa" dall'oriente. Di solito, alla fine della nostra estate, si esplora l'epidemiologia dell'emisfero australe, dove l'inverno e' al culmine, mentre da noi e' ancora presente, si fa per dire, il solleone, per cogliere eventuali presagi.

Dalle statistiche epidemiologiche correnti, si direbbe che in Australia, Nuova Zelanda, Argentina e Cile, l'influenza abbia seguito il nostro copione '94, anziche' anticiparci quello del '95. Si possono quindi formulare solo ipotesi, come spesso accade in medicina.

E' probabile che vi sia un ritorno, in termini piu' diffusi, di un virus influenzale A che si e' riaffacciato in Cina l'inverno scorso, in concomitanza di un virus B che ha mostrato notevole vivacita' negli ultimi anni anche in Italia, e che ha avuto dominio incontrastato in Cina e aree vicine, durante l'inverno scorso.

Quanto al nome, che di anno in anno assume sfumature esotiche, potremo (come dice il Prof. Crovari in una sua recente intervista) chiamarla "ORIENTALE".

Che cos' e' l'influenza, probabilmente lo sappiamo un po' tutti, anche perche' molti di noi l'hanno avuta e superata senza difficolta'. Basti pensare che negli ultimi 40 anni ci sono state due pandemie (quando vengono colpiti quasi tutti gli abitanti di una regione) l'Asiatica nel '57 e l'Asiatica "2" virus Hong-Kong '68, e almeno cinque epidemie (quando la malattia infettiva colpisce nello stesso tempo e nello stesso luogo un gran numero di individui) di una certa entita' '78-'79-'80-'89-'90.

L'influenza e' da considerarsi come la piu' grave tra le virosi respiratorie ed e' causata da un piccolo virus "RNA" (acido ribonucleico) di cui sono conosciute le tre varianti (A-B-C).

Il virus di tipo A e' quello che ha la maggior capacita' di provocare la malattia influenzale nell'uomo ed e' quello che ha creato i maggiori guai negli anni passati (Spagnola 1918 - Asiatica 1957 - Asiatica "2" 1968).

La patogenicita' di questo Rna-virus e' prodotta dal rivestimento proteico (capside) che e' costituito da due differenti glicoproteine: emoagglutinina (H l'iniziale del termine Inglese) che va ad ancorarsi sui globuli rossi e la neuraminidasi (N) che consente il passaggio del virus da una cellula ad un'altra.

Quindi il virus viene indicato, negli articoli sull'influenza o nei vaccini, con le sigle A/H₁ - N₁ - A/H₂ - N₂ etc..., a seconda della composizione antigenica della capsula.

La patogenicita' di questo virus sta' proprio nella possibilita' di ricombinare alcuni elementi che compongono il capsido spiazzando cosi' il sistema immunitario.

La penetrazione del virus influenzale nell'organismo avviene, di solito, per inalazione di secrezioni infette espulse con tosse o starnuto, ma anche con le mani o con oggetti contaminati da tali

secrezioni di soggetti portatori. Oltre alla mucosa rinofaringea, appare quasi costantemente interessata dal processo infettivo anche quella tracheo-bronchiale; mentre e' infrequente l'interessamento di altri organi al di fuori dell'apparato respiratorio. L'influenza colpisce individui di ogni eta' e ha una certa prevalenza stagionale, essendo piu' comune nei mesi invernali o all'inizio della primavera (il freddo favorisce la sopravvivenza del virus che produce le malattie delle vie aeree).

Le manifestazioni cliniche della malattia influenzale insorgono dopo un breve periodo di incubazione (uno-due giorni) e consistono prevalentemente in una febbre a carattere remittente-intermittente, anche a valori elevati (39°), che si accompagna a dolori ossei e muscolari diffusi, piu' marcati alla schiena e alle gambe; frequente e' la presenza di mal di testa con dolore retroorbitale, tosse scarsamente catarrale, faringodinia modesta e malessere generale, e all'inizio, possono essere presenti disturbi di tipo intestinale.

La sintomatologia tende a risolversi spontaneamente entro tre-quattro giorni dalla sua comparsa.

La completa guarigione si realizza in genere dopo un periodo piu' o meno lungo durante il quale ci si sente profondamente astenici (spompati).

Le complicazioni da superinfezione batterica (polmonite, otite) sono l'evento piu' temibile dell'infezione influenzale, che tendono ad insorgere in soggetti debilitati, anziani affetti da malattie cardiovascolari e/o polmonari croniche, in bimbi di eta' inferiore all'anno e nel primo trimestre di gravidanza.

COME SI PUO' CURARE

Con sintomatici per febbre, cefalee e mialgie: paracetamolo (tachipirina in: gocce, supposte, sciroppo, compresse a seconda del peso e dell'eta'); Acido acetil-salicilico (aspirina, da non usare per bimbi sotto i sei anni e, per chi soffre di stomaco, da assumere sempre a stomaco pieno) o altri antiinfluenzali che cambiano piu' nel nome che nella sostanza. Puo' essere utile l'uso di sciroppi mucolitici e/o sedativi della tosse, quando occorrono, e decongestionanti nasali. Non utile, se non dannoso e controindicato, l'uso di antibiotici, se non in casi specifici (malattie croniche debilitanti e, in genere, nelle broncopneumopatie croniche e nelle malattie cardiache croniche) e per tutti i casi di superinfezione batterica.

