

# il Giornalino

numero 6 - luglio 1995 - trimestrale  
periodico di informazione CRAI  
azienda - u.s.s.l. ambito territoriale 33



foto Zucca



# 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

## SOMMARIO DI QUESTO NUMERO

|   |    |
|---|----|
| Bonsai e dintorni ( Pistone ) .....   | 1  |
| E' una pasta di pane ( Oltolina ).....  | 3  |
| Clic & smail - il corredo fotografico da portare in vacanza ( Lucchetti ).....      | 4  |
| Pedalando in bicicletta ( Parini, Venagli, Rossetti, Masseroni ).....               | 5  |
| L'amo!...esca ( Zucca, Nasuelli ).....  | 7  |
| Campioni ( Pato ).....  | 8  |
| Vacanze in camper ( Giarrizzo ).....  | 9  |
| A proposito di Grignetta ( Fortuna, Marchesini ).....                               | 10 |
| Note di musica ( Tavani ).....  | 12 |
| E' tempo di vacanze attenzione agli incidenti ( Beretta, Simonetta, Rossetti )..... | 13 |
| L'angolo degli artisti ( Verna ).....   | 15 |
| La mia cucina ( Bassi ).....  | 16 |
| Le convenzioni del CRAL.....  | 20 |

### La Redazione

|                       |                      |
|-----------------------|----------------------|
| Direttore:            | Angelo Pastori       |
| Composizione e Stampa | Marco Bassi          |
|                       | Carlo Broccato       |
|                       | Caatania Nunzia      |
|                       | Martini Anselmo      |
|                       | Bertola Adriano      |
|                       | Scarazzini Marinella |
|                       | Arrigo Fabrizio      |

**Scrivere questo giornale è costata fatica !  
Dopo averlo letto passalo ad un amico.**

# Bonsai e dintorni

Eccoci di nuovo con voi per parlare di bonsai, augurandoci di essere d'ora in poi sempre presenti sul nostro giornalino con articoli stimolanti la vostra crescente curiosità circa l'arte bonsai. Detto ciò dobbiamo ringraziarvi sinceramente per la buona accoglienza che l'articolo del gennaio scorso ha avuto tra voi, ricevendo numerosi attestati di incoraggiamento e sostegno a intraprendere definitivamente questo ambizioso viaggio. Per quelli che hanno da poco iniziato o stanno per iniziare l'approccio con questo mondo, abbiamo scelto un "vocabolario di base per bonsai": in questo numero menzioneremo la classificazione dei bonsai secondo le dimensioni. Da ora inizieremo anche una sezione di consigli atti a risolvere gran parte dei problemi inerenti i vostri bonsai, sia a livello fitosanitario, sia per quanto concerne lo stile, la modellatura, la coltivazione e le cure stagionali. Alcuni maestri giapponesi classificano le diverse taglie in 5 categorie, altri in 3; bisogna ricordare che nessuna taglia è migliore o peggiore di altre. Noi descriveremo qui di seguito le tre categorie principali di bonsai che sono le più ricorrenti:

1°) Il minibonsai chiamato "mame" che si tiene sul palmo di una mano, misura da 5 a 15 cm. Questi sono affascinanti ma richiedono un'attenta manutenzione. Il vaso, molto piccolo, contiene poca terra perciò l'albero è più esigente.

2°) Bonsai classico misura da 15 a 60 cm. Questa categoria è talvolta suddivisa in due: i bonsai da 15 a 30 cm "Kotate - mochi" o "komono" e i bonsai da 30 a 60 cm denominati "chumono". Più di frequente questi bonsai sono considerati appartenenti ad una sola categoria. Sono considerati bonsai a due mani (cioè possono essere tenuti da una sola persona).

3°) Il grande bonsai misura da 60 cm a 1,20 m. Si tratta di bonsai a quattro mani perchè generalmente servono due persone per portarli. Si chiamano "omono"; un tempo in Giappone troneggiavano all'ingresso di case patrizie in segno di benvenuto.

## LE CURE PER LE VACANZE

Si avvicina il momento che tutti aspettiamo per andare a godere il meritato riposo. Ci divertiremo, rilasseremo, abbronzaremo, ci lasceremo la casa alle spalle per un certo periodo... E con la casa i bonsai. Gli anni precedenti era sorto il dubbio: portarli con noi o incaricare un amico della loro cura? E al ritorno trovavamo immancabilmente il disastro: rami secchi, foglie marce e perfino esemplari morti. L'estate è la stagione più pericolosa per i bonsai: il caldo, la scarsa umidità ambientale, la forte insolazione, le malattie frequenti in quest'epoca, rendono le nostre vacanze un autentico calvario per i nostri bonsai. Il sistema da adottare dipende dalla durata dell'assenza: una settimana non è un grosso problema, quindici giorni sono pericolosi, un mese è fatale. Qualunque sia la durata delle vostre vacanze evitate di lasciare le piante in pieno sole o in posizione molto calda. La posizione più adatta è quella ombreggiata, ma con luce e ventilazione sufficienti: raggruppando tutti gli alberi molto vicini, essi creeranno il microclima sufficientemente umido.

## BREVI VACANZE 4/6 GIORNI

Ecco alcuni esempi:

1°) Bagnate prima abbondantemente gli alberi e collocateli, molto vicini, in un luogo scuro e fresco (il locale del bagno per esempio).

2°) Se non avete una posizione che corrisponda alle condizioni esposte al punto precedente potete usare un cassone pieno di torba in cui interrare i bonsai fino al bordo del vaso. Bagnate ancora a fondo il cassone di torba.

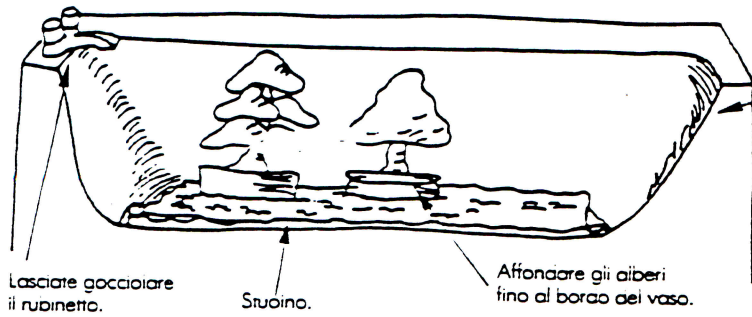
3°) Fabbricate una mini serra per ogni bonsai, con una struttura di filo metallico ed una borsa di plastica trasparente praticando due piccoli fori nella parte superiore. Bagnate a fondo l'albero e poi collocatelo nella mini serra. Usando questo sistema è bene togliere tutti i fiori e le eventuali foglie marce prima di porlo in serra.

## VACANZE DA 2 SETTIMANE A 1 MESE

In questo periodo il caldo investirà in pieno i bonsai e la cosa si complica. Qui di seguito proponiamo alcuni rimedi, anche se la cosa migliore è rivolgersi ad un esercizio specializzato in irrigazioni ed acquistare un buon sistema di irrigazione automatica (per gocciolamento o aspersione) non sono troppo cari e piuttosto affidabili:

1°) Una persona fidata a cui avete fatto comprendere adeguatamente l'esigenza dell'irrigazione bonsai.

## STUOINO DI MATERIALE POROSO



Lasciate gocciolare il rubinetto.

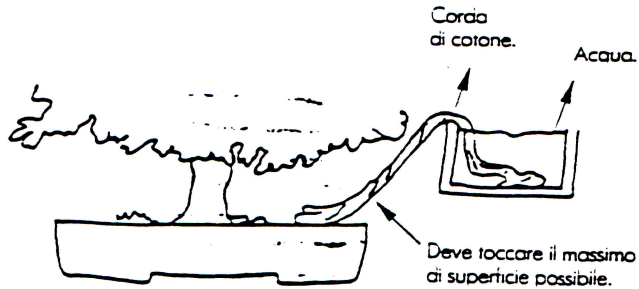
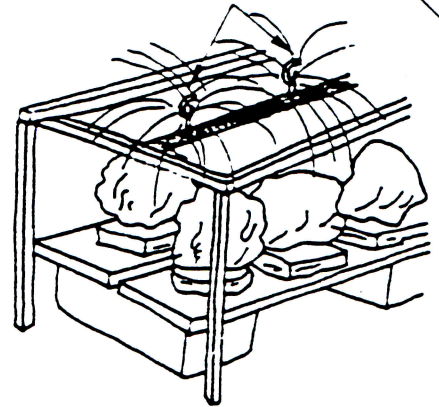
Stuoino.

Affondare gli alberi fino al bordo del vaso.

Vasca o lavetto.

Collegare il sistema ad un temporizzatore programmabile.

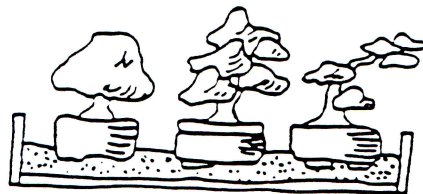
Microaspersori.



