

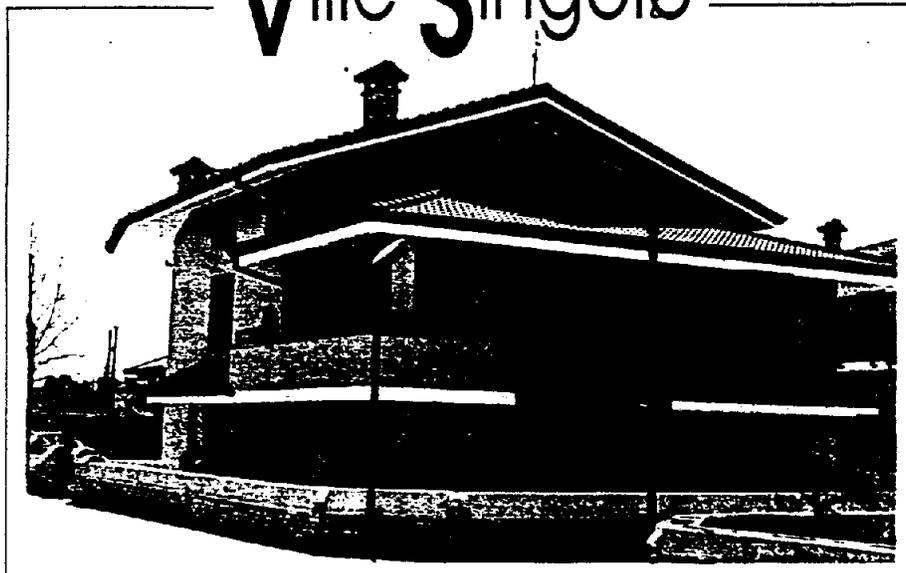
FOTO ZUCCA

# IL GIORNALINO

**numero 7 - ottobre 1995 - trimestrale  
periodico di informazione CRAL  
azienda - u.s.s.l. ambito territoriale 33**

Vendesi in Nerviano ultime 2 prestigiose

## Ville Singole

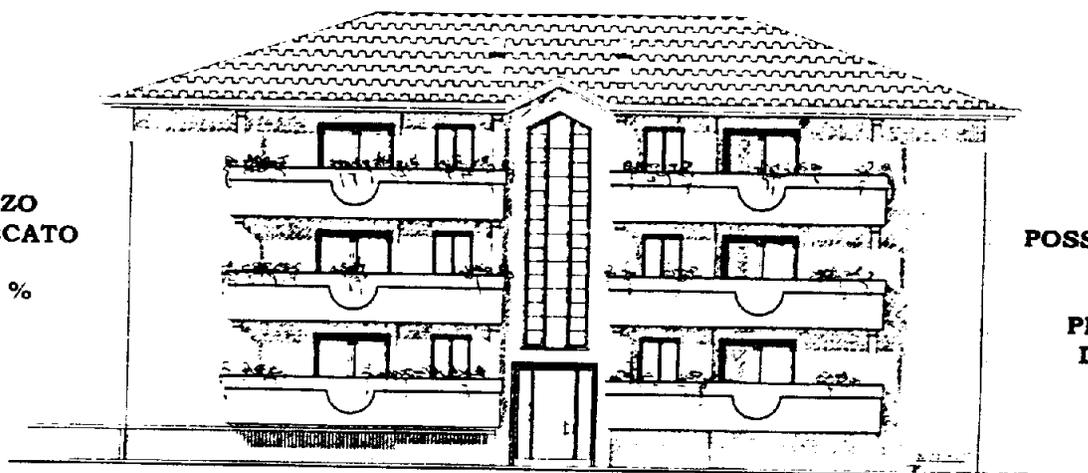


### Residenza Martino della Torre

*In prossimità della Statale del Sempione, nel complesso residenziale "Martino della Torre" disponiamo di ville singole su due livelli più piano mansarda per una superficie complessiva di 300 mq. circa. Ogni villa inoltre, gode di un giardino privato di 350 mq. dotato di un sofisticato sistema di irrigazione automatico temporizzato. Le ville sono state realizzate con finiture di grado superiore adeguate alla tipologia della costruzione, destinata ad una clientela raffinata e sempre più esigente.*

## **BARBAIANA DI LAINATE**

**Piccola palazzina con appartamenti di varie metrature**



**PREZZO  
BLOCCATO**

**IVA 4 %**

**POSSIBILITA'  
MUTUO**

**PERMUTE  
DIRETTE**

**Tel. 0331/520228 - 0337/315097**

# SOMMARIO DI QUESTO NUMERO

INTERNET	1
E' TEMPO DI VACANZE	3
PORCINI.....	4
STORIA DELLA CUCINA LOMBARDA	5
COMPAGNI DI VIAGGIO	6
BONSAI: GLI STILI	7
CUCINA D'AUTUNNO	9
MUSICA E MUSICA	11
CORSO DI FOTOGRAFIA	12
L'ANGOLO DEGLI ARTISTI	13
GRUPPO CICLOTURISTI	14
GITA RIFUGIO CITTÀ' DI BUSTO	15
TEMPI DURI PER I CALCI BUONI	17
GLI SPETTACOLI DEL CRAL	18
BOWLING	20
CLASSIFICA TROFEO DI PESCA	21
LA CANTINA IDEALE	22
CONVENZIONI	

## La Redazione

Direttore: Angelo Pastori  
Composizione eStampa: 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.**

# INTERNET

Parlare di **Internet**, soprattutto per chi da mesi ne è affascinato e coinvolto, rischia di diventare un labirinto complesso quanto lo è questa Ragnatela Mondiale.

L'intricatissima rete è formata da computer (e da circa 30.000.000 di persone che la utilizzano giornalmente) interconnessi spontaneamente tramite mezzi molto vari, quali le linee digitali, le linee analogiche, i cavi telefonici, le onde radio, i cavi a fibre ottiche: la cosa sorprendente è che l'uso è relativamente semplice, grazie all'esistenza di protocolli e di procedure, come il TCP/IP, che hanno il compito di accomunare tutte le possibili variabili presenti.

**Internet** "di per sé" non esiste: in realtà è una specie di rete "telefonica" computerizzata. In pratica: il mio computer è collegato al mio telefono che è collegato ad altri telefoni che sono collegati ad altri computer. E così via!

Come è iniziata la faccenda? Dalla connessione di quattro elaboratori decisa da una agenzia del Dipartimento della Difesa americano, che sentì il bisogno, nel 1969, di sviluppare un sistema semplice per scambiare informazioni di interesse militare tra scienziati e ricercatori situati in luoghi geografici differenti (entro il 1972 la rete diventò di trentasette computers, e si chiamò Arpanet).

Ma all'utente medio, a cosa serve? A quattro cose principali:

- 1) **scambio di posta elettronica** con tutto il mondo (tra scrittura e arrivo della lettera passano pochi secondi, invece che giorni).  
Il servizio è il cosiddetto **e-mail** (ogni utente ha un proprio indirizzo. Gli indirizzi di Internet si compongono solitamente di **nome@subdominio.dominio**. Esempio: aldo@mpnet.it è l'indirizzo del signor Aldo, abbonato al sistema mpnet, residente in Italia; @ si legge at).
- 2) **trasferimento di file** (prelievo di file da altri computer, come se si copiasse da un floppy disk: immagini, suoni, filmati, testo, programmi);
- 3) **ricerca** e recupero di informazioni e di argomenti specifici;
- 4) **comunicazione** (discussioni nelle mailbox list e negli Usenet newsgroup: in totale circa 15 000 spazi rivolti ad altrettanti gruppi di persone che hanno interessi su un particolare argomento).

**Accesso a Internet:** il mezzo attualmente più usato dai privati è l'abbonamento a una Società in possesso di una connessione diretta (con protocolli SLIP o PPP), tramite la normale linea telefonica.

Cosa serve:

- qualsiasi tipo di computer;
- un modem (MODEM = MODulatore e DEModulatore: un piccolo apparecchio che modula i toni audio analogici della linea telefonica e che li rende compatibili con i bit digitali che sono la base dei dati computeristici). La velocità del modem dovrebbe essere almeno di 14.400 bps (bit per secondo);
- il telefono

### Programmi utili:

- un programma per **e-mail** (posta elettronica; per esempio **Eudora**);
- uno strumento di ricerca per prelievo file (ad esempio **Archie**);
- uno strumento di ricerca per argomenti specifici (**Gopher** e **Veronica**, sviluppati nel 1991 dalla Università del Minnesota);
- **Trumpet Winsock**: per potere effettuare una connessione tipo SLIP (necessaria per l'interfaccia grafica);
- **Netscape**: per navigare nel World Wide Web.