Per tutti e' utile il riposo a letto, al caldo ed una alimentazione leggera a prevalenza glucidica e, se possibile, preferire cibi liquidi, tiepidi o caldi, a quelli solidi (come sempre quando c'e' febbre).

COME FARE PER EVITARE L'INSORGERE DELL'INFLUENZA

Informazioni banali:

- igiene personale
- evitare di esporsi al freddo per tempi prolungati

C.R.A.L. USSL 68

-evitare i luoghi sovraffollati, chiusi o mal areati
-mantenere una alimentazione sana e regolata ricca di vitamine (C-A-E) e, se possibile, effettuare attivita' sportiva.

Infine bisogna prendere in considerazione la vaccinoprofilassi antiinfluenzale, anche se questa ha il maggior limite nel notevole trasformismo dell'agente virale, che muta periodicamente le proprie caratteristiche antigeniche vanificando i tentativi di sensibilizzazione.

E' giusto e corretto sottoporre a profilassi antiinfluenzale i soggetti in cui la malattia potrebbe avere gravi ripercussioni (cardiopatici, persone con malattie respiratorie croniche, renali croniche, diabetici, portatori di malattie debilitanti, grandi anziani).

Sono sicuramente da escludere i soggetti allergici alle proteine dell'uovo, in quanto l'uovo e' utilizzato come mezzo culturale per la preparazione del vaccino.

Il vaccino, che troveremo in farmacia quest'anno, e' un trivalente (contiene cioe' tre ceppi virali differenti):

A/Shandong 9/93 (H₃-N₂), A/Singapore 6/86 (H₄-N₁), B/Panama 45/90.

Il vaccino trivalente e' preparato secondo le indicazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanita'; la vaccinazione va' effettuata all'inizio dell'autunno, per far si che gli anticorpi prodotti permangano in numero elevato per tutta la stagione invernale.

A mio giudizio, i soggetti in buona salute, che non rientrano nelle categorie prima esposte, non necessitano della vaccinazione. Per coloro che fanno riferimento alla medicina omeopatica, si consiglia l'assunzione, una volta alla settimana, a digiuno, di una fiala di Manganese-Rame associata ad un'altra di Oro-Rame-Argento.

Dott. Paolo Cavalli
Servizio di Pronto Soccorso
e Accettazione

RIGETTA DEL MESE



"L'estate sta finendo" recita una canzone di qualche anno fa, e in effetti i temporali e le precoci neviccate in montagna hanno rinfrescando decisamente l'aria. Torna così la voglia di infilarsi il grembiule bianco, accendere il fuoco dei fornelli e dare sfogo ad una fantasia creativa che delizzi con i suoi aromi e i suoi sapori.

Allora, dopo un attento giro per le coloratissime bancarelle autunnali del mercato, proviamo ad immaginare un pranzo con gli amici che ci lasci ampio spazio per le papille gustative.

Un pranzo che sia un arrivederci alla trascorsa estate e un benvenuto all'autunno, magica stagione dei mosti d'uva.

Procuriamoci delle pesche gialle e, per mezzo di una centrifuga, otteniamone il succo (vanno bene anche quelli già pronti in commercio) a cui aggiungiamo del vino spumante amabile ben freddo che serviamo come aperitivo accompagnato da champignon crudi tagliati in quattro e gambi di sedano spalmati con caprino aromatizzato al sesamo e paprika dolce (queste ultime essenze sono facilmente reperibili nelle drogherie e nei supermercati).

Far seguire a questo aperitivo un antipasto a base di salame e fichi, di belle frittatine - ah !! quanto assomigliano al sole d'estate - che prepareremo in precedenza e serviremo tiepide.

Potremmo preparare una frittata alle erbe aggiungendo alle uova sbattute, con pochissimo parmigiano sale e pepe, un trito di rosmarino, salvia, basilico, timo, erba cipollina (vanno bene anche se secche acquistate al supermercato e precedentemente messe ad ammolare in acqua tiepida).

Altra frittata coloratissima si ottiene aggiungendo un poco di concentrato di pomodoro e della paprika dolce alle uova.

Accompagnare il tutto con del vino bianco fresco e aromatico (Muller Turgau Altesino o Tocai Italico).

Ecco che la conversazione con gli amici prende sempre più vita e fervore, ma occorre servire il primo e di solito tale piatto tiene lontano da tavola il cuoco che rischia di perdersi l'ultima barzelletta o il più piccante dei pettegolezzi. Viva la fantasia allora che suggerisce quanto segue e che potete in parte preparare prima.

Penne all'uovo di salmone; dosi per quattro persone: 500 gr di penne, un vasetto di uova di salmone (facilmente reperibili al supermercato o in pescheria), un bicchierino di vodka, un limone, due scalogni, olio, burro, sale e pepe.

Intanto che l'acqua per le penne bolle tritare finemente gli scalogni e fateli soffriggere in 30 gr di burro, bagnateli con la vodka, lasciatela evaporare, aggiungete la scorza di limone tagliata a striscioline; lasciate sul fuoco a fiamma moderata per un paio di minuti poi spegnete, salate e pepate.