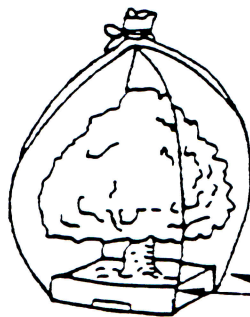
CORDA DI COTONE

IRRIGAZIONE AUTOMATICA

Dopo aver bagnato a fondo, interrare gli alberi fino al bordo del vaso in torba umida.



CASSONE DI TORBA



MINI-SERRA

## ESCA DI DRENAGGIO

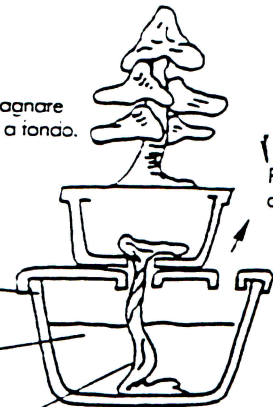
Prima bagnare l'albero a fondo.

Recipiente con copertura.

Acqua.

Esca.

Preso d'aria.



2°) Stuoino di materiale poroso. Consiste nel collocare un grosso stuoino in materiale poroso sul fondo della vasca, sopra si porranno i bonsai, ben affondati nello stuoino. Si lascerà leggermente aperto un rubinetto, in modo che goccioli sullo stuoino, questo si inumidirà e l'acqua arriverà agli alberi attraverso i fori di drenaggio e le pareti dei vasi. Anche in questo caso è imprescindibile che qualcuno controlli se il rubinetto continua a gocciolare.

Abbiamo esposto dei rimedi e sistemi per tutti i gusti, alcuni semplici ed altri più sofisticati, ma tutti pensati per chi vive in città. Se avete a disposizione un piccolo giardino vi raccomando quanto segue:

1°) Irrigazione automatica, preferibilmente per aspersione, poichè aumenta anche l'umidità ambientale facendo respirare gli alberi.

2°) Interrare completamente i vasi dei bonsai sotto un albero oppure in una zona ombreggiata e poi irrigare abbondantemente tutta la zona, l'umidità durerà almeno una settimana. Esiste un'ultima soluzione, nel caso in cui nessuna delle precedenti vi interessi: rivolgersi ad un centro bonsai dove offrono un servizio di "custodia". Per pochi soldi si incaricheranno di curare premurosamente il vostro bonsai ed inoltre lo spruzzeranno con insetticida e fungicida, come trattano i propri bonsai. Speriamo che i consigli dati possano esservi utili. Vi incoraggiamo a mandarci suggerimenti, pareri, opinioni tramite il coupon allegato.

BUONE VACANZE

Dr. Pistone P.S.



# E' una pasta di pane

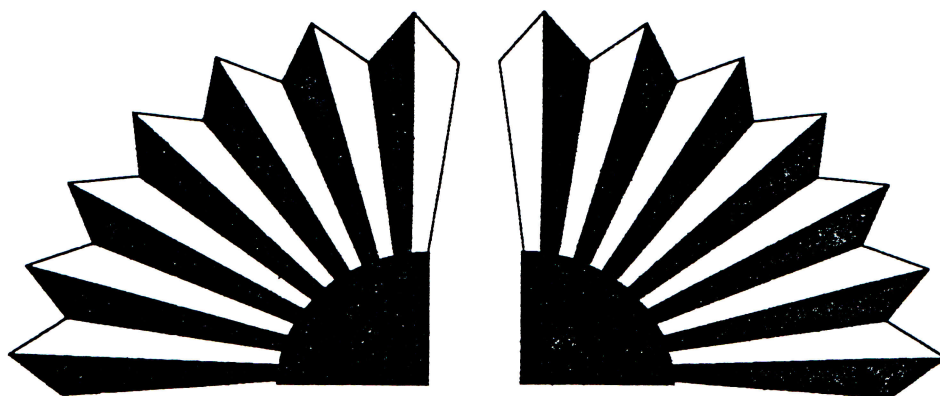
Ogni città e Paese ha le sue forme tradizionali di pane: michette, cornetti, ciambelle, filoncini, tartine, ecc.; fin dall'antichità questo materiale è stato usato oltre che per uso alimentare, anche per creare "oggetti di pane" per occasioni particolari, quali: nascita, morte, matrimonio, ecc.

Il mio primo incontro con la pasta al sale è avvenuto nel mese di maggio di quest'anno, infatti il Cral aveva organizzato un corso della durata di cinque lezioni, così finalmente nel tempo libero, anche se sono alle prime armi, sono riuscita a realizzare con ingredienti sempre a disposizione, poco costosi e naturali, degli oggetti vari, per abbellire la cucina o la camera dei bambini o da regalare agli amici.

Spesso mi fermavo davanti ad alcuni negozi con meraviglia, ora posso dire "l'ho fatto io".

La pasta al sale è diventata più che un hobby, una passione, perchè è rilassante come un gioco, è docile, morbida, pulita, mi fa tornare bambina.

Marida Oltolina (dietista)



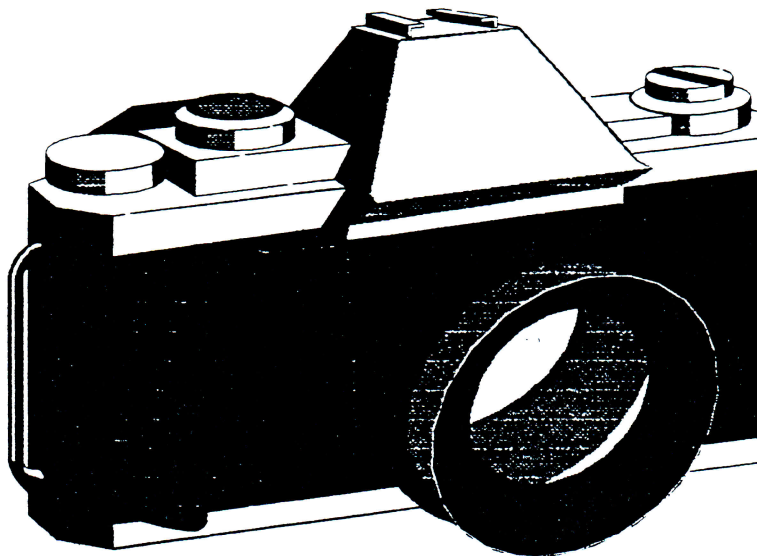
# CLIC & SMILES

## IL CORREDO FOTOGRAFICO DA PORTARE IN VACANZA

Stanno arrivando le vacanze estive e per gli amanti della fotografia è il momento migliore per riordinare la propria attrezzatura fotografica, c'è chi rispolvera la vecchia fotocamera e invece chi decide di rinnovare tutto il corredo fotografico.

Il mercato della fotografia è talmente all'avanguardia che spesso risulta difficile orientarsi sulla scelta delle attrezzature da acquistare.

I meno esigenti (come me) si possono orientare verso l'acquisto di una fotocamera reflex monoculare (o monobiettivo): è senz'altro il modello tecnicamente più perfezionato e di maggiore versatilità d'impiego, inoltre la maggior parte delle reflex permette il caricamento e l'avanzamento della pellicola in modo automatico ma soprattutto la possibilità di intercambiare tutta una serie di obiettivi. Il corpo della fotocamera rimane sempre il nucleo del sistema, perciò se intendete ampliare gradualmente il vostro campo di interessi fotografici scegliete con attenzione il corpo macchina... Alcuni modelli hanno perfino il flash incorporato. Anche la scelta degli obiettivi per i meno esperti può risultare difficoltosa.



### GLI OBIETTIVI

Una serie di obiettivi intercambiabili comprende un grand'angolo, un'ottica standard e un tele di media lunghezza focale cioè tre ottiche rispettivamente da 24 mm, 50 mm e 135 mm.

### I GRANDANGOLARI

Il grandangolo è forse l'obiettivo di maggiore utilità, consentendo di "comprimere" le dimensioni di un soggetto, specie se molto vicino; è particolarmente adatto per la fotografia d'interni. Un obiettivo grandangolare è in grado di enfatizzare gli spazi vuoti di un paesaggio e riunire un gruppo di persone in realtà disarmonico.

Per quanto riguarda il lato tecnico, con grandangolo si definisce un obiettivo a corta focale e con un'eccezionale ampiezza dell'angolo di campo.

### L'OBIETTIVO STANDARD

L'obiettivo standard, o normale, è così chiamato perchè l'immagine che esso produce si avvicina molto a quella creata dai nostri occhi. Il rapporto dimensionale di oggetti a distanze diverse, in una foto, risulta meno strano all'occhio con questo obiettivo piuttosto che con un grandangolare o un tele.

### I TELEOBIETTIVI

Un obiettivo a lunga focale o teleobiettivo, di 135 mm per 35 mm, completa il corredo delle ottiche di base.



Una lunga focale si usa quando è necessario comprimere l'area fotografica, con un certo ammassamento dei singoli elementi che devono comporre la foto, oppure quando si vuole riempire il fotogramma, ma non è possibile avvicinarsi al soggetto.

Per i più sofisticati: **LO ZOOM**

Lo zoom, o obiettivo a lunghezza focale variabile, presenta interessanti vantaggi tecnici e compositivi. Innanzitutto c'è il fatto di poter acquistare un unico obiettivo invece di due o tre ottiche di diversa lunghezza focale e la possibilità di una continua variazione, entro i limiti focali dello zoom, delle dimensioni dell'immagine.