### Cos'è il World Wide Web (WWW)?

Il WWW è stato sviluppato presso il CERN di Ginevra e lanciato sul mercato nel 1991. Si tratta di un programma ad **interfaccia grafica** che trasforma Internet in una sconfinata rivista illustrata e con ipertesti.

Le informazioni che si ottengono sono composte da testo, immagini, suoni e anche filmati. L'**ipertesto** è una parola o una frase (in genere evidenziata da una sottolineatura e da un colore diverso) su cui si può clickare con il mouse: istantaneamente si viene collegati ad un altro documento (a sua volta formato da testo, immagini, suoni e ipertesto).

In conclusione: è come se il mondo intero fosse un'unica cartelletta principale. Aprendola si ha una prima suddivisione in cartellette secondarie che contengono scienza, sport, arte, cultura, geografia, storia e così via. Ognuna di queste cartellette può a sua volta essere aperta: ad esempio quella intitolata scienze si articola in astronomia, botanica, medicina, chimica, fisica e così via. Seguendo le diramazioni delle cartellette si arriva **OVUNQUE** nel mondo.

I dati sono prevalentemente a cura delle maggiori Università.

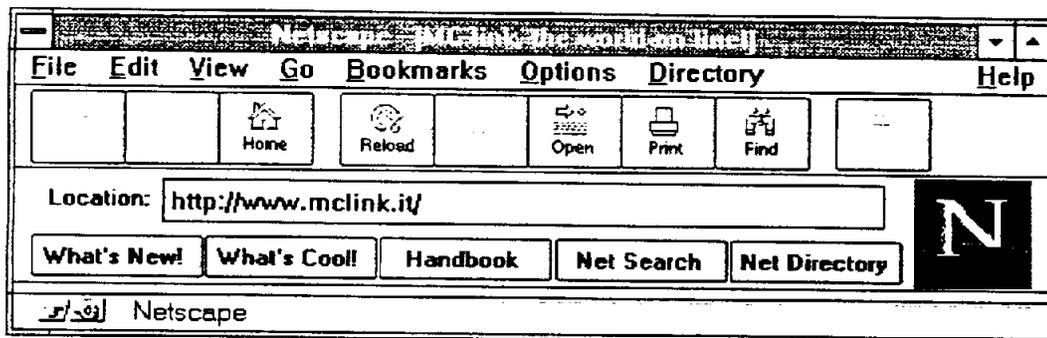
In uno dei milioni di computer collegati c'è l'immagine, l'articolo, la risposta, la spiegazione che ci interessa!

E ci si può arrivare in almeno due modi:

- 1) girando e seguendo ipertesti logici,
- 2) ponendo una richiesta precisa, e aspettando (secondi o minuti) che uno degli strumenti di ricerca disponibili trovi ed elenchi quanto ha trovato..... nel mondo!

Il limite di Internet? Il sapere dell'uomo.

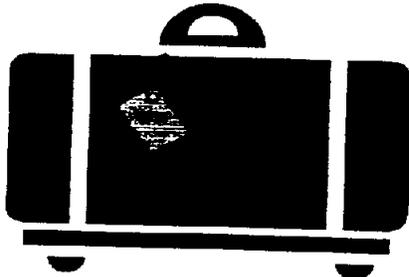
La schermata illustrata qui sotto (semplificata) è un tipico esempio di programma ad interfaccia grafica, usato per **navigare in Internet**.



DOTT. AMBOLDI

## E' TEMPO DI VACANZE: DOVE MANDARE I NOSTRI FIGLI?

Fantasia di un vagabondaggio, di essere lontano, in un altro luogo. Fantasia di una storia propria, per poter ritrovare con altri il distacco dei genitori, per potersi provare nel gruppo, senza una rete preconstituita. Ma anche un desiderio di esplorare un mondo che è ancora più lontano, esplorarlo con altri, ripetendo nel gioco e nello studio la possibilità di conoscere il mondo e gli altri.

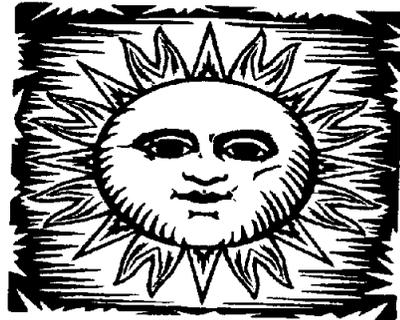


Un'esperienza possibile per i bambini, che ripete nel gioco lontano da casa le fantasie più profonde dell'infanzia, che nella distanza pone la possibilità di sperimentarsi, guidati, aiutati dalla presenza di adulti che non sono i propri genitori, che accompagnano l'esplorazione del mondo e delle relazioni interpersonali. Una dimensione oggi importante, ma sempre più

difficoltosa ed affidata a scelte intricate, costose, a volte troppo costose. Ma forse la possibilità affinché i bambini ne possano usufruire esiste, attraverso la creazione di convenzioni con queste istituzioni che permettono di risolvere il problema delle lunghe vacanze affidandosi ad organizzazioni che pongono al centro del loro lavoro la costruzione di possibilità di nuove esperienze per i bambini. Un movimento d'opinione da rafforzare, ma che occorre iniziare, ponendo come problema collettivo un problema di solito affrontato in modo individuale. Iniziare oggi per le prossime vacanze a pensare ed organizzare queste possibilità.

Pertanto chiunque fosse interessato può rivolgersi a Santoro o Ventrice presso Ufficio d'Igiene (tel. 2365/2373) per raccogliere le adesioni al fine di rendere concreta l'iniziativa qui proposta.

Si ringraziano tutti coloro che vorranno collaborare in questa iniziativa.



Santoro / Ventrice U.I.

# PORCINI...

L'autunno è la stagione ideale per andare per funghi, anche se già in estate è possibile dedicarci a questo salutare hobby.

Parlare di funghi, senza correre il rischio di essere banali è difficile perchè, chi pratica questo passatempo (e credetemi siamo davvero molti) è convinto di conoscerli perfettamente e di sapere posti miracolosi dove andare a raccogliarli. Mi limiterò quindi a dei semplici consigli che spero possano ritornare utili.

Un paio di scarponcini alti, calzettoni, pantaloni di tessuto pesante, camicia a maniche lunghe, k-way, un bastone e un cesto costituiscono l'abbigliamento e l'attrezzatura idonea per affrontare tranquillamente una giornata di relax.

E' importante ricordare a chi va per funghi che, con il rispetto di semplici regole comportamentali, si può sempre essere ospiti discreti del bosco e magari fungaioli di successo, senza arrecare gravi danni all'ambiente.

Cogliamo solo i funghi che abbiamo intenzione di consumare, lasciando sul posto gli esemplari troppo vecchi, senza scavare o rastrellare, altrimenti il micelio potrebbe morire, compromettendo così i raccolti futuri. I funghi vanno puliti appena colti con un coltellino tagliente e posti in un cestino di vimini e mai in sacchetti di plastica perchè, oltre ad impedire alle spore di disperdersi, possono fermentare facilmente, diventando immangiabili. Se incontriamo funghi tossici, lasciamoli stare senza danneggiarli e se ci imbattiamo in funghi che non conosciamo, che ci sembrano buoni, raccogliamone qualche esemplare e poniamolo in un altro contenitore (una borsa di rete del tipo di quelle delle arance, che sta comodamente in una tasca). Infatti è utile sapere che di alcuni funghi sono velenose anche le spore e quindi è meglio evitare ogni contatto con gli altri funghi. Una volta a casa li faremo vedere a qualche esperto o, meglio ancora, nei centri messi a disposizione delle Ussl, per sapere se sono veramente commestibili. E a tal proposito è opportuno ricordare che non esistono sistemi empirici per stabilire se un fungo è velenoso oppure no, per cui niente prove del prezzemolo, del cucchiaino d'argento e tantomeno del gatto o della suocera.