Scolate quindi le penne e mettetele in una terrina ben calda, irroratele con il succo di limone filtrato e pepate, aggiungete quindi gli scalogni, due cucchiaini di olio e le uova di salmone; mescolate delicatamente e servite ben caldo.

Potete continuare a bere con questo piatto il vino dell'antipasto. Ora viene il gran momento del secondo piatto che otterra' sicuramente successo e stupira', forse anche voi che leggete, ma che vi assicuro facile da preparare e ancor di piu' da gustare. Sempre per sei persone prendete una gallina faraona di 1.5 kg. fiammeggiatela, lavatela e asciugatela accuratamente. Salatela internamente ed esternamente e fatela rosolare con tre cucchiari di olio, 30gr di burro spruzzandola ognor tanto con del the' (si proprio del the'). Ad abbracciatura ultimata abbassate la fiamma e continuate la cottura bagnando di tanto in tanto la faraona con cucchiariate di the' per circa un'ora. A cottura ultimata togliete dalla casseruola la faraona e tenetela in caldo. Aggiungete al fondo di cottura mezza tazza di brodo, due o tre cucchiari di the' e a fuoco vivo fate restringere il sughetto.

Ma lo stupore non finisce qui, mondate e affettate della frutta di stagione (mele, meglio se renette, pere, limoni, mandaranci, uva, pesche) disponete su un piatto da portata caldo la faraona guarnita con la frutta e versate sopra la salsa caldissima servite subito subito accompagnando questo piatto con del vino Cabernet Savignon. Ma: "La buca le mai straca se ne pur la sa de vaca" dice un vecchio proverbio milanese; e allora ecco giungere in tavola il piu' intrigante dei formaggi il gorgonzola con il suo aroma pungente e il suo sapore deciso che ben si sposa con un bicchiere di Marsala vergine.

Buona digestione.

Ah ... il dolce, speriamo che qualche invitato ci abbia pensato e se no

ALLA PROSSIMA

Dott. Marco Bassi
Pediatria



ATTIVITA' DEI GRUPPI



GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA

SABATO 22 OTTOBRE GITA IN VAL CODERA

Lasciata la macchina nella zona alta di Novate Mezzola, si inizia a salire lungo una mulattiera, spesso a gradini, lungo la destra orografica del profondo vallone (a sinistra per chi sale) che ci sta di fronte; l'inizio della mulattiera e' chiaramente segnalato; dopo 30'-40' la mulattiera lascia un bosco di radi castagni, raggiunge una cava di granito abbandonata e, subito sopra una cappelletta, dopo un breve tratto pianeggiante, il sentiero riprende a salire fino ad un aperto alpeggio; vi e' una successiva breve discesa, poi ancora un piano su percorso in parte artificialmente protetto e finalmente arrivo a Codera (circa h 1.30' da Novate Mezzola). Lasciato il paese si prosegue lungo la valle con percorso pianeggiante o in lieve ascesa fino ad una piccola diga (ore 0.30' da Codera), si traversa il torrente e si inizia a seguire il tracciato ENEL chiamato "Trecciolino"; e' un sentiero assolutamente piano che percorre la valle sul versante opposto a quello del paese di Codera, seguendo tutte le articolazioni delle piccole valli laterali; si percorre fra l'altro un tratto in galleria (pila necessaria) e si attraversa una valletta dirupata su un ardito ponte metallico; poco dopo il ponte, si lascia sulla destra il sentiero che, scendendo e poi risalendo, raggiunge Codera sul versante opposto e si prosegue in piano fino al bivio per la pittoresca frazione di S. Giorgio (ore 1 dalla diga). Si raggiunge S. Giorgio su sentiero che prima scende in una valle laterale per poi risalire sul versante opposto, oppure dall'alto dopo aver percorso il lungo tratto pianeggiante del sentiero ENEL che segue l'intero sviluppo della valle laterale (in entrambi i casi ancora 40' di cammino). Da S. Giorgio si di valla velocemente su sentiero ben tracciato fino al piano e di qui, poco dopo, alla macchina (40' da S. Giorgio).
Dislivello: 550 m. ma discreto sviluppo orizzontale.

Dott. Alfredo Morelli
Centro Trasfusionale

Per ulteriori informazioni rivolgersi a Angelo Pastori c/o Emoteca tel. 2346.



ATTIVITA' DEI GRUPPI



SETTORE CULTURA E SPETTACOLO

Con l'arrivo di settembre si riaprono i battenti dei vari Teatri Milanesi; per cui anche la responsabile del settore spettacoli si accinge a prendere contatto con i vari teatri (Il Piccolo, Lo Smeraldo, Il Lirico, Il Nuovo, Il Nazionale, Il Manzoni). Qui di seguito vi riportiamo gli spettacoli già programmati:

TEATRO LIRICO

MILANON MILANIN con Enzo Jannacci e Paolo Rossi 28/10. prenotazioni entro il 21/10, posto unico lire 22000+1000 soci CRAL, lire 4000 aggregati.

TEATRO MANZONI

L'ESIBIZIONISTA, spettacolo di Luca De Filippo 18/11 prenotazioni entro il 3/11; posto unico lire 33000+1000 soci CRAL, 4000 aggregati.