La rotazione di un'apposita ghiera determina la variazione, entro limiti prefissati, della focale dell'obiettivo, il che comporta un ingrandimento o un rimpicciolimento dell'immagine.

Lo zoom risulta quindi in grado di sostituire tutta una gamma di ottiche intercambiabili. L'escursione focale degli zoom può variare da 28 a 70 mm e da 70 a 210 mm.

#### **DA RICORDARE**

Se la fotocamera è del tipo a ottiche intercambiabili e se si vuole affiancare all'obiettivo normale un grandangolare o un teleobiettivo, è meglio rivolgersi sempre alla stessa casa produttrice.

Lucchetti Bruno (P.S.)

# Pedalando in bicicletta

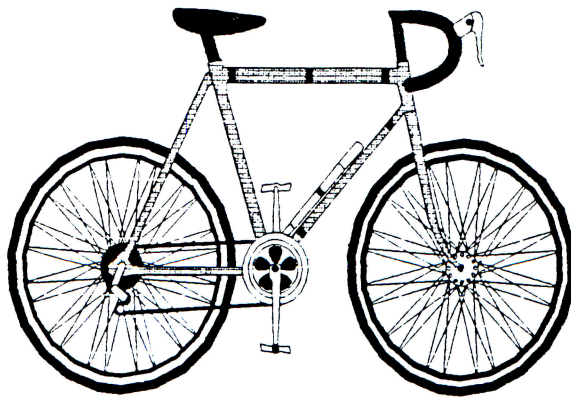
Ben ritrovati amici lettori, con entusiasmo la sezione cicloturistica si ripropone con nuovi itinerari e nuove proposte, ma prima di illustrare il nuovo programma facciamo il punto della situazione.

Se alle nostre prime riunioni di inizio anno avessimo pensato ad un risultato così soddisfacente, nessuno ci avrebbe creduto; ma grazie alla caparbietà e all'impegno di tutti i componenti sono arrivati divertimento e soddisfazione.

Le gite o raduni che dir si voglia previste, si sono svolte per i due terzi poichè la gita del 4/6/95 è stata soppressa a causa del maltempo anche se alle 7,15 si erano presentati quattro pazzi delle due ruote pronti a sfidare tuoni e fulmini.

Abbiamo invece avuto una buona e soddisfacente partecipazione nelle altre gite grazie anche all'adesione di alcuni amici non iscritti. Queste si sono svolte in buona armonia; non sono mancati divertimento, agonismo, scatti e competitività (Cucina contro Laboratorio, Officina contro Cucina ecc.); non sono mancati neppure momenti di difficoltà: cotta di qualche partecipante, scorciatoie prese dai cicloturisti affaticati, insomma in bici ci si diverte in tutti i casi.

Come gruppo ci siamo spinti al di là del programma ufficiale: abbiamo partecipato al mitico PICCOLO



GIRO DI LOMBARDIA con percorso e dislivello impegnativi (Km 145); inoltre abbiamo emulato i professionisti, andando a percorrere una parte del tracciato della 21° tappa del 78° giro d'Italia, la PONT S. MARTIN - LUINO che comprendeva la doppia scalata al passo CUVIGNONE (1012 m) con tratti di pendenza del 15% (che fatica ragazzi, ma anche tanto entusiasmo e soddisfazione pensando che su quella stessa strada si sono dati battaglia i vari BERZIN e ROMINGER).

In tutti questi itinerari non è mancato nemmeno quel pizzico di fortuna che non guasta: mai una foratura o un guasto meccanico, tantomeno cadute o malori.

Queste gite fanno parte del CAMPIONATO SOCIALE organizzato dal gruppo. Il campionato ha un suo regolamento, approvato da tutti i componenti, che prevede vari punteggi per ogni prova con conseguente classifica, la quale, a circa metà campionato, vede appaiati vari cicloturisti.

Il programma di gite organizzate per i prossimi mesi, avrà ancora cadenza mensile (il calendario è descritto alla fine dell'articolo), e verranno rispettate la progressione e la difficoltà così come era stato previsto.

All'interno del gruppo ci sono anche degli amanti della MOUNTAIN-BIKE che si organizzano autonomamente. Chi fosse interessato a qualche gita in mezzo alla natura e al fango, basta che si metta in contatto con i coordinatori sotto menzionati.

Ultima informazione: con la quota messa a disposizione dal Direttivo CRAL, abbiamo acquistato degli integratori salini e alimentari e, dulcis in fundo, sono state ordinate delle maglie felpate per la stagione invernale, contando sulla serietà dei cicloturisti, ossia non vorremmo che accadesse come in passato: prendi la maglia e vai.

Il gruppo augura a tutti i soci delle buone vacanze, logicamente in bicicletta.

CIAO A TUTTI, IL GRUPPO

Inf. per BIKE

P.O. RHO

Parini Fausto 2295

P.O. PASSIRANA

Venagli Dario 2481

Inf. per CICLOTURISTI

P.O. RHO

Rossetti Donato 2207

P.O. PASSIRANA Masseroni Renato 2421



# L'AMO ! .....ESCA

In data 27/5/95 si è disputata la 3° gara di pesca alla trota valevole per il campionato sociale 1995. Ha prevalso su tutti Baggi Lucio con 31.200 punti totali, quindi anche primo del suo settore. Il primo dell'altro settore è risultato Arrigo Matteo con 23.460 punti, il più giovane iscritto al G.P.S. Al pomeriggio si è tenuta la prima gara disputata dai bambini, 15 concorrenti (PIERINI), in cui ha prevalso con 12.930 punti Nasuelli Marco. E' stato premiato anche il più giovane dei partecipanti, Bosani Alice (4 anni). Altri premi sono stati consegnati a tutti i partecipanti. Per la collaborazione si ringraziano GUIDO SPORT e l'amico MARIO. I bambini si sono divertiti e hanno dimostrato un grande impegno agonistico quindi, visti la partecipazione e l'entusiasmo, contiamo di organizzare una seconda gara.

Zucca Torquato  
Nasuelli Walter



# Campioni !!!!

E' fatta, finalmente!

Dopo un lunghissimo, estenuante cammino i ragazzi guidati dal Mister Paleari hanno vinto il Campionato Tempo Libero - Lega Calcio UISP della provincia di Milano.

In realtà questo torneo è stato stravinto e a dimostrazione di ciò bastano alcuni dati eloquenti: 5 punti di vantaggio sulla seconda classificata, una sola sconfitta su 28 partite disputate, miglior attacco (63 reti), miglior difesa (14 reti subite).

Questo ennesimo trofeo che va ad arricchire la già invidiabile bacheca calcistica del CRAL Ospedale Rho (3 vittorie nei Tornei Ospedalieri della provincia di Milano, 1 Trofeo Città di Rho ed 1 trionfo nel Torneo Maxicono), nasce da un gruppo di 15-16 giocatori di età compresa tra i 20 e i 45 anni allenati dal concreto e valoroso "Paleo". A proposito, radio calcio-mercato parla di numerose richieste d'ingaggio per il nostro coach persino dal Giappone, vedremo....

In tale occasione celebrativa del successo ottenuto dai ragazzi alcune note sui singoli:

iniziamo dal portiere o meglio dalla "saracinesca" Damiano Radrizzani detto "Ferron", un vero felino dell'area di rigore; quindi la difesa a cominciare da Massimo Moioli detto "Moio", una vera sicurezza, il perno della retroguardia e attorno a lui una schiera di autentici combattenti:

- Tony Paladini che, nonostante qualche panino di troppo, ha ben giocato adattandosi, a seconda delle necessità, ai diversi ruoli difensivi;

- Gigi Paleari, il libero titolare "con codino" determinante nelle partite in cui ha giocato;

- Riccardo Lanfranchi, una sorpresa il "sempre-verde" Riky dimostratosi un autentico mastino e con lui, per analogia anagrafica, Bruno Bescapè autodefinitosi "vardè sa ghe chi" che, nonostante i vari impegni extra-calcistici, ha dominato o.... quasi la fascia sinistra;

- Paolo Visco, jolly difensivo dai piedi buoni prossimo alla naia, il roccioso Massimo Cozzi ed il grintoso, anche se spesso latitante, Sandro Vismara.

Il centrocampo, ora: l'inossidabile combattente, il capitano Angelo Cetta e con lui il regista dai piedi "brasiliani" Gildo Marciante e poi Leoluca Russo, l'uomo "tattico" dell'equipe con il viziato di segnare goal "pesanti", l'incontrista e dinamico "ingegnere" Mario Ciraci ed infine la piacevolissima sorpresa del girone di ritorno "Gianluca" Gabriele Ceccarelli.

Dulcis in fundo l'attacco con i tre moschettieri: la prima citazione è per Salvatore Cosentino, vero jolly e uomo-ovunque della squadra autore, fra l'altro, di diversi goal importanti e dopo di lui i gemelli del goal (20 goal a testa): la giovanissima "scheggia" Simone Campoleoni che ha seminato il terrore nelle difese avversarie ed il veterano (prossimo si dice ad appendere le scarpe al fatidico chiodo) valoroso vice-capitano Paolo Pacilli.