Il fungo per antonomasia è il porcino, anche se in realtà non si tratta di una sola specie, ma di quattro boleti che hanno in comune tre caratteristiche: la carne bianca che non cambia colore al taglio, il profumo e il gambo decorato da un reticolo più o meno pronunciato. Al nord è possibile trovare tutte e quattro le specie (Edulis, Pinicola, Aereus e Reticolato) anche se da settembre in poi, l'Edulis è molto più frequente: lo si può trovare in montagna e in collina, nei boschi di abete rosso, castagno e faggio, ma anche sotto i noccioli e le betulle.

Funghi velenosi simili al porcino non esistono, anche se il Boletus Felleus può trarre in inganno (nei casi dubbi è consigliabile assaggiarne un pezzetto e, se amaro, scartarlo).

Il fungo che più si avvicina ai porcini come sapore, è il B. Badius, comune nelle abetaie e nei boschi di latifoglie, anche in autunno avanzato.

Una volta raccolti, i funghi vanno cucinati il più presto possibile, perchè sono facilmente deperibili, per cui, appena giunti a casa vanno lavati interi in acqua corrente (anche i porcini perchè non è affatto vero che l'acqua li danneggia) e, con l'aiuto di un coltello, si tolgono foglie e terra, poi si tagliano secondo la ricetta che si vorrà seguire, si mettono in un tegame basso e si portano a metà cottura immediatamente.

In questo modo si arrestano i processi di decomposizione e si potrà terminare la cottura anche successivamente.

I porcini, se sani, si possono conservare in diversi modi, ma il più pratico è quello di congelarli dopo averli tagliati a fette.

Un ultimo consiglio: prima di partire alla ricerca di funghi, è meglio informarsi sulle normative che ne regolano la raccolta nel luogo in cui ci si recherà (tesserini, quantitativi che possono essere raccolti, giorni pari o dispari, ecc...) onde evitare salatissime multe.

In bocca al fungo....

Stefano Giussani  
Laboratorio

## Breve storia della cucina Lombarda

24 febbraio 1525: Francesco I<sup>o</sup> re di Francia, sta perdendo la battaglia di Pavia. Poche ore prima di arrendersi, inseguito dagli spagnoli, in un casolare a pochi chilometri dalla città chiede ospitalità per il pranzo. Nella fattoria si sta preparando il classico minestrone di verdura: non è certo cibo da Re. La cuoca, improvvisa, si affida alla fantasia: fa abbrustolire alcune fette di buon pane vecchio lombardo, le spalma di burro, ci spacca due uova intere, aggiunge una un po' di formaggio grana grattugiato e versa sopra al tutto del brodo bollente di verdura. Francesco I<sup>o</sup> consuma con curiosità questa zuppa mai vista e poi, mentre gli spagnoli sono ormai a pochi passi, ringrazia i contadini che l'hanno ospitato dichiarando: Quella che mi'avete offerto era proprio una zuppa da Re! Qui quel casolare in cui nacque la zuppa pavese esiste ancora e lo si può vedere, tra una risaia e l'altra, viaggiando sul treno che unisce Milano a Pavia, pochi minuti prima di raggiungere la Certosa. Tra pochi anni forse quel casolare non esisterà più: le città incalzano da vicino, e della struggente pianura lombarda, tanto cara alle nebbie e alle gelate invernali, rimarrà poco. Milano è poco lontana e si avvicina, in centro poi, la Galleria, i milanesi la vollero dedicare al loro re Umberto, non è più il fulcro dello spirito e della vita ambrosiana, vi si beve, è vero, ancora come una volta, a mezzogiorno l'aperitivo, il famoso *Bitter* con le olive e le patatine fritte. Ma i grattacieli intanto hanno dato a Milano un'impronta avveniristica: i *business-men* trionfano. La vera cucina meneghina è diventata una rarità, la si può trovare ancora in certe trattorie del centro nei quartieri più antichi o all'estrema periferia. Quei vecchi casolari, immersi nel verde dei pioppi esistono le ultime trattorie con la classica cucina milanese, quella cucina che ha dato al mondo il risotto con lo zafferano, l'osso buco, la cotoletta impanata. Il colore giallo è una sua caratteristica e ha precedenti storici: nel Trecento a Milano, come nelle grandi città europee, si usava rivestire di oro i cibi prima di portarli in tavola. Era una raffinatezza dettata dall'opulenza delle grandi corti, ma era anche il risultato dell'invadenza degli alchimisti del tempo che vedevano nell'oro il toccasano dei mali dell'uomo. L'oro, però, non poteva essere presente su tutte le mense, in tempi di generale povertà come quelli.

Fu così che, e questa è un'altra leggenda milanese, un pittore della Brianza pensò di valorizzare il risotto del suo banchetto di nozze con un colore dall'aspetto prezioso ma di nessun valore, un semplice colorante innocuo che si impegnava di solito per rafforzare il giallo. Con il risotto, dunque, l'oro giunse sulla tavola dei poveri. E anche la cotoletta alla milanese rivela l'amore dei lombardi per questo esaltante colore: pane grattugiato, uova, burro donano alla cotoletta riflessi aurei. La cucina lombarda non è tuttavia unitaria come quella di altre regioni italiane: ogni provincia vi ha infatti caratteristiche esclusive: a Pavia, oltre all'ononima zuppa vi sono le Rane, e il Risotto trionfa, nella provincia di Bergamo il piatto principale è la polenta con gli osei (uccelli volatili) e la si può gustare a Bergamo Alta, la si può gustare guarnita in modo inimitabile, con uccelletti fatti allo spiedo o in tegame. A Cremona, la città di Stradivari e dei grandi liutai sono il salame, la mostarda e il torrone, torrazze e t..... A Mantova, la città dei Gonzaga è famosa per gli squisiti tortelli di zucca, e per i pesci meravigliosi quando sono consumati nelle osterie lungo il Po. Per i pesci è famoso anche il bresciano, trote salmonate alla griglia, le anguille le carpe e i carpioni. Parlando della Lombardia, non si può dimenticare la Brianza dove le esperienze dimenticate la Brianza dove le esperienze di Milano, Como, Varese e della Valtellina si fondono con i sapori della mortadella di fegato, la faraona, il risotto con la salsiccia e i formaggi: dal gorgonzola, che appartiene alla stirpe dei grandi formaggi, al taleggio, al grana padano, ai caprini e al delicatissimo mascarpone. Anche i salumi hanno una precisa collocazione nei menù lombardi: i salumi di Cremona, l'impareggiabile Bresaola della valtellina fatta di carne di bue, e il salame di varzi che giunge dalle colline dell'Oltrepò Pavese, dalla stessa zona dove nasce il miglior vino lombardo. A Milano è nato il panettone, è divenuto un dolce Nazionale che non manca mai nel banchetto di Natale. La leggenda fa nascere il panettone ai tempi di Ludovico il Moro, nello stesso periodo in cui Leonardo da Vinci dava una sistemazione definitiva ai Navigli e dipingeva il Cenacolo di Santa Maria delle Grazie.

## COMPAGNI DI VIAGGIO

**"Il vero viaggio di scoperta  
non consiste nel cercare  
nuovi paesaggi, ma nell'avere nuovi occhi."  
Marcel Proust - A la recherche du temps perdu.**

Per chi volesse rubare qualche ora alla TV, chiudere la porta al tran-tran quotidiano, sognare ad occhi aperti stando comodamente seduti in poltrona, si consigliano i seguenti rimedi:

### 1°) IL DANNO di Josephine Hart

In un mondo levigato, all'interno del quale ogni persona, affetto, relazione ha un ruolo stabilito ed apparentemente immutabile, si sviluppa una straordinaria passione che sconvolge rapporti creduti definitivi e mette in pericolo l'esistenza stessa della famiglia. Ipnotico nello stile ed incalzante nel ritmo, IL DANNO ci mostra la difficoltà di conciliare il proprio mondo interno con la realtà e la potenza di un'ossessione erotica ed emotiva.

### 2°) SOGNAVO L'AFRICA di Kuki Gallman

Una storia vera, una vicenda umana unica e commovente. Biografia di una donna eccezionale che, guidata dal grande amore che condivideva con marito e figlio - entrambi scomparsi - per la terra africana e per la natura, lotta per la creazione di una fondazione.