TEATRO CARCANO

COSI' E' SE VI PARE, commedia di Luigi Pirandello con Alida Valli, Sebastiano Lo Monaco e Giustino Durando 9/12 prenotazioni entro il 28/11.

GENTE DI FACILI COSTUMI spettacolo di Nino Manfredi con Lia Tanzi regia di Nino Manfredi 7/1/95; prenotazioni entro il 22/12/95.

In collaborazione con l'Associazione Italiana contro la leucemia il 12/12 abbiamo organizzato, presso il teatro SMERALDO, lo spettacolo SE CANTENN I GAJINN TAS EL GALL; commedia comica in tre atti di Roberto Maemi; prenotazioni entro il 14/10: posto unico lire 35000.

A favore dell'ASSOCIAZIONE SARA, impegnata con la USSL 68 nel Progetto Donna 68/92 per l'acquisto del secondo mammografo, il 14/10 presso l'Auditorium di Via Meda a Rho, assisteremo a: Il Fascino dell' Operetta con Angela Nascimbeni, Susj Picchio, Pino Donno ed altri. Posto unico lire 20000.

Con LA SOCIETA' DEI CONCERTI DEL CONSERVATORIO G.VERDI di Milano abbiamo effettuato alcuni abbonamenti di 12 concerti a prezzi particolarmente interessanti.

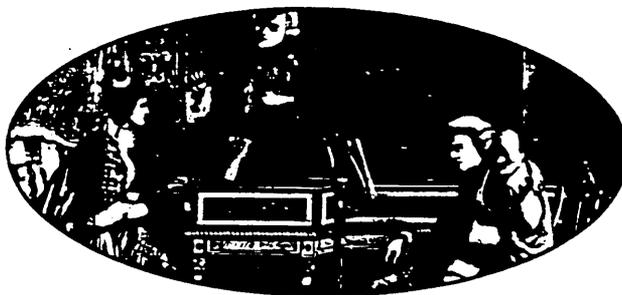
Con il TEATRO ALLA SCALA non e' stato possibile fare programmi a lungo termine, pertanto gli interessati sono pregati di lasciare il loro nominativo c/o l'ufficio protocollo di Passirana o alla sig. Forloni Carla c/o il laboratorio di analisi di Rho. Queste persone saranno tempestivamente interpellate nel caso in cui siano disponibili alcuni biglietti.

Per i futuri appuntamenti tutti i soci potranno trovare i programmi esposti nelle bacheche situate vicino ai cartellini o nella nuova sede del CRAL sito nel seminterrato del P.O. di Rho (ex Ufficio Magazzino Economale)

C.R.A.L. USSL 68

**AUDITORIUM
DI VIA MEDA - RHO**

Venerdi 14 OTTOBRE 1994 - ore 20,45



**Toro Assicurazioni - Rho • Ass. Lirica Rhodense
C.R.A.L. - U.S.S.L. 68**

*A favore dell'Associazione SARA, impegnata con la U.S.S.L. 68
nel progetto Donna 68-92 per l'acquisto di un 2° Mammografo*

IL FASCINO DELL'OPERETTA

Soprano - Angela Nascimbeni
Soubrette - Susy Picchio
Tenore - Pino Donno
Comico - Gigi Franchini
Pianista - Roberto Negri

COSTO DEL BIGLIETTO LIRE 20.000

ATTIVITA' DEI GRUPPI

GRUPPO PESCA

Al termine dell'ultima gara del campionato sociale di pesca, che si e' svolta il 24/9 e che ha visto come vincitore Bosoni Giuseppe con un punteggio record di 44.250, possiamo trarre un bilancio positivo di tutta l'attivita' svolta quest'anno. I soci partecipanti sono stati in media 23 e si sono classificati nel seguente modo:

CLASSIFICA FINALE 1994 CAMPIONATO SOCIALE DI PESCA

1^	BOSONI	G.	99.280	punti
2^	BODINA	A.	74.845	..
3^	LAINO	V.	74.410	..
4^	BAGGI	A.	73.480	..
5^	CAMPAGNA	R.	72.070	..
6^	NASUELLI	W.	68.450	..
7^	AGRINI	A.	66.010	..
8^	AMATO	M.	59.740	..
9^	ZUCCA	T.	59.510	..
10^	RAMBALDI	A.	56.730	..
11^	ARRIGO	M.	53.130	..
12^	MERLONI	T.	51.470	..
13^	MASCIA	S.	50.810	..
14^	BOSONI	A.	45.890	..
15^	COLTRO	A.	43.190	..
16^	ARRIGO	L.	42.070	..
17^	BORRONI	G.	41.500	..
18^	CIRAUSSO	W.	31.170	..
19^	MARTINI	A.	30.710	..
20^	COMITO	T.	20.560	..

TOTALE GARE DISPUTATE: 4

CLASSIFICA STILATA IN BASE AI TRE MIGLIORI PIAZZAMENTI.

A tutti gli appassionati pescatori si ricorda che il giorno 5/11 si terra', presso il Laghetto la Vallata di Castelletto di Cuggiono, il "PRIMO TROFEO CLAUDIO PESSINA".