Una citazione ed un ringraziamento all'accompagnatore guardalinee Giorgio Zucchetti, al nostro sempre presente super-tifoso Sig. Marciante, al Presidente "il pensionando" Mario Argia e al nostro stopper (quest'anno si è dedicato a stoppare le vivaci gemelline) in tribuna Marco De Palo. L'appuntamento ai nostri tifosi è per l'ormai consueto torneo estivo per gli "interni" e pochi altri che si terrà a metà Giugno presso il Campo di calcio dell'Ospedale di Passirana.

A proposito di estate..... BUONE VACANZE A TUTTI!!!!

Pato

# VACANZE IN CAMPER

E' giugno, andiamo  
è tempo di viaggiare.....

a dir la verità viaggiare è bello sempre, anche se il tempo è brutto, quando si va in camper, si perchè lo stesso viaggio è già emozionante ed avventuroso, molto più che in auto.

Chi ve lo dice ha una più che discreta esperienza avendo percorso in una decina di anni oltre centotrentamila Km per le strade d'Italia e di mezza Europa o quasi e non riuscendo a ricordare neanche una sola brutta avventura.

Certo bisogna avere un po' di spirito per convivere in quattro o più persone in 7 - 8 metri quadri, facendo tappe di mille Km al giorno, ma non ci sono problemi se l'equipaggio è ben affiatato e soprattutto se si ha la voglia di divertirsi: cucinare, mangiare, lavarsi, vestirsi, leggere, giocare (magari col

cane se non volete lasciarlo a casa) o guardare la televisione, tutto ha un sapore diverso e più eccitante.

E quando si è arrivati in qualche bel punto da scoprire meglio, cosa c'è di più simpatico che tirar giù le biciclette?

Insomma una prova bisognerebbe farla; forse qualcuno di voi ha già qualche esperienza di campeggio e sa come, spendendo poco, ci si possa divertire tanto; in media in Italia un buon campeggio chiede per un equipaggio di quattro persone sulle cinquantamila lire al giorno, col camper si potrebbero risparmiare anche quelle. Qualcuno obietterà: si ma il camper costa, e tanto; si è vero, quelli nuovi, ma con un po' di fortuna e di tempo, si trovano ottimi usati con cinque/dieci milioni, oppure più semplicemente si può noleggiarne uno, provate e ne riparleremo. A proposito... Siamo cercando di formare un piccolo gruppo per qualche fine settimana insieme: uno a Sanremo, uno a Livigno, chi volesse partecipare si faccia avanti con un sacco a pelo ed un sacco di.... buon umore.... a presto.

Ivan Giarrizzo Ort./PS (int. 2234)

# **A PROPOSITO DI GRIGNETTA..... tutto quello che credevate di sapere ma non avete mai osato verificare**

- non credere ai tempi di percorrenza previsti nel programma;
- non fidarti delle indicazioni sulla fattibilità dei percorsi;
- non fare affidamento sui punti di ristoro segnalati;
- non rimanere sprovvisto di presidi farmaceutici soprattutto se nel gruppo ci sono Medici che in alcune occasioni dispensano solo buoni consigli;
- in caso di pioggia non servirsi di Kejway o di mantelle ma di ombrellini tascabili che danno un tono inglese a chi li usa e soprattutto sono comodi in arrampicata;

## **L'ALTRA FACCIA DELLA GRIGNETTA!!**

Nonostante le premesse questa traversata è stata l'occasione per fare nuove esperienze e per conoscere nuovi amici della montagna.

Ha visto impegnati escursionisti esperti e non, che insieme hanno condiviso le difficoltà del tragitto, anche se innumerevoli tentativi di boicottaggio, con pressioni psicologiche del tipo "o vieni su da sola o ti lasciamo lì", minacciavano la stabilità emotiva del gruppo.

Gli organizzatori della traversata, coscienti dell'inganno sui tempi di percorso, distribuivano tavolette di ENERVIT ai malcapitati in ogni occasione.

Alle 12,30 ecco la vetta, 2187 m. Al centro il Bivacco Ferrario faceva da sfondo ad un paesaggio quasi lunare. Mancavano solo gli extra terrestri.

Alla sua sinistra, pagine in acciaio con incisi i nomi dei PERITI (che non sono gli esperti del tribunale) facevano intravedere spazi non ancora occupati da nuovi nomi. Allusioni forse a qualcuno dei presenti?

Alle 14,00 finalmente al Rifugio Rosalba, noto in tutta Lecco per i suoi comfort.

I servizi igienici, suddivisi per sesso, sono stati costruiti con materiali fonoisolanti per la salvaguardia della privacy (chi respira è perduto), opportunamente riscaldati (siamo all'aperto) e forniti di abbondante acqua (bisognava sperare che piovesse) e di asciugamani a perdere.

Il menu rustico, prevedeva l'immane polenta accompagnata da stinco di maiale giudicato "anemico" dal Dr. Morelli (e se lo dice Lui dobbiamo credergli) ed inaffiato, si fa per dire, da ottimo vino d'annata.

Nel bel mezzo di tale degustazione alcuni dei partecipanti decidevano di arrangiarsi da soli ed approntavano un invidiabile FOCACCIA MULTISTRATO alla BURGHY che a giudicare dalla salivazione degli altri commensali, doveva essere proprio buona.

E, dopo una buona grappa, via per il sentiero dei Morti.

Quasi tre ore di cammino in discesa lungo un sentiero ghiaioso. Qualcuno, per non mostrare l'imbarazzo, raccoglieva dei fiori, altri borbottavano parole quali "li mortacci Tua", altri ancora si distraevano guardando il paesaggio.

Poi finalmente la strada del ritorno.

Lo sguardo assente, le gambe tremanti, gli scarponi infangati.

I proprietari delle auto, opportunamente dislocate nei punti di arrivo, gridavano vendetta.  
E con le note di "ma che sabato bestiale....", tutti a casa.

Fortuna Rosanna  
Marchesani Sergio  
servizio n. 1

Ma..... a quando la prossima?



## Note di musica

**N**on e' sicuramente facile scrivere di musica, di qualunque tipo di musica, senza trasferire nel testo il proprio gusto, la propria particolare sensibilita', correndo quindi il rischio di perdere ogni oggettivita' e di non entrare in sintonia con una parte dei lettori. La premessa mi sembra necessaria nel momento in cui inizio questa mia collaborazione con il Giornalino del nostro CRAL. Questo non toglie che sara' mio preciso impegno quello di provarci, ad essere quanto piu' possibile oggettivo, lasciando spazio anche a generi ed interpreti che non fanno regolarmente parte della "mia" quotidiana "colonna sonora". Un occhio di riguardo lo avra' sempre e comunque (chiedo scusa anticipatamente) la musica classica, con la quale ho un solido rapporto affettivo da alcuni decenni. La mia speranza e' naturalmente quella di segnalare qualcosa di valido a chi gia' la frequenta e di provare ad avvicinare ad essa altri al momento piu' refrattari.

Un valido aiuto in questo senso potrebbe essermi fornito subito da una recente "uscita" della Sony Music dedicata alle musiche di NINO ROTA (19-1979), eseguite per l'occasione dalla FILARMONICA DELLA SCALA DI MILANO DIRETTA DA RICCARDO MUTI. Credo che il nome di Rota sia conosciuto ai piu' per le bellissime colonne sonore composte per molti films di Fellini e Visconti (La strada, Rocco e i suoi fratelli, il Gattopardo, Prova d'orchestra) tanto per citarne alcuni). La fama di "compositore da films" ha purtroppo finito con l'oscurare la figura dell'autore "classico", che pure ha un posto di rilievo in questo secolo. Il cd di Muti pone un (tardivo) rimedio a questo piccolo vuoto culturale ed assembla un'intelligente e fascinosa miscela costituita dalla Suite del balletto "La Strada" (composta nel 1966 per la Scala ed ispirato all'omonimo film di Fellini), dal Concerto per archi e da "musiche di scena" (i ballabili dal Gattopardo). A dispetto della sua collocazione storica, Rota e' autore intensamente romantico e melodico. Gli struggenti temi di Gelsomina e Zampano', l'armonioso fraseggio degli archi del Concerto ed i trascinati valzer che riportano alle sontuose immagini del Gattopardo viscontiano, sono in grado di coinvolgere anche l'ascoltatore piu' distaccato e superficiale. Il suono della Filarmonica scaligera, ormai e finalmente! - dotata di una forte personalita' propria, e' caldo e potente e ben risalta in un'edizione tecnicamente ineccepibile.

Cambiamo genere, pur senza allontanarci troppo dal rapporto musica-film. Facciamo allora un salto in Portogallo, un paese spesso tenuto indebitamente ai margini della cosiddetta comunita' occi-

dentale, ma che da tempo sta riproponendo con successo i valori della sua cultura proprio attraverso la letteratura e la musica. Certo molti avranno ormai visto il bel film di R. Faenza "SOSTIENE PEREIRA", tratto dall'omonimo romanzo di Tabucchi, vincitore del premio Strega 1995. Spero allora che qualcuno abbia fatto caso all'intensa colonna sonora fatta di lunghi "stacchi" orchestrali, che accompagnano i momenti di maggiore tensione, e di alcune dolci canzoni che si rifanno alla tradizione popolare. Ha fatto tutto Ennio Morricone (vi ricordate le musiche che nobilitavano gli spaghetti-western di Sergio Leone?): se non volete affrontare l'acquisto di un cd, probabilmente troppo caro in rapporto alla durata e al numero dei brani, sappiate che i soldi per una semplice cassetta saranno comunque ben spesi.