### 3°) PASSAGGIO IN OMBRA di M. Teresa Di Lascia - premio Strega 1995

Le contraddizioni del Sud, terra in cui la storia si snocciola, emergono chiaramente in questo romanzo dove passione, gioia, rabbia e dolore sono espressi con struggente intensità da dare al lettore una sorta di dolore fisico terebrante. Poi, quando le emozioni raggiungono l'acme, come se una ragnatela si posasse a coprire il tutto ovattandolo ed appesantendolo fino a renderlo sfocato, si insinuano torpore e stanchezza che trasportano il lettore in un'altra dimensione, come se ci si trovasse tra le pagine di un altro romanzo. Così, anche solo per poco, si deve interrompere l'avvincente legame che ti ancora a quelle parole cariche di tutto, per ritrovare l'equilibrio. Così la protagonista sconvolge e trascina il lettore nel viaggio della sua vita, dall'infanzia alla maturità, sempre nutrita dall'amore. Amore devoto ed inappellabile per la madre; amore difficile, sofferto trasformatosi in odio per il padre; infine, per il cugino Saverio, amore passionale ribollente di dolore e spiritualità, frenato dalle convenzioni che lo negano fino a spegnerlo.



### 4°) IL POSTINO DI NERUDA di Antonio Skarmeta

Piccolo gioiello letterario, narra la storia di un ex pescatore di nome Jimenez, il quale viene nominato postino del villaggio di Isla Negra, dove abita un solo individuo che riceve corrispondenza: nientemeno che Pablo Neruda, il grande poeta. Tra i due, attratti da una reciproca e franca simpatia, nasce un legame di amicizia che condurrà Neruda a strane e, apparentemente poco poetiche, avventure. Limpido, gaio e insieme malinconico, vivacissimo e a tratti esilarante, triste nel finale ma mai vinto dalla tristezza, questo libro ha rivalutato le grandi qualità letterarie di Skarmeta.

dr. Pistone P.S.

NELLA NOTTE D'INVERNO  
STA IL VECCHIO ABETE  
IMPERTERRITO,  
NONOSTANTE LA NEVE PESANTE  
ABBASSI I SUOI RAMI.

(Messaggio augurale dell'imperatore Hiro Hito per l'anno 1947)

## BONSAI - GLI STILI

Ritemprati dalle vacanze appena lasciate alle spalle, passata la calura estiva, si riprende con maggiore entusiasmo e vitalità la consueta attività. E perchè non aggiungere nuovo calore a tutto ciò..... Dopo le presentazioni, accennate le origini e filosofia dell'arte bonsai, sempre piacevolmente insieme, ci sembra giunto il momento di un contatto più diretto con il mondo bonsai. Non più solo magia ma anche creatività generata dalla passione per questa nobile arte, passando per il sano empirismo. Per "fare bonsai" bisogna dare molto spazio alla creatività perchè solo così si potrà imprimere alla pianta che si educa quel tocco personale che equivarrà alla firma che l'artista appone sulla propria opera. Il lavoro preparatorio che andrà fatto è la costante osservazione degli alberi in natura; il guardare attentamente l'architettura delle piante ci farà automaticamente elaborare nella mente la forma bonsai. Nell'arte bonsai gli stili che si sono sviluppati nel tempo sono più di trenta, ognuno descrive una situazione particolare o tipo di pianta che ha sempre un riscontro in natura. Di tutti questi stili però i principali sono soltanto cinque: stile eretto formale (chokkan), eretto informale (moyogi), inclinato (shakan), semi-cascata (han-kengai) e cascata (kengai).

**STILE ERETTO FORMALE** o **CHOKKAN** è una forma naturale nella quale il tronco non deve avere curve. I rami sono disposti in forma piramidale e regolare in tutte le direzioni fuorchè in avanti, essi partono da un'altezza dal terreno pari circa al 30% di quella dell'albero. La forma che assume la pianta in stile eretto formale è la più regolare fra tutti gli stili, le radici robuste che si irradiano attorno al tronco conferiscono all'albero un senso di stabilità. Fig. 1.

**ERETTO INFORMALE** o **MOYOGI** è il più frequente fra gli stili bonsai. E' uno stile in cui il tronco è curvato quanto basta per renderlo attraente senza esagerare. Quello che caratterizza maggiormente questo stile è il movimento molto delicato che si crea nel tronco, movimento che si ripete anche più volte. I rami principali sono distribuiti regolarmente lungo il tronco. L'apice deve restare perpendicolare alla base. Fig. 2.

**TRONCO INCLINATO** o **SHAKAN** presenta un tronco leggermente inclinato da destra a sinistra, con varie angolature rispetto al terreno, un albero educato con il tronco inclinato può risultare una pianta dallo stile interessante, con un disegno più vario e movimentato degli stili precedenti. Nello stile inclinato, la prima cosa da considerare è la posizione e la forma delle radici di superficie. Come abbiamo visto negli stili eretto formale ed informale, le radici in superficie sono distribuite a raggiera attorno al tronco senza che nessuna radice grossa sia posizionata di fronte o sul retro. Nello stile inclinato le due aree principali nelle quali sono necessarie le radici superficiali sono esattamente sotto l'inclinazione del tronco e sul lato opposto all'inclinazione. Consideriamo che la disposizione delle radici in questo stile è diversa per le spinte più esasperate ed intense che si verificano. Le radici, sotto l'inclinazione del tronco, sono soggette a forze di compressione e conseguentemente le radici assumono una forma a "sperone" o a "gomito". Sul lato opposto all'inclinazione vi è una forza trascinante e di tensione che opera e le radici assumono una funzione ancorante, hanno un profilo più levigato che si irradia con grazia dal tronco. I rami devono avere un andamento orizzontale o leggermente verso il basso. Fig. 3.

**CASCATA** o **KENGAI** lo stile idealizza una pianta che è cresciuta in situazioni ambientali molto particolari

(dirupi spazzati dal vento, pareti di roccia molto esposti a fattori atmosferici). Balza evidente la sua forma particolare che costringe il tronco a piegarsi su se stesso, quasi volesse precipitare verso il basso. Nello stile a cascata il tronco o il primo ramo generalmente si piega in giù verso il bordo del vaso fin oltre la base del contenitore. Fig. 4.

SEMI-CASCATA o HAN-KENGAI non pende da una roccia come nella forma a cascata, ma si sporge orizzontalmente da una costa ripida. E' questa la rappresentazione in natura che si identifica con questo stile. Le piante da adattare presentano di solito il tronco robusto, quasi tozzo ma che si assottiglia improvvisamente. Gli alberi che si adattano a questa variante sono bassi e robusti con il tronco dritto o leggermente curvato, la cui parte inferiore è priva di vegetazione che di solito occupa i 2/3 dell'apice della pianta. L'angolo del tronco è così esasperato da sembrare quasi orizzontale. Fig. 5.

#### AVVISO IMPORTANTE:

Ottobre, con la sua esuberanza di colori che sembra incendiare la natura come spettacoli pirotecnici, per poi spogiarla e prepararla per il pigro inverno, ci troverà insieme, questa volta, per attuare l'ambizioso progetto di cui abbiamo parlato al nostro primo appuntamento. A ottobre si vorrebbe dare inizio ai corsi pratici di bonsai. Tutti gli interessati a partecipare al corso possono comunicare la propria adesione contattando il dr. Pistone o l'infermiere Iparato presso il P.S. tel. 2268 - 2200.

A PRESTO

dr. Pistone P.S.

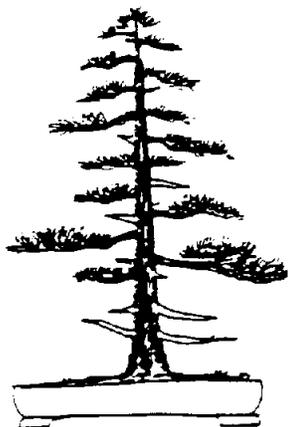


Fig. 1  
Esempio di Stile Erretto.