Per iscrizioni e ulteriori informazioni rivolgersi a:

ZUCCA TORQUATO o NASUELLI WALTER c/o P.S.



ATTIVITA' DEI GRUPPI



GRUPPO CICLOTURISTI

Esistenza stentata, quella del gruppo cicloturisti; e' destinata a progressivo esaurimento? Forse no, qualcosa sta cambiando; per intanto sono dimissionari i vecchi responsabili e, temporaneamente assumono la guida del gruppo i Sigg. Volpi Francesco e Ceriani Antonio i quali organizzeranno una riunione in cui saranno nominati i nuovi Responsabili.

Ma quali sono le aspettative della "base"?

- Uscite programmate come data, chilometraggio e percorso.
- Un Responsabile per ogni uscita, magari diverso di volta in volta, cui chiedere informazioni.
- Una graduazione dello sforzo con gite prima brevi e poi sempre pi' lunghe ed impegnative che prevedano eventualmente anche un iniziale trasferimento in macchina.
- Inserimento, specie nelle prime uscite, di qualche schema di potenziamento dello sforzo anaerobico ed aerobico (eseguibile facoltativamente) per accelerare la preparazione.
- Ad ogni itinerario si dovrebbe dare un contenuto prevalente (tecnico, paesaggistico, culturale, gastronomico, ecc.).
- Qualche volta sarebbe desiderabile avere qualcuno che percorra, con altri mezzi, lo stesso itinerario documentandolo opportunamente.
- Bisognerebbe prevedere annualmente un paio di "itinerari-collauda" con qualche forma di riconoscimento per chi li percorra (ad esempio uno di fondo - 120/160 km. - ed uno su un importante percorso alpino).
- Non guasterebbe una gita di una giornata con pranzo fuori, aperto anche ad altri iscritti al C.R.A.L., che potrebbero raggiungere la localita' prefissata con altri mezzi.
- Si potrebbe tentare una convenzione con qualche costruttore per ottenere uno sconto su una bicicletta completa o su componenti.
- Se poi avessimo uno sponsor.....

Auguri e buona
bici a tutti
"La base"

ATTIVITA' DEI GRUPPI



STAGIONE CALCISTICA 1984/85

All'inizio di settembre e' ripresa l'attivita' preparatoria per il campionato di calcio U.I.S.P.-Unione Italiana Sport per tutti- cui aderisce anche il nostro CRAL.

Detto campionato iniziera' il giorno 8 Ottobre e, fino ad ora, hanno aderito i seguenti giocatori:

<u>DIPENDENTI</u>	<u>SCUOLA INFERMIERI</u>	<u>ESTERNI (n. chiuso)</u>
-------------------	--------------------------	----------------------------

Pacilli Paolo
Cetta Angelo
Palaeri Luigi
Paladini Tonj
Cozzi Massimo
Lanfranchi Riccardo
Vismara Alessandro
De Palo Marco
Bescape' Bruno
Cosentino Salvatore
Moioli Massimo
Guerrino Pasquale
Borali Giacomo
Ceccarelli Gabriele

Visco Paolo
Campoleoni Simone

Marcianete Ermenegildo
Radrizzani Damiano
Russo Leoluca
Ciraci Mario
Anzaldi Roberto

DIRIGENTI RESPONSABILI

Palaeri Carlo
Argia Mario
Zuochetti Giorgio
Bina Corrado

P.S. Per eventuali adesioni rivolgersi ai dirigenti responsabili.



ATTIVITA' DEI GRUPPI



GARA DI BOWLING

In attesa di organizzare una grande sezione BOCCIOFILA, visto il numero dei mancati pensionati, si e' svolta, il 4 ottobre, la seconda gara di BOWLING. Come la precedente e' stata effettuata presso il BOWLING NERVIANO, sulla statale del Sempione.

Soddisfacente il numero dei partecipanti -35-, che si sono sfidati fra mocciosi, risate, incoraggiamenti, sfottii e applausi. E' risultato vincitore ROSSONI Fiorenzo, che, in finale, ha battuto TOFFANO Stefano; mentre nella finalina per il terzo e quarto posto RADRIZZANI Damiano ha superato PALEARI Luigi.

Gustosi premi in natura: una cena per due persone presso l'HOSTARIA ROMANA il primo premio, una coppa (insaccata) ed un salame gli altri premi. Ai finalisti, la direzione del BOWLING, ha donato una simpatica maglietta ed uno spiritoso cappellino.

Buona l'organizzazione e preziosa la disponibilita' mostrata dallo staff del Bowling.

In conclusione, una bella serata, un po' diversa e ... a basso costo.

Dario Barindelli
Laboratorio Analisi

Vota il nome

QUESTI SONO I NOMI PROPOSTI DAI DIPENDENTI DELL' USSL 68 PER IL NOSTO GIORNALINO. DAI IL TUO VOTO, STACCA QUESTA SCHEDA E PONILA NELLE APPOSITE URNE POSTE PRESSO LA CUCINA, PER LA SEDE DI RHO, E PRESSO L'UFFICIO PROTOCOLLO PER LA SEDE DI PASSIRANA.