Ancora al cinema, e in questo caso ci riferiamo a "LISBON STORY" di Wim Wenders, dobbiamo lo splendido cd "AINDA", eseguito da un complesso portoghese, i MADREDEUS. E' una rilettura in chiave moderna di alcune melodie tradizionali. La voce della solista e' molto coinvolgente e drammatica e la musica, anche fuori dalla sala di proiezione, riesce ad evocare immagini ed atmosfere con vita propria. Ricordando infine che il Portogallo e' stato a lungo un grande impero coloniale, non perdetevi assolutamente il cd "CESARIA", musiche dolcemente ritmate di Capo Verde (Africa NordOccidentale) eseguite appunto da Cesaria Evora, massima e non piu' giovane interprete locale. Non e' un caso che entrambi questi ultimi dischi si trovino ben piazzati nelle attuali classifiche di vendita: rappresentano un gradevole ed interessante distacco da suoni e ritmi piu' famigliari che vale certamente la pena di conoscere.

dr. Tavani



## **E' tempo di vacanze, attenzione agli incidenti in acqua**

Prima di iniziare il racconto è giusto e doveroso fare una premessa per i non esperti di salvataggi in ambienti acquatici. **ATTENZIONE:** non tentare un salvataggio in acqua a meno che non siate stati addestrati in modo specifico e non siate degli ottimi nuotatori. Ad eccezione delle piscine con acqua bassa e in tutti i casi in acque poco profonde e aperte con fondo uniforme, i problemi affrontati durante un salvataggio in acqua sono troppo complessi e densi di pericoli per nuotatori inesperti e persone senza un addestramento specifico. Se il dover stare a guardare e non poter intervenire vi preoccupa, seguite un corso di salvataggio in acqua. Altrimenti, se tentate, il salvataggio, finirete probabilmente col diventare anche voi una vittima invece di essere d'aiuto.

### **ANNEGAMENTO O PRINCIPIO D'ANNEGAMENTO**

Quando si pensa ad incidenti d'acqua, la nostra mente si rivolge immediatamente all'annegamento.

Si tratta di un'associazione valida, dal momento che il rischio d'annegare è la circostanza più frequente quando si parla d'incidenti in acqua. E questo anche se il primo problema affrontato dal soccorritore è costituito magari da una lesione o è un'urgenza medica. La possibilità che la persona che ha subito un incidente in ambiente acquatico possa annegare deve costituire la vostra preoccupazione primaria. La fase iniziale dell'annegamento comincia quando una persona lotta per mantenersi a galla. Il soggetto aspira grandi boccate d'acqua, quando non riesce più a mantenersi a galla, cerca di inspirare e tenere il fiato, in questo momento è possibile che l'acqua entri nelle vie aeree, il paziente tossirà e deglutirà più volte e finirà involontariamente con inalare ed inghiottire acqua. Quando l'acqua attraversa l'epiglottide, genera uno spasmo riflesso della laringe. Questo laringospasmo occlude le vie aeree completamente, così che solo una piccola quantità di acqua raggiunge i polmoni. In breve tempo, in seguito all'ipossia, si verifica la perdita di coscienza.

Circa il 10% delle persone che annegano, muore in seguito all'asfissia reale o semplicemente soffocata per la mancanza d'aria. Negli altri casi la vittima compie gli ultimi atti respiratori provocando l'entrata dell'acqua nei polmoni mentre il laringospasmo diminuisce con contemporanea perdita di coscienza. Quello che succede dopo dipende dal fatto che l'incidente si sia verificato in acqua dolce o salata. In caso di annegamento in acqua dolce, l'acqua, penetra nel polmone, neutralizzando quella sostanza chimica presente sulla superficie interna degli alveoli (suffrattante) necessaria per conservare l'elasticità dei polmoni. Quando questa sostanza viene alterata, gli alveoli collassano e rendono impossibile lo scambio d'aria (atelectasia). Successivamente insorge la Fibrillazione Ventricolare (o qualche altra forma di aritmia cardiaca letale) Questa disfunzione cardiaca è probabilmente la causa dei decessi di annegamento in acqua dolce. Negli annegamenti in acqua

salata, la presenza di questa nel polmone, provoca una diffusione di liquido dal sangue all'alveolo, provocando un Edema Polmonare. con lo spostamento dei liquidi nei polmoni è possibile che il volume ematico totale si riduca di un quarto. L'ipossia diventa un problema grave: la morte consegue spesso allo shock ipovolemico che si verifica con un collasso circolatorio. Le tecniche iniziali di Pronto Soccorso sono le stesse a prescindere dal tipo d'acqua nel quale è avvenuto l'incidente. Il trasporto in ospedale di un paziente annegato o con un principio d'annegamento non dovrebbe essere ritardato. Le tecniche di rianimazione possono riuscire a mantenere biologicamente in vita il paziente per un tempo sufficiente perché possano essere iniziate misure di sostentamento vitale che consentono di salvargli la vita. Oggi sappiamo che pazienti rimasti immersi in acqua fredda possono essere rianimati anche dopo 30 minuti o più di arresto cardiaco. Se la temperatura dell'acqua è molto fredda, la morte biologica può essere ritardata. Più l'acqua è fredda, maggiori sono le possibilità di sopravvivenza, a meno che l'ipotermia non produca delle complicanze letali. Le prime cure da prestare a un paziente con sintomi di annegamento : 1) effettuare un primo esame generale, proteggendo il più possibile la colonna vertebrale. 2) Se il caso lo richiede, effettuare immediatamente una rianimazione polmonare, è importante controllare l'eventuale presenza di un'ostruzione delle vie aeree, utilizzare una maschera unidirezionale o un pallone Ambu, (Un paziente con acqua nei polmoni generalmente avrà anche acqua nello stomaco. In questo caso, troverete un'ulteriore resistenza alla rianimazione polmonare o alle ventilazioni interposte alla rianimazione cardiopolmonare. 3) Se necessario, iniziare una Rianimazione Cardiopolmonare come fareste per un paziente in Arresto Cardiaco, tali manovre vanno continuate durante tutto il trasporto del paziente verso un vicino pronto soccorso. 4) se il paziente presenta vie aeree pervie, respirazione corretta, il polso è presente, individuare e cercare di immobilizzare eventuali fratture, cercare di tamponare eventuali emorragie. Dal momento che la frequenza cardiaca del paziente, può essere rallentata, rilevare il polso per almeno 60 secondi in tutti gli incidenti che implicano un salvataggio in acqua fredda. Coprire il paziente per conservare il calore del corpo, curare lo stato di shock erogando ossigeno ad alta concentrazione e trasportare il paziente il più veloce possibile. Fate attenzione alla presenza di liquidi nel cavo orale, e siate pronti all'aspirazione.

Le direttive dell'associazione cardiaca americana non vi chiedono di rimuovere l'acqua o l'aria dallo stomaco del paziente poiché rischiereste di provocare il passaggio di materiali dallo stomaco alle vie aeree

BERETTA SIMONETTA ROSSETTI  
Pronto Soccorso Azienda U.S.S.L. Ambito Territoriale n° 33

# *L'angolo degli artisti:*

## *aggiornamento*

Cari colleghi/e

continuiamo il nostro itinerario del "fai da te" riproponendo i due corsi base (corso di scultura in pasta di pane e corso di cartotecnica) conclusosi con grande successo in questi giorni e aggiungendone alcuni molto affini e complementari.

Una vera e propria rivisitazione a gradi degli antichi lavori manufatti.

### **Corso di composizione di fiori secchi**

In breve tempo sarete in grado di ottenere composizioni di grande effetto per l'arredamento ed originali ed apprezzati articoli da regalo. All'insegna del colore e dell'eleganza, sarete capaci di comporre una ghirlanda, un cesto di fiori multistrato "a scalare" una composizione sferica da appendere al soffitto ed altri oggetti anche a vostra richiesta.

Il corso ha una durata di 18 ore circa, articolate in 6 lezioni.

La frequenza è settimanale e il costo è di 70.000 lire che per i soci CRAL si riduce a 60.000.

Saranno conteggiati a parte i costi relativi alla qualità dei fiori prescelti e gli attrezzi utilizzati.

### **Corso di pittura su stoffa, seta e a stencil**

Ecco come accentuare la riscoperta di una vera e propria capacità creativa. Sarà il nostro occhio artistico a trovare il punto o il tessuto su cui "dipingere" un soggetto a ricalco o con piccole personalizzazioni.

Iniziando da un tessuto base di colore neutro, sarete in grado, con l'utilizzo di particolari tecniche, fra molteplici disegni e con colori da voi prescelti, di ottenere un prodotto finito quale una cravatta, un foulard, un fazzoletto da taschino ecc.