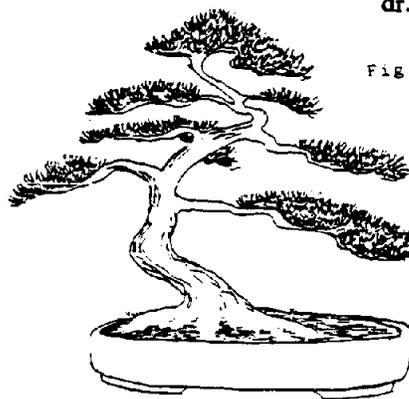


Fig. 2

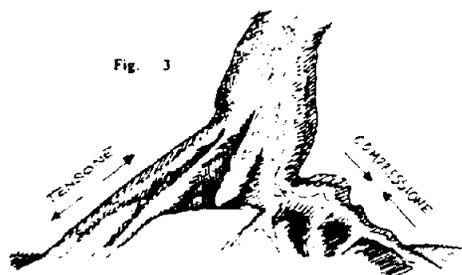


Fig. 3



Fig. 3

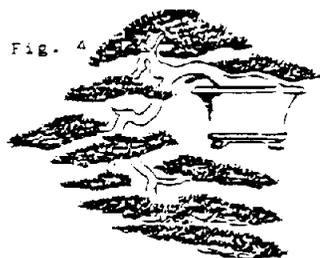


Fig. 4



Fig. 5

## CUCINA D'AUTUNNO

Un pranzo importante che si rispetti non deve mai presentare nelle portate due volte lo stesso cibo, unica eccezione è fatta per i funghi. Ecco perché in questo numero de *I I Giornali* troverete due articoli che parlano di funghi. La mia mancanza di tempo, o forse solo la pigrizia, fanno sì che non mi addentri nel come ricercare e raccogliere i gustosi miceti ma di come nei secoli tale alimento abbia allietato il palato di numerose generazioni. I funghi furono apprezzati fin dalla più remota antichità e divennero ben presto oggetto di commercio; li ricercarono infatti portandoli all'onore delle mense gli egiziani, i babilonesi, i greci ed i romani, i quali li definirono un cibo regale. Furono proprio i romani a dare all'ovulo buono il nome di Amanita Cesarea, intendendo così classificare questo fungo tra gli alimenti degni di un imperatore. Sia nel Medio Evo che nel Rinascimento i funghi continuarono ad essere apprezzati e la loro fama non venne mai meno, perdurando ininterrotta fino ai giorni nostri. Fu però solo nella metà dell'Ottocento che si allargarono le conoscenze sui funghi e si imparò a cucinarli in maniera corretta; precedentemente infatti i funghi venivano bolliti lungo per eliminare, secondo un'errata ma assai diffusa credenza, gli eventuali veleni in essi contenuti. Ciò che restava dopo un simile trattamento non poteva avere certo un gran sapore e per questo motivo i funghi venivano insaporiti con sostanze molto aromatiche o piccanti che toglievano ogni caratteristica organolettica originaria. Nonostante la credenza popolare ritenga i funghi molto nutrienti, tali da esserlo come la carne (

forse perché più di essa costano) bisogna riconoscere che il nostro organismo non è in grado di utilizzare completamente tutte le sostanze in essi contenute. Il pregio principale dei funghi è quindi solo il loro caratteristico sapore ed aroma inconfondibili. I funghi devono essere cucinati cercando di rispettare le loro caratteristiche più salienti. Per esempio un ovulo buono è certamente più indicato per una insalata condita con dell'ottimo olio di frantoio non troppo profumato ed in modica quantità, un pizzico di pepe, sempre macinato al momento, per profumare, sale e scaglie di parmigiano; se a tutto questo si aggiunge del tartufo bianco si raggiungono livelli di estasi culinaria inenarrabili. I porcini sono ottimi in tutti i modi ma per i risotti sono certamente insuperabili i finferli, mentre i nostrani chiodini trovano la loro massima esaltazione nell'esser trifolati con aglio e prezzemolo. Sicuramente però il fungo più conosciuto e quindi più cucinato è il porcino, che spesso vedo maltrattare a tal punto da farmi quasi soffrire; si ricordi che: i funghi non vanno mai lavati se non i rarissimi casi, non vanno conditi in modo smodato né va loro aggiunto altro ingrediente aromatico - è molto di moda servire funghi e pesci cucinati assieme ditemi se li avete provati se il fungo non sapeva di pesce e quest'ultimo non aveva sentore di fungo che in alcuni casi sembra di muffa - ed inoltre i funghi devono essere il più freschi possibile. Può quindi sembrare scontata la ricetta dei porcini trifolati, ma voglio ugualmente dirvi come io la preparo invitandovi a provare poi ad accompagnare il tutto con del riso alla parmigiana e del buon

barbaresco servito in uno scintillante ballon ove colore ed aroma facciano da sfondo a tanta soavità. Si scelgano porcini di piccola e media grandezza e dopo averli ben puliti con una straccio per rimuovere tutto il terriccio si proceda a tagliarli solo poco prima di cucinarli in una padella bassa e larga (meglio se di rame stagnato). Si usi del burro in tale quantità che una volta sciolto possa solo coprire il fondo della padella e si aggiunga pochissimo olio (per 1 Kg di funghi netti si adoperino 60 - 70 g di burro e circa 5 g di olio), alcuni spicchi di aglio che una volta indorati verranno tolti dalla padella. Si mettano allora a cuocere i funghi alzando un poco la fiamma e con un cucchiaino di legno si rimesti in continuazione perché non attacchino ma nello stesso tempo facendo molta attenzione a che non si rompano le fette che dovranno insaporirsi tutte in egual misura. Dopo circa 5 - 6 minuti i funghi cominceranno a fare un po' d'acqua ed allora abbasserete il fuoco e li coprirete per un paio di minuti in modo che continuino a lasciar la loro acqua e prendano colore. A parte terrete del brodo di pollo completamente sgrassato e bollente con cui con sapienti aggiunte manterrete i funghi sempre umidi ma mai troppo bagnati. Questa delicatissima operazione a lo scopo di far sì che dall'imenio - quella parte spugnosa che sta sotto la cappella del fungo - escano le sostanze mucillaginose che contribuiscono a rendere l'atingolo legato e filante. Terminata la cottura, che va verificata di volta in volta perché i funghi si comportano in modo differente a seconda del grado di maturazione e del periodo di raccolta, si aggiunge

un pezzetto di burro crudo ed abbondante prezzemolo tritato, si rimesta in modo uniforme e si serve in una pirofila caldissima tenuta su di uno scaldavivande a lumini. A questi funghi, che debbono presentarsi con carne integra e bianca, tenace senza esser cruda, saporita senza saper di fritto, il cui intingolo deve essere filante, delicato, profumato, verde per il prezzemolo appena aggiunto, abbinerei un risotto alla parmigiana di cui subito vi fornisco la ricetta.

E' questo un risotto degno della Corte di Francia di preparazione semplice che necessita però di molta cura e non bisogna badare a spese. Per 500 g di riso si fondono nella solita pentola per risotti 100 g di burro

freschissimo a cui si aggiungono delle fette di cipolla bianca sceltissima piuttosto alte ricavate dal cuore e tagliate nel senso dell'equatore; si soffrigge lentamente e a fuoco moderato avendo cura che la cipolla non prenda colore. Mantenendo sempre il fuoco moderato si aggiunge il riso che non deve essere tostato o scurirsi come in altri risotti e quindi il movimento del cucchiaino deve essere molto rapido. A fine rosolatura, dopo 5 - 6 minuti, si aggiunge un mezzo litro di latte in ebollizione, si alza il fuoco e si mescola sempre, il riso in 6 - 7 minuti si gonfierà assorbendo il latte senza cuocere troppo. Quando il latte sarà tutto assorbito si aggiunga a cucchiate del brodo di pollo caldissimo e sgrassato, è categorico aggiungere

solo del brodo di pollo e non altri brodi di carne o di dado. Giunti a cottura si incorporino nel risotto 50 g di burro crudo e 100 g di parmigiano, si mescoli intimamente rimestando in modo energico e si serva caldissimo.

Potete anche immaginare su questa succulenta, vellutata, morbida e profumata crema di riso una bella quaglia cotta allo spiedo in un involucri di lardo con il pancino pieni di burro, rosmarino e salvia, e di vederla sprofondare nel risotto quando la forzerete con il coltello per poi aprirsi come un bigné.....

della quaglia parleremo un'altra volta però

Alla prossima.