- IL GIRASOLE : : :
- IL MILLEPIEDI (MILLE IDEE PER MILLE OCCASIONI) : : :
- FANS CLUB CRAL USSL 68 : : :
- L' INFORMATUTTO : : :
- IL GRILLO : : :
- CRESCIAMO INSIEME : : :
- CARPE DIEM : : :
- NEW LIFE CRAL : : :
- VIRUS : : :
- INSIEME : : :
- ORCHIDEA : : :
- CAMPANILE : : :
- CRALALLERHO : : :
- RHO PIU' : : :
- IL PANDA : : :
- IL FARO : : :
- IL RESTO DEL CRALLINO : : :

C.R.A.L. USSL 68



VENDO - COMPRO - OFFRO - CERCO



AFFITTASI a Gandellino (Val Seriana), mese di settembre, monolocale con 4 posti letto in stabile nuovo con box.
Telefonare al 2364 dalle ore 8.00 alle 8.30.

AFFITTASI zona stazione a RHO, Corso Europa, appartamento composto da: 2 camere da letto, salone grande, cucina abitabile, bagno, ripostiglio, 2 balconi, possibilita' box.
Telefonare al 2364 dalle 8.00 alle 8.30.

VENDO APPARTAMENTO, 56 mq. zona ospedale, composto da 2 locali, servizi e posto macchina, completamente ristrutturato, termoa autonomo, terzo piano lire 142.000.000.
Tel. a Mariella ore pasti 02/93501762.

VENDO MIELE produzione propria

AMARE E' LA VITA

LA SUA DOLCEZZA SOLO NEL MIELE LA TROVERAI

VIENI DA ME E CERTO L'AVRAI

1 Kg. di castagno LIRE 10.000

1 Kg. di acacia LIRE 10.000

1 Kg. di pappa reale LIRE 12.000

Per ulteriori informazioni chiedere di Roberto int. 2286 (Lab. Urgenza)

VENDO TENDA a 5 posti catini 2 + 3. Telefonare al 2364 dalle ore 8.00 alle 8.30.

VENDO FIAT TEMPRA S.W. 1.8 i.e. SLX ottobre 1991 in ottime condizioni con climatizzatore automatico, servosterzo, antifurto con telecomando, radio, alzacristalli elettrici, chiusura centralizzata km. 64.000. Telefonare al 2346 Dott. Cicuti.

VENDO RENAULT CINQUE cilindrata 1100 anno 1986, buone condizioni.
Telefonare al 9303673 dopo le ore 19.00.

Invia la tua inserzione alla redazione
verra' pubblicata gratuitamente sul giornalino



ELENCO CONVENZIONI

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:
Panzitta tel.2561 - Pirola tel.2296



ABBIGLIAMENTO

JUMPER Via Bensi 8 Milano Tel.02/48303989.

Vendita di super-maglioni in morbidi filati anglosassoni, in cashemer e misto cashemer. Sconto del 40% su tutti i capi.

KAJAK Via Risorgimento 10 Mazzo di Rho tel 02/9302697.

Vendita capi in pelle, shearling, nabuk, renna, nappa e abbigliamento per motococlisti. Sconto del 10%.

NC MODE s.r.l. Via Matteotti 83/85 Rho Tel 02/93507172.

Articoli di pelletteria. Sconto 15%.

CONFEZIONI SCILA s.n.c. Via Sempione 6 Barbalana di Lainate Tel.02/93550353. Produzione e vendita di calze, intimo, costumi da bagno uomo/donna. Sconto del 5% sulle calze e 10% su tutti gli altri articoli.

MATIA s.r.l. Via Megolo 2 Anzolla D' Ossola Tel.0323/836380.

Confezioni maglieria uomo donna bambino. Sconto del 15%.

"BIMBO" Centro commerciale di Mazzo di Rho. Sconto 10%.

LE COLIBRI' Centro commerciale di Mazzo di Rho.

Intimo uomo/donna. Sconto del 15%

MODA OGGI Centro commerciale di Mazzo di Rho.

Abbigliamento-calzature uomo donna. Sconto del 20%

GINALEBOLE Via Castrovillari 25 Tel.02/48910773 Baggio (MI)

L'accesso al magazzino e' possibile solo se muniti di tessera.

MINIVOGUE Via Dei Martiri 2 Rho Tel.02/9309502. Sconto del 10%.

KEEP 3 S.r.l. Via Don Stoli 2/E Mazzo di Rho. Sconto del 30% su tutti gli articoli presentando la tessera CRAL.

ACQUARI

DIAL Via Pessina 38 Sedriano Tel. 02/90110178.

Vendita acquari, accessori, supporti e pesci. Sconto del 30%.

APICOLTURA

ARESEVIVAI APICOLTURA ZANI Via Vismara 72/10 Arese
Tel.02/38302360. Sconto del 10% nel settore apicoltura.

ARREDAMENTO

DOMO DESIGN Tel. 0332/402083-402364.

GRAPPEGGIA ARREDAMENTO Via don Luigi Vigano' 93 Cassina Savina di Cesano Maderno (MI) Tel. 0362/50341-523081.

Consulenza gratuita di un arredatore a domicilio, soluzioni d'arredo personalizzate, servizio pre e post vendita, facilitazioni di pagamento personalizzate, sconto del 15%.

TRE GIMA MOBILI Tel. 02/9341573 Cormano.