Le modalità d'impiego sono numerose, modulate dal vostro gusto potranno essere opportunamente applicate a cuscini, magliette, felpe, ombrelli, paralumi ecc.

Ed ecco la riscoperta di un antico metodo già molto diffuso: lo stencil. In breve di cosa si tratta: un semplice e leggero modello intagliato che trova ampie possibilità di applicazione come facile decoro artistico su diversi tipi di superfici tra cui pareti, mobili da rinnovare, scatole, vassoi e tessuti. Un aspetto di effetto decorativo unito all'estrema semplicità del metodo.

Il corso ha una durata di 27 ore articolate in 9 incontri; la frequenza è settimanale e saranno conteggiati a parte i costi relativi alla qualità dei tessuti prescelti e gli attrezzi utilizzati. Il costo è di £ 100.000 che per i soci CRAL si riduce a £ 85.000.

#### **Attenzione!**

Vi comunichiamo in anticipo che stiamo valutando la possibilità di iniziare un corso di bonsai e uno di fotografia, pensati appositamente per suscitare l'interesse dei colleghi uomini.

Per chi fosse interessato ad assumere ulteriori informazioni o a confermare l'iscrizione, è pregato di contattare ANNALISA al 2325 entro e non oltre l'8/9/95.

Annalisa Verna  
Emoteca

# La mia cucina

Le ricette che vi suggerirò questa volta sono finalizzate all'abbinamento con una serie di vini che ho selezionato per conto del nostro CRAL e che potrete acquistare ad un prezzo veramente interessante utilizzando il coupon qui sotto riportato. Questi vini sono tutti provenienti dal Veneto e precisamente dalla zona di Gambellara, sono di facile beva e adatti al clima caldo dell'estate. Inizia così un nuovo modo di proporre le ricette che saranno sempre abbinata a dei vini di qualità che di volta in volta selezionerò per voi. Un accordo con la Vinitalia, nota enoteca che effettua consegne a domicilio ci permetterà di acquistare i diversi vini presentati a prezzi sempre interessanti.

Alla prossima e ..... salute!!

VINITALIA

|            |                   |
|------------|-------------------|
| Nominativo | _____             |
| Indirizzo  | _____             |
| Telefono   | _____             |
| N° confez. | x £120.000 totale |
|            | _____             |

## • TRENETTE COL PESTO

### • Ingredienti

- 350 g Trenette
- 100 g di foglie fresche di basilico
- 40 g di parmigiano
- 40 g di pecorino
- 2 spicchi di aglio
- pinoli
- olio extravergine di oliva
- sale
- patatee
- cornetti

### Preparazione

Lavare le foglie di basilico, scolarle,sgocciarle ed asciugarle delicatamente in un telo. Pestare nel mortaio il basilico con l'aglio, i pinoli e salare . Schiacciare ( e non pestare come si fa di solito ) con il pestello sul fondo e contro le pareti del mortaio in modo da ridurre il tutto in poltiglia unendo, alternativamente i due formaggi. Versare il pesto in una terrina e diluirlo con l'olio aggiunto poco per volta, mescolando con un cucchiaino di legno.

Lessare le trenette in abbondante acqua salate con l'aggiunta delle verdure che andranno messe a cuocere prima della pasta. Scolare le trenette al dente con le verdure e condire con il pesto e una cucchiata dell'acqua di cottura.

## FUSILLI IN SALSA DI ACCIUGHE

### Ingredienti

- 350 g fusilli
- 300 g pelati
- 100 g olive verdi snocciolate
- 4 acciughe salate
- 2 spicchi di aglio
- capperi sottaceto
- basilico
- origano
- olio extravergine di oliva
- sale e pepe

### Preparazione

Far rosolare al fuoco con l'olio gli spicchi di aglio interi e, appena cominciano a prendere colore, *aggiungere* le acciughe, precedentemente diliscate, e schiacciarle con la forchetta. Unire dopo 2 minuti i pomodori pelati, salare pochissimo e far cuocere, a fuoco vivace, fino a quando il sugo si sarà ristretto. Aggiungere quindi le olive tagliate a fettine, i capperi lavati e strizzati, il basilico tritato e mescolare. Lessare i fusilli in abbondante acqua salata, scolarli al dente e versarli su un piatto da portata, condirli quindi con il sugo preparato e completarli con l'origano e pepe macinato al momento.

## SPAGHETTI CON VERDURE E SCAMORZA

### Ingredienti

- 320 g di spaghetti
- 200 g di melanzane
- 200 g di zucchine
- un peperone giallo
- 250 g di polpa di pomodoro
- 2 spicchi di aglio
- una cipolla bianca piccola
- 150 g di scamorza
- origano, peperoncino, olio, sale

### Preparazione

Lavare ed asciugare bene le verdure. Spuntate le zucchine e le melanzane, tagliate a metà il peperone ed eliminate semi e nervature, tagliate tutto a dadini. Fate soffriggere in una padella la cipolla tritata e l'aglio con l'olio, unite le verdure fatele rosolare. Salate, aggiungete il pomodoro, un pizzico di peperoncino e l'origano. Cuocete per 15 minuti. Lessate la pasta al dente, scolatela e rovesciatela nella padella con le verdure, fatela saltare su fuoco vivo mescolando. Prima di toglierla dal fuoco aggiungete la scamorza tagliata a dadini e spolverizzate con il basilico tagliato a listarelle.

## PENNE CON FAGIOLINI E SALSICCIA

### Ingredienti

- 320 g di penne
- 350 g di fagiolini
- 250 g polpa di pomodoro
- una carota
- una cipolla
- 2 spicchi d'aglio

- 2-3 foglie di sedano
- una carota
- 150 g di salsiccia
- vino bianco secco
- pecorino a scaglie
- sale, pepe, olio

### Preparazione

Spuntate i fagiolini, lavateli e lessateli in acqua molto salata per 10 minuti, scolateli e tagliateli a pezzetti. Tritate finemente la carota, la cipolla, l'aglio ed il sedano; mettete il trito in un tegame e fatelo appassire con l'olio a fuoco basso. Unite al soffritto i fagiolini e fateli rosolare; aggiungete i pomodori, insaporite con sale e pepe e cuocete per 10 minuti. Se il condimento dovesse risultare asciutto bagnate con qualche cucchiaio di acqua bollente.

Far rosolare in una padella la salsiccia sbriciolata, bagnatela con il vino bianco e cuocetela per 10 minuti. Lessate la pasta e conditela con il sugo, la salsiccia, il formaggio e volendo ancora una spruzzata di pepe.

## FUSILLI CON RICOTTA E PISELLI

### Ingredienti

- 320 g di fusilli
- un cespo di lattuga
- un mazzetto di basilico
- 200 g di ricotta fresca
- 50 g di ricotta stagionata grattugiata
- 80 g di prosciutto cotto
- una cipolla
- 300 g di piselli sgranati
- latte, brodo, sale, pepe

### Preparazione

Soffriggete la cipolla tritata con l'olio e fatevi appassire la lattuga tagliata a listarelle. Aggiungete i piselli, salate, pepate, coprite a filo con il brodo e cuocete su fuoco basso per 20 minuti.

In una terrina lavorate le 2 ricotte con qualche cucchiaio di latte; unite il prosciutto cotto tritato, il basilico tritato, un pizzico di sale.

Lessate la pasta scolatela e conditela con la crema di ricotta e le verdure, mescolate e servite subito ben caldo.

## SPAGHETTI IN GIALLO

### In gredienti

- 350 g di spaghetti
- 2 bustine di zafferano
- 70 g di ricotta fresca
- una manciata di foglie tenere di bietola
- un mazzetto di rucola
- un trito di prezzemolo, menta, curry
- grana, olio, sale, pepe

### Preparazione

Mescolate alla ricotta il trito aromatico, una punta di curry, sale e pepe. Scottate a vapore le bietole e le rucola, poi tagliatele a listarelle. Lessate gli spaghetti in abbondante acqua salata a cui avrete aggiunto lo zafferano; scolateli non completamente. Trasferite la pasta nella terrina con la crema di ricotta, unitevi la rucola e le bietole, condite con un po' d'olio e grana grattugiato.

## PENNE AI GAMBERETTI

### Ingredienti

- 350 g di penne
- 300 g di gamberetti
- paprika dolce
- vodka
- sale, pepe, olio, prezzemolo

### Preparazione

Lessare in acqua molto salata i gamberetti per pochi minuti; sgusciarli ed asciugarli bene con un canovaccio. Mentre la pasta cuoce rosolare velocemente a fuoco vivo i gamberetti con l'olio e la paprika dolce; unire la pasta scolata al dente e farla saltare in padella bagnando con la vodka. Appena evaporato il liquore spolverizzare con il prezzemolo e servire.

## PENNE AL PETTO D'ANATRA

### Ingredienti

- 350 g di penne
- 250g di petto d'anatra senza pelle
- uno spicchio d'aglio
- uno scalogno
- 300 g di pomodori da sugo
- 30 g di pinoli
- timo, basilico, alloro
- vino rosso
- sale, pepe, olio

### Preparazione

Sgrassate con cura il petto d'anatra e tagliatelo prima a fettine e poi a filetti. Tritate insieme il timo, il basilico, l'alloro. Tuffate i pomodori in acqua bollente e pelateli eliminando i semi; tagliate la polpa a dadini e mettetela a colare con il trito aromatico.