M. Bassi

## MUSICA E MUSICA

E' recentemente scomparso **ARTURO BENEDETTI MICHELANGELI**, senza alcun dubbio uno dei piu' grandi pianisti del secolo. Personaggio scomodo, scontroso, eccentrico, perfezionista fino all'estremo, aveva da tempo abbandonato l'Italia, dove i contrasti con una realta' culturale nella quale stentava ormai a riconoscersi, piccoli o grandi che fossero, gli erano divenuti definitivamente insopportabili. Concerti annullati all'ultimo momento o addirittura interrotti per motivi apparentemente futili, non erano stati eventi rari nell'arco della sua carriera, ma certamente non solo per causa della sua instabilita' umorale. Una concezione assolutistica della tecnica interpretativa gli impediva infatti di accettare un qualunque compromesso con se stesso e con l'ambiente, indipendentemente dalle esigenze del "suo" pubblico, che pure ha continuato ad adorarlo come una divinita'; una "tensione" continua alla perfezione esecutiva che spesso sembrava andare oltre lo stesso contenuto musicale.



Una produzione discografica piuttosto ridotta non poteva che essere la logica conseguenza di questo peculiare modo di intendere e di esprimere l'arte. Molte registrazioni in studio e dal vivo non hanno infatti mai visto la luce perche' sconosciute dall'esecutore subito dopo la nascita. Di Arturo Benedetti Michelangeli vorrei personalmente ricordare e porre alla vostra attenzione solo due CD, peraltro non recenti, usciti nell'arco del decennio 1978-88. Si tratta dei due volumi dei **PRELUDI** di C. Debussy (Deutsche Grammophon). Non e' musica di ascolto immediatamente facile: provate allora a fare un piccolo volo con la fantasia, magari aiutandovi con una delle tante raccolte dei "grandi pittori" che si trovano facilmente nelle edicole. Cercate il periodo impressionista francese, lo stesso tempo in cui opero' Debussy, e guardate (spero sempre emozionati) qualche quadro di Monet, di Renoir, di Cezanne, di Sisley; quei paesaggi di sogno pieni di colori morbidi, come avvolti da un sottile velo di foschia. Ed avviate il CD proprio in quel momento: a poco a poco musica (o meglio, il suono di Michelangeli) ed immagine diventeranno una sola cosa e non potrete piu' distinguere se sia l'una ad evocare l'altra o viceversa. Non vi potra' capitare di provare una sensazione simile con altri esecutori.

Da Michelangeli ad un altro mito con caratteristiche comportamentali a dir poco "originali", il canadese **GLEN GOULD**, scomparso prematuramente e in circostanze non del tutto chiare all'inizio degli anni 80. Come Michelangeli, Gould fu dotato di una tecnica prodigiosa che spesso diveniva il fine ultimo delle sue esecuzioni.

Come Michelangeli, con il trascorrere del tempo si era sempre piu' isolato dal mondo fino a limitare al massimo anche ogni contatto fisico con l'ambiente. Le sue ultime incisioni furono fatte in studio con vetri di protezione e le mani costantemente coperte da guanti bianchi di cotone. Gould ci ha lasciato numerose testimonianze della sua arte. Una per tutte e, per me, su tutte: **LE VARIAZIONI GOLDBERG** di BACH, in trascrizione per pianoforte (per clavicembalo in originale) (CBS/Sony). La particolare struttura delle dita delle mani - lunghe, affusolate e con l'ultima falange estremamente mobile a mo' di martelletto - gli consentivano di rendere con assoluta fedelta' il tocco netto e "staccato", come metallico, del clavicembalo, ma in forma delle ben piu' morbide sonorita' del piano. Sono convinto che un approccio "pianistico" a BACH, con tanto rispetto per i puristi ad oltranza, possa risultare piu' semplice e gradevole e potrebbe essere un ottimo mezzo per successivi approfondimenti filologicamente piu' "corretti".

Assolutamente conscio di aver detto troppo e di essere stato probabilmente troppo pesante, vorrei concludere scivolando rapidamente dalle ardue cime di Debussy e Bach al piu' appetibile e coinvolgente romanticismo decadente di **RACHMANINOV**. Io lo chiamo il "mio autore dei ricordi". Non sto a commentare qualche sua opera in particolare e mi limito a citare il **CONCERTO PER PIANO E ORCHESTRA N.2**. Provate ad ascoltarlo (ne esistono numerose ottime edizioni, quella di Ashkenazy in primis): sono sicuro che qualcosa di bello, magari anche un poco triste, che avete riposto in un angolino della memoria ritornera' a galla come d'incanto.

Taviani

Il C.R.A.L. U.S.S.L. 33 intende organizzare un

## CORSO DI FOTOGRAFIA

con i seguenti argomenti:

**1) LA MACCHINA FOTOGRAFICA E GLI "OBIETTIVI"**

Presentazione delle macchine fotografiche attualmente in commercio e descrizione delle loro caratteristiche tecniche. Suggestimenti su quale macchina e ottiche scegliere in base alle esigenze di ripresa.

**2) LA LUCE E LE PELLICOLE**

Quale pellicola usare in funzione della luce ambientale o artificiale.

**3) IL PAESAGGIO E IL RITRATTO**

I segreti per fotografare al meglio i paesaggi e su come realizzare i migliori ritratti.

**4) LA FOTO SPORTIVA E I NOTTURNI**

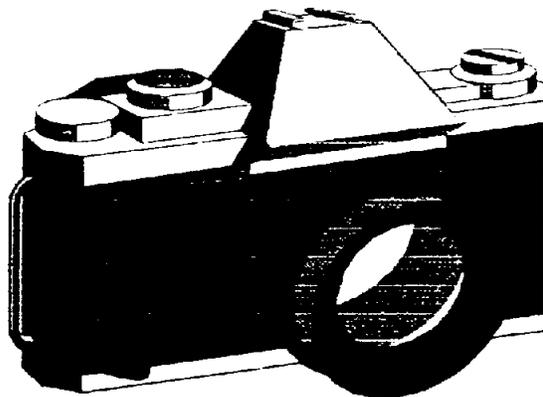
Come catturare le fotografie in movimento e cogliere la gestione delle luci notturne.

**5) GIOCHI IN CAMERA OSCURA**

Come sviluppare le pellicole e come stampare in proprio le fotografie.

Al termine del corso é prevista una "estemporanea fotografica" presso una località "amena" da definirsi.

dr. Giuseppe Cecchetti  
Anatomia Patologica



## L'ANGOLO DEGLI ARTISTI

La saggezza popolare ci ha tramandato due proverbi ancor validi al giorno d'oggi e recitano così:

"Chi ben inizia é già a metà dell'opera" e soprattutto.....

"Ogni (occasione) lasciata é persa".

Allora cosa aspettiamo ??????

Da poco rientrati dalle ferie, le feste natalizie sembrano così lontane nella nostra mente, ma perché aspettare passivamente la ciclica nevrosi del regalo che ci induce nella settimana di vigilia a perdere molto tempo in automobile e a spendere molti soldi in regali a volte non troppo soddisfacenti neanche ai nostri occhi e con cui non trasmettiamo la festosità che é in noi ????

Perché quindi non prepararsi in tempo e non confezionare, da noi stesse, qualcosa di veramente speciale, originale e frutto del nostro lavoro ????

Beh!! Per farla breve in questi giorni stanno per iniziare i corsi C.R.A.L. L'impegno é di 1 volta alla settimana, il numero di incontri (min.6 - max.10) é stato valutato per dare l'opportunità di approfondire le varie tecniche senza costituire un notevole impegno per chi lavora e per chi ha famiglia.

Non occorre possedere un particolare estro artistico. Anche se non siamo degli artisti nati, anche se pensiamo di non avere una grande manualità, con l'esercizio possiamo comunque arrivare a creare oggetti veramente particolari ed unici.

Alle volte basta così poco !!!!!

E allora forza diamoci da fare.

Vi elenco i corsi che proponiamo:

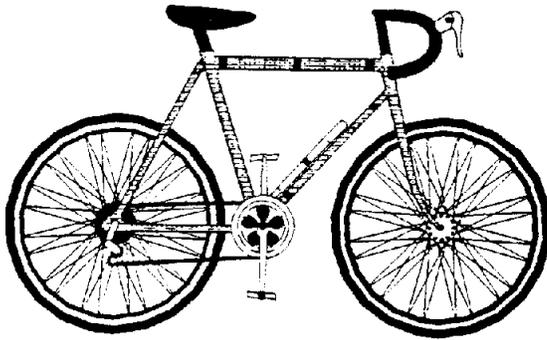
### SCULTURA IN PASTA DI SALE PITTURA SU STOFFA, SETA E A STENCIL CARTOTECNICA COMPOSIZIONE DI FIORI SECCHI

Per chi fosse interessato ad assumere ulteriori informazioni o a confermare l'iscrizione é pregato di contattare ANNALISA al 2325.