L'accesso al magazzino e' consentito solo su appuntamento tramite il consulente pubblicitari sig. Ferrario Adelio

ASSICURAZIONI

TORO ASSICURAZIONI Via Dei Martiri della Liberta' 2 Rho.



ELENGO CONVENZIONI

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:
Panzitta tel.2561 - Pirola tel.2296



ARTICOLI SPORTIVI

TUTTO SPORT GUIDO Corso Garibaldi 84 Rho Tel.02/9303185
Sconto 15% nel settore sportivo (abbigliamento e attrezzo)
Sconto 15% nel settore pesca (canne, mulinelli e abbigliamento)
SPORT 3000 Centro commerciale di Mazzo di Rho Tel. 02/93504212.
Sconto del 20%.

BOWLING

SO.GE.BO. s.r.l. SS. 33 Sempione Loc. La Guardia 20014 Nerviano
Tel.0331/585592. Costi a partita: dal lunedì al venerdì dalle ore
17 alle ore 20.30 lire 4000; sabato fino alle ore 20.30 lire
4000; domenica fino alle ore 14 lire 4000; dal lunedì al
mercoledì dalle ore 20.30 alle ore 2.00 lire 5000.

CALZATURE

CALZATURE PALEARI CARLO EREDI Corso Garibaldi 22 Rho
Tel02/9302459. Prodotti di pelletteria, calzature e valigeria.
Sonto 10%.
POKER SHOES s.r.l. Via Capuana (RHO CENTER) Rho Tel.02/9302606
Muniti di "FIDELITY CARD" sconto del 10%.

CAMPER

OTTORENT NOLEGGIO AUTOCARAVAN Via Lainate 94 Rho Tel. 02/9306797
FAX 93503511. Alta e bassissima stagione sconto del 5%; bassa e
media stagione sconto del 20%.

CARTOLERIA

CARTOLIBRERIA MUSAZZI Via Martiri di Belfiore 1 Rho
Tel.02/9302990. Sconto del 10% su materiali di cancelleria.
Sconto del 15% su articoli da regalo. Sconto del 20% su dizionari.
CARTOLERIA GARAVAGLIA Via Matteotti 68 Rho Tel02/9302692. Sconto
del 10%.
"IL LIBRO MAGICO" Centro commerciale di Mazzo di Rho. Sconto del
20%, escluso articoli cancelleria.

CASALINGHI

CASALINGHI RE Via Porta Ronca 18 Rho. Sconto del 10%.
REAL CASA Via Porta Ronca 7/b. Sconto del 10%.
CASA OGGI Centro commerciale di Mazzo di Rho Tel.02/93503618.
Casalinghi, articoli da regalo e liste nozze. Sconto del 30%.

CINEMA

CINEMA ANTEO Via Milazzo 9 Tel. 02/6571093.
Biglietti a prezzo scontato, tessera Sound & Motion Pictures.

COLORIFICI

GANDHI COLOR Centro commerciale di Mazzo di Rho Tel.02/93503926
Sconto del 10% base su tutta la merce.



ELENCO CONVENZIONI



Per ulteriori informazioni rivolgersi a:
Panzitta tel.2561 - Pirola tel.2296

CONCESSIONARI

AUTORNORD Via Biringhella 76 Rho Tel.02/93503280-9306635
Peugeot 106 sconto 8%-Peugeot 205/309/405/605 sconto 10%
Peugeot 306 sconto 9%.

CORNICI

FLORIANA CORNICI Laboratorio artigianale cornici e affini Via
Cardinal Ferrari 78 Rho Tel. e Fax02/9314188.Sconto del 20%.

ELETTRODOMESTICI TV-HI-FI

CASA OGGI Centro commerciale di Mazzo di Rho.Sconto del 10%

FERRAMENTA

FERRAMENTA . AMARANTO Centro commerciale di Mazzo di Rho
Tel.02/93507097.Sconto del 15%

FOTOCOPIE

COPY CENTER Centro commerciale di Mazzo di Rho.Sconto 5%.

GIOIELLERIE

ORI e GIOIELLI Centro commerciale di Mazzo di Rho.Sconto del 15%.

GOMMISTA

Stazione di servizio Esso di GERACE AGAZIO Via De Gasperi Rho
Tel.02/93503361.Pneumatici:sconto dal 30 - 35% su tutte le marche
di pneumatici.Il prezzo comprende manodopera e bilanciatura.

Lubrificanti:cambio olio e filtri al prezzo di listino compreso
di manodopera.Lavaggi:interno ed esterno della vettura a #13.000.
Tesserino ogni 9 lavaggi uno gratis.

CENTRO GOMME s.n.c. Viale De Gasperi 95 Mazzo di Rho
Tel.02/9304050.

Sconto del 35% su tutti i tipi di coperture.Bilanciatura ed
eventuale convergenza compreso nel prezzo.

HOTEL

HOTEL SANGRILA' Via Messinette Fuscaldo M. (CS) Tel.0982/686164

HOTEL "IL VASCCELLO" Via Messinette Fuscaldo M. (CS)
Tel.0982/686003

HOTEL "SILVANA MANSIO" Croce di Magara (CS) Tel.0984/578074

HOTEL "SMERALDO" Igea Marina(RN) Tel.0541/330081/331881.Sconto
del 7% sul globale.