Fate soffriggere in un tegame lo scalogno tritato con l'olio, unitevi la carne e fatela rosolare a fuoco vivo. Quando la carne sarà dorata, salatela, pepatela e bagnatela con il vino che lascerete evaporare. Aggiungete allora la polpa di pomodoro, abbassate le fiamme coprite e cuocete per mezz'ora mescolando spesso, se necessario bagnate con qualche cucchiaio di brodo magro.

Lessate in abbondante acqua salata la pasta e nello stesso momento fate rosolare in una larga padella lo spicchio d'aglio intero, sbucciato e schiacciato con l'olio; eliminate l'aglio, unite i pinoli e fateli tostare a fuoco vivo.

Scolate la pasta al dente, rovesciatela nella padella con i pinoli, mescolate bene ed unite il sugo d'anatra, mescolate di nuovo e servite.

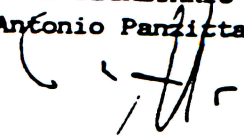
# VENDITA



Si comunica l'elenco delle vendite che verranno effettuate durante il mese di LUGLIO dalle ore 10:00 alle ore 16:00 presso la sede del C.R.A.L. sita nel seminterrato del Presidio Ospedaliero di Rho:

|           |                      |                              |
|-----------|----------------------|------------------------------|
| 3 Luglio  | :Michela Pelletteria | - Prodotti pelletteria       |
| 4 Luglio  | :Michela Pelletteria | - Prodotti pelletteria       |
| 6 Luglio  | :Ditta Annika        | - Diffusione abbigliamento   |
| 7 Luglio  | :Ditta Annika        | - Diffusione abbigliamento   |
| 10 Luglio | :Ditta Monaci        | - Abbigliamento              |
| 11 Luglio | :Ditta Monaci        | - Abbigliamento              |
| 13 Luglio | :Ditta Rossetti      | - Abbigl. uomo donna bambino |
| 14 Luglio | :Ditta Rossetti      | - Abbigl. uomo donna bambino |
| 17 Luglio | :Ditta Indaco        | - Abbigliamento firmato      |
| 18 Luglio | :Ditta Indaco        | - Abbigliamento firmato      |
| 19 Luglio | :Ditta Indaco        | - Abbigliamento firmato      |
| 24 Luglio | :Ditta Mary Baby     | - Abbig. bambino 2-14 anni   |
| 25 Luglio | :Ditta Mary Baby     | - Abbig. bambino 2-14 anni   |
| 27 Luglio | :S&C di Barbolla     | - Abbigliamento firmato      |
| 28 Luglio | :S&C di Barbolla     | - Abbigliamento firmato      |

IL SEGRETARIO  
(Antonio Panzitta)







### ABBIGLIAMENTO

- IL MILLEPIEDI s.r.l.** Via Leopardi, 7 Pogliano M.se Tel. 93255328 Vendita di articoli per la prima infanzia e arredo da giardino. Muniti di tessera si potrà usufruire di sconti che variano dal 5% al 15%, inoltre la stessa, completata, darà diritto ad un buono di £ 50.000.
- 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 Barbaiana di Lainate Tel02/93550353. 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 10%
- GINALEBOLE** Via Castrovilari 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%.
- KEEP3 S.r.l.** Via Don Sioli 2/E Mazzo di Rho. Sconto del 30% su tutti gli articoli presentando la tessera CRAL.
- GB. PEDRINI** Via Madonna 99 Rho Tel.02/93504780. Sconto del 10% sull'intera collezione uomo/donna.

### ACQUARI

- DIAL** Via Pessina 38 Sedriano Tel. 02/90110178.  
Vendita acquari, accessori, supporti e pesci. Sconto del 30%.
- MEXICA ACQUARI** via XXV Aprile 27 Arese Tel./Fax 02/9383379. Sconto del 20% su acquari e terrari - del 15% sui pesci e mangimi - del 5% sui libri DUPLA.

### ALLEVAMENTI

- ALLEVAMENTO PENSIONE BARIOLA** Via Rossini 1179 Caronno Pertusella fraz. Bariola (Varese). Sconto del 10% sulla vendita di cuccioli, sulla toelettura e sulla pensione di cani e gatti.

### APICOLTURA

- ARESEVITVAI APICOLTURAZANI** Via Vismara 72/10 Arese Tel.02/38302360  
Sconto del 10% nel settore apicoltura.

### ARREDAMENTO

- DOMO DESIGM** Tel. 0332/402083-402364.
- GRAPPEGGIA ARREDAMENTO** Via don Luigi Viganò 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 pubblicitario sig. Ferrario Adelfio

**T3 LINEE D'ARREDO S.r.l.** di Lissone Via Caprera 7 Tel 039/2459400 - Risparmio sino al 30% su acquisto di mobili

- Blocco prezzi di 18 mesi
- Pagamento personalizzato a "interessi zero"
- Garanzia anni 1 su mobili e anni 3 su elettrodomestici forniti con cucine
- Consulenza tecnica, progettazione e rilievi in cantiere gratuiti
- IVA, trasporto e montaggio compresi nel prezzo

Le nostre esposizioni, a Lissone e dal mese di luglio anche a Milano in Via della Moscova 53, non sono aperte al pubblico quindi per informazioni o visite contattare il Sig. Marrapese Tel 0330/892003.

#### ARTICOLI DA REGALO

**L'ALBERO DELLA FANTASIA** Laboratorio artigianale - produzione e decorazione di articoli da regalo unici ed originali in legno, stoffa, vetro ed altri materiali. Su ordinazione complementi di arredo personalizzati.

Pregnana Milanese - Via Roma, 14 - Tel 02/93591143 - aperto dal lunedì al venerdì dalle 14 alle 18 - sconto 10%

#### 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%.

#### ASSICURAZIONI

**TORO ASSICURAZIONI** Via Dei Martiri della Libertà, 2 Rho.

#### 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 Tel.02/9302459. Prodotti di pelletteria, calzature e valigeria.

Sconto 10%.

**POKER SHOES s.r.l.** Via Capuana (RHO CENTER) Rho Tel.02/9302606

Muniti di "FIDELITY CARD" sconto del 10%.

#### CAMPER

**OTTORENTNOLEGGIO 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 Belliøre 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 Tel.02/9302692. 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%.

#### CICLI - MOTO

**LUCIANO BIANCHI** Riparazione e vendita cicli e moto Via Cadorna 59 Rho Tel. 02/9309290. Biciettenuove M.T.B. sconto del 15%. Biciette nuove sportive e viaggio sconto del 15%. Biciette nuove e da corsa modelli Bianchi, Moser, Viner, De Rosa sconto del 10%. Accessori per biciclette da corsa sconto dal 10% al 20%.

#### 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.

#### CONCESSIONARI

**AUTORNORD** Via Biringhello 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 Fax 02/9314188. Sconto del 20%.

### ELETTRODOMESTICI TV-HI-FI

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

**COECO** Centro Commerciale di Mazzo di Rho. Sconto 10% escluse promozioni.

### FERRAMENTA

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

### FINANZIARIE

**SELFIN** Servizi Finanziari Via Curtatone 14 MI Tel. 02/55182448.

**FINCASTELLO** Piazza Castello 19 MI Tel. 02/876795.

### FIORISTA

**ECLISSI** Centro Commerciale di Mazzo di Rho. Sconto del 10%.

### FOTOCOPIE

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

### GIOIELLERIE

**ORI e GIOIELLI** Centro commerciale di Mazzo di Rho. Sconto del 20%.

**L'ORAFO** Via magenta, 4 Bollate Tel. 02/38300738.

Sconto del 40% per tutti gli articoli di gioielleria

- del 30% per l'oreficeria
- del 15% sugli orologi grandi marche
- del 20% sugli altri orologi

### GOMMISTA

**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.

**SELMO GIULIO** V.le Marconi 64 Parabiago Tel. 0331/553724

Firestone sconto 22% tutta la gamma

Michelin " 18% MXU MXT Energt

Michelin " 20% classic

Kleber " 22% tutta la gamma

Pirelli " 20% tutta la gamma

sottomarche " 30%

convergenza + montaggio gratuiti

### 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 (RA) 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%.

### 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.

**RUSSO LEOLUCA** lucidatura e piombatura di pavimenti in marmo e granito; via Don Orione, 34 Cornaredo Tel. 02/93566208. Sconto del 20% su prezzi già competitivi.

### MERCERIE

**IL FILO** Centro commerciale di Mazzo di Rho.

Merceria, lana, filati e biancheria per la casa. Sconto 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, meteorologia e termometria.

**COMPONENTI OTTICIBARTON** Via Cairoli 34 Barbaiana di Lainate Tel. 02/93550555. Sconto del 40% su montature, lenti, occhiali presbiopia, lenti a contatto, occhiali da sole, ed accessori vari.