Annalisa Verna  
Emoteca



# GRUPPO CICLOTURISTI



Cari lettori, ormai come consuetudine ci ritroviamo nella nostra piccola rubrica dedicata ai ciclisti. In questo articolo, oltre al programma svolto e da svolgere, apriremo una finestra anche sulla TECNICA con suggerimenti che riguarderanno un po' tutto quello che comporta l'andare correttamente in bicicletta. Gite o ritrovi che dir si voglia sono stati svolti con discreta partecipazione e buona fatica di tutti i concorrenti. Gli itinerari ufficiali proposti valevoli come prova del campionato sociale, sono stati percorsi con buona andatura e senza nessun incidente (a parte qualche foratura), quindi la classifica del campionato, gita dopo gita, si delinea sempre di più: in questo periodo abbiamo

2 corridori appaiati, ROSSETTI - MASSERONI.

Il nome del campione sociale '95 uscirà dopo lo svolgimento delle ultime due prove. Il programma futuro prevede come V e VI prova del campionato una MEDIO-FONDO di circa 70 Km ed una FONDO di circa 125 Km con percorso impegnativo: arrivo al Colle del Ghisallo m 757.

Il nuovo gruppo comunque non si ferma a queste gite cosiddette ufficiali. Nello scorso mese di agosto abbiamo organizzato una gita molto impegnativa con partenza da Rho, passando per Como arrivando a Nesso (sponda interna del lago di Como), proseguiva quindi con l'ascesa al Pian del Tivano (che sgobbata!); quindi veloce e pericolosa discesa sino ad Erba. Sulla strada del ritorno, passando da Albese con Cassano abbiamo portato il nostro omaggio a FABIO CASARTELLI, il corridore vittima di una terribile caduta nella discesa del Portet d'Aspet nella 15° tappa del Tour de France. A questo punto del percorso, dopo infiniti e tortuosi saliscendi, siamo ritornati via Cantù - Saronno, nella nostra amata città (chilometri percorsi 127).

Sullo slancio di questa gita ci siamo accordati per la successiva, ed il giorno 18 agosto alle ore 8,30 sotto qualche goccia di pioggia, il gruppo si ritrova con l'obiettivo di partecipare come spettatore alla "3 Valli Varesine".

Partiti con molti dubbi riguardo al tempo e rimasti tali per tutta la giornata, ci siamo recati a Varese, sede di partenza della gara, ed in mezzo a centinaia di altri cicloturisti, abbiamo osservato tutte le operazioni che vengono svolte dai corridori professionisti, tecnici e ammiraglie prima di una gara internazionale. Dopo la partenza, aggirando il tracciato, ci siamo portati su un tratto di percorso che veniva affrontato nove volte dai corridori, inutile dire che ogni passaggio era un unico incitamento per i propri beniamini. Alla fine di questa memorabile giornata, dopo aver percorso circa 180 Km, non poteva mancare il solito acquazzone rinfrescante per animi e fisici.

## CONSIGLI TECNICI

Sei regole per poter scegliere i giusti rapporti

Scegliere una gamma di rapporti ben scaglionata senza grosse differenze di dentatura tra un pignone e l'altro.

Scegliere i rapporti in funzione della vostra forza e della vostra preparazione.

Favorite l'utilizzo di rapporti agili che permettano frequenze medio-alte.

Non utilizzare mai gli incroci massimi della catena sui pignoni e gli ingranaggi.

Non cambiare mai più di un pignone alla volta. Così riuscirete a conservare una buona frequenza di pedalata. In salita tenere sempre un ultimo pignone di riserva in caso di difficoltà.

## DIETA

allenamento mattutino

Gli alimenti da assumere prima di un allenamento mattutino devono essere sostanziosi e digeribili. Vanno bene quindi i carboidrati, si devono limitare le proteine ed escludere i grassi. Si consiglia di mangiare pane e fette biscottate con miele e marmellata ed un tè dolcificato con fruttosio, oppure per chi è abituato, latte bianco senza caffè per ovvi motivi di digestione.

IL GRUPPO

Per informazioni: tel. 2207 Rossetti p.o. Rho  
tel. 2421 Masseroni p.o. Passirana

**21/10/95**  
**GITA RIF. CITTA' DI BUSTO**  
**(Val Formazza)**

Partenza prevista ore 6.30 dall'ingresso dell'ospedale.

Ora di arrivo prevista: 8.30 - 9.00 a seconda dell'intensità del traffico.

Lasciate le autovetture presso la frazione di Riale si procede verso il lago di Morasco. In seguito si imbecca il sentiero per Zum-Stock che porta, dopo circa 1 ora, al rifugio Città di Busto.

Tempo previsto da Riale al rifugio Busto: 2 ore e 45 - 3 ore

dislivello: circa 700 metri

difficoltà: minima.

All'arrivo al rifugio città di Busto o nelle vicinanze, colazione al sacco (verosimilmente il rifugio sarà chiuso, telefoneremo per informarci).

Alle ore 15 - 15.30 partenza per il ritorno. Tempo previsto per raggiungere la frazione di Riale passando per l'Alpe di Bettelmatt: 2 ore circa. Alle ore 17.30 - 18.00 partenza prevista per il ritorno a Rho.

dr. Bortolini Med. 1°

ISCRIZIONI ENTRO IL 18/10/95

Per informazioni e iscrizioni: Angelo Pastori - emoteca tel. 2346

**IL CRAL USSL 33 DECLINA OGNI RESPONSABILITA' IN CASO DI INCIDENTE PRIMA,  
DURANTE E DOPO LA GITA.**



## TEMPI DURI PER I CALCI BUONI

Buon rientro a tutti!

Eccoci nuovamente con la nostra rubrica calcistica che affronterà un argomento di interesse nazionale: la squadra dell'Ospedale di Rho, anzi pardon (sono poliglotta), l'equipe CRAL AZIENDA 33 spyder (altrimenti ci tagliano i fondi).

Si è riunita per il primo allenamento stagionale allo splendido campo di sabbia e sassi "Olimpico Real Passirana". L'affluenza è stata notevole come l'entusiasmo: pacche sulle spalle e baci tra le facce vecchie e .... basta, di nuovi neanche l'ombra.

Eravamo ..... circa 14 compreso Paleari Carlos detto "el panza" nuovo trainer del palmeires che, se continua così, quest'anno dovrà anche giocare per far numero. Era presente anche un nuovo acquisto: Bescapè. Ha promesso di meravigliarci quest'anno rinunciando alle sue evoluzioni sessuali. Si avvicinano tempi di carestia per parecchie se non recede da questo fiero proposito.

Subito sono corse voci incontrollate di defezioni importanti (Pacilli detto Scarnecchia e Moioli la roccia) ma conto di parlare loro per convincerli a tornare con noi (con minacce di estrazioni multiple senza anestesia). Come vedete i problemi non mancano. Al prossimo numero vi relazionerò sugli sviluppi della squadra che difenderà il titolo guadagnato con innumerevoli sacrifici.

A risentirci e in bocca alla "Lupa" a tutti.

dr. Angelo Cetta

## GLI SPETTACOLI DEL C.R.A.L.

Finite le ferie, è il momento di programmare le iniziative culturali, le rappresentazioni teatrali e i concerti. Dopo due anni che il CRAL organizza spettacoli, dobbiamo riconoscere che era inizialmente impensabile il successo crescente delle nostre proposte. L'anno scorso, in particolare, la risposta degli ospedalieri è stata in alcuni casi generosissima. Ciò ha determinato un maggiore sforzo organizzativo, ma d'altra parte i vantaggi rappresentati dalla fruizione del teatro, come arricchimento culturale, come momento di socializzazione, obbligano a percorrere con ancora maggiore convinzione la stessa strada.

Ci hanno dato una mano, nella realizzazione del nostro programma, vari collaboratori che si sono resi disponibili in fatto di fotocopie, azione di segreteria, di prenotazione...: a tutti loro un grazie di cuore!

Pensiamo quindi che sia necessario programmare con un discreto anticipo, per evitare di rimanere "appiedati" e per tentare di strappare i contratti più convenienti.