ILLUMINAZIONE

LAMIPROGETTI CA' DE BOLLI DI S. MARTINO IN STRADA (MI)
Tel.0371/32501/32066.Sconto del 30%.



ELENCO CONVENZIONI

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:
Panzitta tel.2561 - Pirola tel.2296



LAVASECCO

LAVASECCO JOLLY Centro commerciale di Mazzo di Rho
Tel.02/93500901.Servizio di maglieria, sartoria e rammendo.Sconto
10%.

MARMISTA

SILVIA GRASSI marmi e piastrelle Via S.Martino 32 Cornaredo Tel.
02/93567481.Sconto del 30% per ceramiche,gres porcellanato e
cotto; prezzi interessanti anche per marmi e graniti.

MERCERIE

IL FILO Centro commerciale di Mazzo di Rho.
Merceria, lana, filati e biancheria per la casa.Sonto del 10-15%

OTTICI

"L'OTTICO" Centro commerciale di Mazzo di Rho Tel.02/93505752
Occhiali da vista e lenti a contatto, sconto del 30%.Occhiali da
sole sconto del 20%.

"OTTICA MODERNA" Via Porta Ronca 44/46 Tel-Fax 02/9302648 sconto
del 30% occhiali da vista, 20% lenti a contatto, 10% occhiali da
sole, articoli e strumenti ottici, metereologia e termometria.

PALESTRE

GREEN LINE Via puccini 5 Rho Tel.02/93501170.

Ginnastica personalizzata/body building.

Richiedere prospetto ai responsabili del settore del CRAL.

FORUM Via Vismara 68 Arese Tel. 02/93580542.

Possibilita' di utilizzo sala pesi,corsi di aerobica,
tonificazione muscolare e rimodellamento del corpo, step,
stretching, sauna, bagno turco, idromassaggio e piscina (solo
estiva).Richiedere prospetto convezione ai responsabili del
settore CRAL.

PARRUCCHIERE

JEAN LOUIS DAVID c/o Centro Commerciale Citta' Mercato
Nerviano.Sconto del 20%.

PROFUMERIE

PROFUMERIA ROBERTA Via Capuana ex Citta' Mercato Rho.
Sconti dle 20% su tutta la gamma dei profumi,prodotti di toilette
e di bellezza.

SHAR-PARFUMS Via Terrazzano 45 Rho Tel.02/9309580.

Profumi,bijoux,intimo di Cacharel,calze uomo/donna, collane di
pietre dure, corallo e confezioni regalo.Sconto del 20%.

AL PROFUMO Centro commerciale di Mazzo di Rho.Profumeria e
prodotti per il corpo.Sconto del 25%.

PROFUMERIA DONATO Via Roma 3 Arese Tel.02/9383323.

Sconto del 25% su articoli di profumeria, massaggi estetici e
lampade.Sconto del 30% su articoli di pelletteria e bigiotteria.



ELENCO CONVENZIONI



Per ulteriori informazioni rivolgersi a:
Panzitta tel.2561 - Pirola tel.2296

SUPERMERCATI

GROSMARKET Lombardini Self-Service all'ingrosso alimentari non alimentari. Via Sempione 247 Pero Tel.02/33910414-Via Provinciale 80 Dalmine Tel.035/376111-Via Liguria 73 Cologno Tel.02/2543245-2541726-Via Padana Superiore 47 Mandolossa Tel.030/3730895. Al supermercato e' possibile accedere solo se muniti di tessera.

RISTORANTI

HOSTARIA ROMANA Via Pace 51 Rho Tel.02/9309522

Ristorante pizzeria. Sconto del 20%.

LA ROTAIA Via Magenta 42/44 Rho. Sconto del 20%.

L'ACQUARIO Via XXIV Maggio 2 Cislago (VA). Sconto del 20% ai soci CRAL e del 15% alle persone da loro accompagnate.

TABACCHERIA

NUVOLE DI FUMO Cento commerciale di Mazzo di Rho. Sconto del 10% su biglietteria e articoli da regalo.

TENDAGGI

RHOTENDE Via Porta Ponca 12 Rho Tel.02/9301101. Sconto del 20%.

VIDIOTECHE

MOVIE 1a VIDIOTECA Via Sempione 11 Pogliano Milanese Tel.0293256335.

VIVAI

IL GIARDINO Via per Garbagnate 38 Lainate Tel. 02/9373490.

Vivaicoltura, floricoltura, manutenzione progetti e realizzazione parchi e giardini. Sconto del 20% su piante da interno ed esterno, composizioni di fiori e piante e addobbi floreali.

Sconti 10% per l'esecuzione e messa in opera di giardini, progettazione e messa in opera di impianti di irrigazione e manutenzione.

ARESEVIVAI APICOLTURA ZANI Via Vismara 72/10 Arese Tel.02/38302360. Sconto 10% su piante ornamentali da interno e da esterno.



RISTORANTE
PIZZERIA

APERTO TUTTA SETTIMANA

20017 RHO (MI)
Via Molino Prepositurale, 1
Tel. 02/9303978

20017 RHO (MI)
Via Vittorio Veneto, 13
Tel. 02/9301386