**OTTICA DUEMILA** Via Gattinoni 10 Vanzago Tel.02/93548312  
Sconto del 20% sull'acquisto di occhiali da vista.

#### PASTAI

**IL PASTAIO** di Caligiuri Maria; Via Matteotti, 93 Rho. Sconto 30%  
su prezzi di vendita

#### 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.

**EQUIPE ITALIA** Centro Natatorio Comunale di Via Carso a Parabiago Body Building £ 50.000 mensili - Aerobica e Semi contact £ 40.000 mensili; + quota di iscrizione di £ 50.000 che comprende l'assicurazione, la visita medica e la maglietta.

#### PISCINE

**EQUIPE ITALIA** Centro Natatorio Comunale di Via Carso a Parabiago Nuoto libero:

adulti - ingresso £ 5.000, abbonamento 12 ingressi £ 50.000

ragazzi - ingresso £ 3.000, abbonamento 12 ingressi £ 30.000

Scuola nuoto (quote riferite ad ogni ciclo di 8 lezioni):

adulti £ 55.000 - ragazzi £ 45.000 - baby (6 mesi/5 anni) £ 50.000

gestanti £ 60.000 - idroginnastica £ 45.000.

Inoltre c'è una quota di iscrizione per le attività di scuola nuoto di £ 50.000 che comprende l'assicurazione, la visita medica e la maglietta.

#### PROFUMERIE

**PROFUMERIA ROBERTA** Via Capuana RHO CENTER

Sconti del 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.

#### SCUOLA DI VELA

**CENTRO NAUTICO di LEVANTE** Piazza Campanella, 10 Torino Tel.011/7723229 Organizza corsi di vela dalla base alla crociera d'altura. I corsi con base a terra ed imbarcati, si svolgono in primavera e in estate, per una o due settimane, nell'Adriatico, nello Ionio e nel Tirreno. Offre:

Sconto del 10% sui corsi di giugno e settembre

Sconto del 5% sui corsi dei restanti periodi estivi

Sconto del 10% sulle iniziative non a catalogo (es. week-end)

L'abbonamento al notiziario "Veladamati"

Sconti per acquisti ed abbonamenti a riviste nautiche

L'iscrizione alla Federazione Italiana Vela (FIV)

#### 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 solose 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** Centro commerciale di Mazzo di Rho. Sconto del 10% su bigiotteria e articoli da regalo.

#### TENDAGGI

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

#### VIDEOTECHES

**MOVIE la VIDIOteca** Via Sempione 11 Pogliano Milanese Tel.0293256335.

**METEOR FILM** Centro Commerciale di Mazzo di Rho. Sconto 50% su abbonamento annuale.

**VIVAI**

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

**ATTENZIONE**

Se rilevate inadempienze da parte dei convenzionati, comunicatele al più presto alla redazione. Grazie.

**TURISMO**

**C.R.A.L.33**  
**AZIENDA USSL**



*RB Club*

*Telefono: 02. 90752882*

*Tel/Fax: 02. 90785587*

*Cellulare: 0360.789905*

DA : ROSANNA BRIGANDI'

A : SIG. PANZITTA

**NUOVE OFFERTE**

CROCIERE COSTA LUGLIO/AGOSTO SCONTO 40%

FORTE VILLAGE (SARDEGNA)  
(anche Agosto)

“ 20%

**LeMarmotte***on line***OFFERTE SPECIALI !!!****GRAN CANARIA****Partenza 3/10 Luglio da MILANO/VERONA/BOLOGNA**

Hotel 4 stelle pensione completa incluso bevande

1 Settimana 3/10 Luglio oppure 10/17 Luglio £ 830.000

2 Settimane 3/17 Luglio £ 1.380.000

Supplemento singola £ 150.000 a settimana

Riduzione bambini 2/12 anni in letto aggiunto £ 200.000 a settimana

Riduzione adulto in letto aggiunto £ 100.000 a settimana

**TENERIFE****Partenze speciali 10/17/24 Luglio da MILANO/VERONA/BOLOGNA/ROMA**

Hotel SOL TENERIFE o similare (4 stelle Playa Las Americas) Mezza pensione

1 Settimana £ 820.000

2 Settimane £ 1.380.000

Supplemento singola £ 150.000 a settimana

Riduzione bambini 2/11 anni in letto aggiunto con due adulti £ 200.000 a settimana

Riduzione adulto in terzo letto £ 100.000 a settimana

**PALMA DI MAJORCA****Partenze speciali 2/9/16/23 Luglio da MILANO/MALPENSA e da BERGAMO**

Villaggio/Club Pensione completa incluso vino e acqua ai pasti

1 Settimana £ 760.000

2 Settimane £ 1.295.000

Supplemento singola £ 70.000 a settimana

Riduzione bambini 2/11 anni in letto aggiunto GRATIS AEREO+SOGGIORNO

Riduzione adulti in letto aggiunto £ 100.000 a settimana







# Offerte Estate

## PERIPLO

AI SIGG.RI RESPONSABILI DEI CRAL

LORO SEDI

20148 MILANO - V.le Vigliani, 19 - Tel (02) 4987241 - Fax (02) 4690289

=== PARTENZE da MILANO ===

| localita'            | date di part.        | hotel o villaggio | trattamento     | quota catalogo       | OFFERTA   | note           |
|----------------------|----------------------|-------------------|-----------------|----------------------|-----------|----------------|
| PALMA DI MAJORCA     | 8 AGOSTO (15 gg)     | TOBAGO 3 st.S.    | PENS.COMPL.     | <del>2.095.000</del> | 1.945.000 | 50.000 isc iz. |
| GRAN CANARIA         | 10 e 17 LUG.(8gg)    | NEPTUNO 4 st.     | MEZZA PENS.     | <del>1.495.000</del> | 1.140.000 | 50.000 isc iz. |
| KENYA                | 26 LUG.(9gg)         | PALM TREE 4 st.   | PENS.COMPL.     | <del>2.090.000</del> | 1.479.000 | 60.000 isc iz. |
| KENYA                | 26 LUG.(16gg)        | PALM TREE 4 st.   | PENS.COMPL.     | <del>2.921.000</del> | 1.923.000 | 60.000 isc iz. |
| CROCIERA NILO        | 16 LUG.(8gg)         | REINE du NIL      | PENS.COMPL.     | <del>1.520.000</del> | 1.320.000 | 35.000 isc iz. |
| ALGARVE (Portogallo) | 8/15/22 LUG.(8gg)    | AMPALIUS 4 st.    | MEZZA PENS.     | <del>1.400.000</del> | 1.090.000 | 50.000 isc iz. |
| ALGARVE              | 8/15/22 LUG.(15gg)   | AMPALIUS 4 st.    | MEZZA PENS.     | <del>2.240.000</del> | 1.650.000 | 50.000 isc iz. |
| IBIZA                | 9 LUG.(8gg)          | Villaggio         | PENS. COMPL.    | <del>995.000</del>   | 850.000   | 50.000 isc iz. |
| IBIZA                | 9 LUG.(15gg)         | VILLAGGIO         | PENS.COMPL.     | <del>1.660.000</del> | 1.380.000 | 50.000 isc iz. |
| DJERBA (Tunisia)     | 9 LUG.(8gg)          | Villaggio         | PENS.COMPL.     | <del>995.000</del>   | 850.000   | 50.000 isc iz. |
| DJERBA               | 9 LUG.(15gg)         | Villaggio         | PENS.COMPL.     | <del>1.625.000</del> | 1.380.000 | 50.000 isc iz. |
| TENERIFE             | 10/17/24 LUG.(8gg)   | TENERIFE 4 st.    | MEZZA PENS.     | <del>1.360.000</del> | 850.000   | 50.000 isc iz. |
| TENERIFE             | 10/17/24 LUG.(15gg)  | TENERIFE 4 st.    | MEZZA PENS.     | <del>1.945.000</del> | 1.290.000 | 50.000 isc iz. |
| PALMA DI MAJORCA     | 9/16/23 LUG.(8gg)    | VILLAGGIO         | PENS.COMPL.     | <del>990.000</del>   | 750.000   | 50.000 isc iz. |
| PALMA DI MAJORCA     | 9/15/23 LUG.(15gg)   | VILLAGGIO         | PENS.COMPL.     | <del>1.585.000</del> | 1.290.000 | 50.000 isc iz. |
| CIPRO                | 4/11/18/25LUG.(8gg)  | Hotel 3 st.S.     | PERNOT.I.colaz. | <del>1.285.000</del> | 790.000   | 50.000 isc iz. |
| CIPRO                | 4/11/18/25LIG.(15gg) | Hotel 3 st.S.     | PERNOT.I.colaz  | <del>1.880.000</del> | 1.090.000 | 50.000 isc iz. |
| MYKONOS              | 7/14/21 LUG.(8gg)    | Hotel Cat.B       | PERNOT.I.colaz  | <del>1.150.000</del> | 750.000   | 50.000 isc iz. |
| MYKONOS              | 7/14/21 LUG.(15gg)   | Hotel Cat.B       | PERNOT.I.colaz. | <del>1.800.000</del> | 1.150.000 | 50.000 isc iz. |

— CHIEDETECI LE OFFERTE PER ALTRE DESTINAZIONI —

VI RICORDIAMO CHE IL NOSTRO UFFICIO  
EMETTE TUTTI I TIPI DI BIGLIETTI  
AEREI/MARITTIMI/FERROVIARI/CHARTER