Quest'anno le Stagioni dei vari Teatri nascono con caratteristiche di eccezionale produttività. Vengono proposti cartelloni invitanti e stimolanti, per tutti i gusti. Spettacoli impegnativi e leggeri, operette musicali e recital, commedie e tragedie: c'è davvero l'imbarazzo della scelta.

Il seguente programma nella sua varietà vuole evitare di privilegiare un genere rispetto a un altro, proponendo alcuni titoli che, a nostro parere, sembrano fra i più interessanti. Ciò non toglie che siamo disposti a organizzare altri spettacoli a fronte di richieste di nostri soci.

Nelle bacheche di Rho e di Passirana sono esposti i programmi completi dei principali Teatri milanesi.

Un discorso particolare merita la Scala, dove è estremamente difficile avere accesso, soprattutto per i concerti o le opere più importanti e significative. Le persone interessate sono pertanto invitate a lasciare alle due segreterie i recapiti telefonici: saranno immediatamente contattate appena ci verranno fatte delle proposte.

Arrivederci a presto

Rita Marino e la sua équipe

### Spettacoli Teatrali proposti per la stagione 95/96

- 8 settembre '95 - TEATRO ALLA SCALA: London Symphony Orchestra  
£.20.000
- 21 settembre - FORUM ASSAGO: Roberto Benigni - £.33/44.000
- 6 ottobre - TEATRO SMERALDO: "Quelli che il jazz" con R. Arbore,  
E. Jannacci, G. Proietti Prezzo da definire
- 20 ottobre - TEATRO NAZIONALE: "La vita è un tram" I LEGNANESI  
£.22.000/31.000
- 31 ottobre - TEATRO CIAK: Lella Costa £.22.000
- 9 novembre - TEATRO NAZIONALE: Alicia Alonso e il Balletto Nazio-  
nale di Cuba £.22.000/31.000
- 14 novembre - TEATRO CARCANO: "Diablo (Storia Flamenca)" con Sa-  
vignano-Beltrami Prezzo da definire
- 18 novembre - TEATRO NAZIONALE: Roberto Vecchioni £.22/31.000
- 15 dicembre - TEATRO SMERALDO: "Hair" musical in versione origi-  
nale Prezzo da definire

- 9 gennaio '96 - TEATRO SMERALDO: "Il paese dei campanelli"**  
Prezzo da definire
- 11 gennaio - TEATRO PORTA ROMANA: "L'asino d'oro" di Paolo Poli**  
Prezzo da definire
- 18 gennaio - TEATRO CARCANO: "La 12^ notte" di W. Shakespeare**  
£.18.000/20.000
- 30 gennaio - TEATRO NUOVO: "L'ultima luna" con M. Mastroianni**  
£.33.000
- 2 febbraio - TEATRO LIRICO: "Uomo e galantuomo" con De Filippo**  
Prezzo da definire
- 7 marzo - PICCOLO TEATRO: "Le smanie per la villeggiatura" di  
C. Goldoni** Prezzo da definire
- 29 marzo - PICCOLO TEATRO: "L'anima buona di Sezuan" di B. Brecht**  
Prezzo da definire

**Da definire "L'avarò" di Molière al Piccolo Teatro con P. Villaggio**



# C.R.A.L. 33

## AZIENDA USSL

### CAMPIONATO DI BOWLING

Giovedì 9.11.1995 alle ore 21.00 si svolgerà l'ultima gara di bowling valevole per il campionato sociale del Cral dell'Azienda Ussl n. 33.

Il costo sarà:

- \* £.=10.000= soci cral
- \* £.=15.000= non soci

Per iscrizioni:

- |             |                    |              |           |
|-------------|--------------------|--------------|-----------|
| * Rho       | Paleari            | archivio     | int. 2315 |
|             | Pirola             | accettazione | int. 2296 |
| * Passirana | Andreola - Michele | protocollo   | int. 2549 |

NB: Tutti i concorrenti faranno tre partite.

IL RESPONSABILE DEL SETTORE  
SPORTIVO  
(Paleari Carlo)





**SPORT**

**BOWLING**

# C.R.A.L. 33

**AZIENDA USSL**

## **CLASSIFICA DOPO LA TERZA GARA**

### SEZIONE MASCHILE

1	-	PALERMO	260	PUNTI
2	-	RADRIZZANI	240	PUNTI
3	-	TOFFANO	190	PUNTI
4	-	SALVAGNIN	180	PUNTI
5	-	PALADINI	140	PUNTI
5	-	ROBSONI	140	PUNTI
7	-	MONTORFANO	90	PUNTI
8	-	PALEARI GL.	70	PUNTI
8	-	CASTRONUOVO	70	PUNTI
10	-	RINGOLI	60	PUNTI
11	-	DEMAIO	50	PUNTI
12	-	BORALI	40	PUNTI
12	-	PALEARI L.	40	PUNTI
12	-	DIAZZI	40	PUNTI
15	-	OLEARI A.	40	PUNTI
15	-	RISCHIO	30	PUNTI
15	-	BARINDELLI	30	PUNTI
15	-	PONZIANELLI	30	PUNTI
19	-	COTOGNO	20	PUNTI
19	-	RUBBO	20	PUNTI
19	-	BALLACCHINO	20	PUNTI
19	-	CARANNANTE	20	PUNTI
19	-	OLEARI M.	20	PUNTI
19	-	PEROTTA	20	PUNTI
19	-	FERRARIO	20	PUNTI
26	-	GULLO	10	PUNTI
26	-	LAROCCA	10	PUNTI
26	-	MASCIA	10	PUNTI
26	-	ZARA	10	PUNTI
26	-	MARTINI	10	PUNTI
26	-	POTENZA	10	PUNTI
26	-	ARGIA	10	PUNTI
26	-	BROCCATO	10	PUNTI
26	-	GARAFFO	10	PUNTI
26	-	MORGANA	10	PUNTI
26	-	ZUCCA	10	PUNTI
26	-	MONTENEGRO	10	PUNTI

### SEZIONE FEMMINILE

1	-	GARBE'	200	PUNTI
2	-	POTENZA S.	180	PUNTI
2	-	BIFFI	180	PUNTI
2	-	MAINARDI	180	PUNTI
5	-	BORGHETTI	180	PUNTI
6	-	FAVA	130	PUNTI
7	-	GERA	110	PUNTI
8	-	REPOSSINI	80	PUNTI
8	-	COZZI	80	PUNTI
10	-	PICCININI	60	PUNTI
10	-	BERGANTIN	50	PUNTI
10	-	DONDONI	50	PUNTI
10	-	BIOLCATI	50	PUNTI
14	-	ADAMI	50	PUNTI
14	-	VOLPI	40	PUNTI
16	-	STORTI	40	PUNTI
16	-	CARRINO	10	PUNTI
			10	PUNTI

# CLASSIFICA PROVVISORIA DOPO LA TERZA GARA

il punteggio viene effettuato basandosi sulle due gare su tre in cui i partecipanti si sono classificati meglio.

1	AMATO	
2	RAMBALDI	74.660
3	BOSONI G.	72.760
4	BAGGI	71.310
5	NASUELLI	67.260
6	DELFI	67.150
7	BODINA S.	61.690
8	AGRINI	60.130
9	LAINO	58.840
10	BODINA A.	58.690
11	GUARALDO	56.130
12	ZUCCA	54.380
13	ARRIGO L.	53.560
14	MERLONI	53.060
15	CAMPAGNA	50.320
16	TREVAINI	50.270
17	ARRIGO M.	49.150
18	BORRONI	47.300
19	BOSONI A.	47.090
20	MARTINI A.	44.490
21	COMITO	41.440
		11.300

Il 23/9/95 si è tenuta la quarta ed ultima gara di pesca alla trota valevole per il campionato sociale di pesca G.P.S. 1995.

**N.B.** Entra in classifica finale chi ha partecipato ad almeno tre gare come da regolamento.

**P.S.**

L'11/11 1995 si terrà il 2° **TROFEO DI PESCA "CLAUDIO PESSINA"**.

La gara è aperta a tutti. Le modalità e la quota di partecipazione verranno comunicate in seguito.

## ATTENZIONE

Il G.P.S. organizza una gara di pesca alla trota con i bambini di età inferiore ai 13 anni, sabato 28/10/95 alle ore 15.00 presso il laghetto LA VALLATA di Cuggiono.

Verranno premiati tutti i partecipanti.

QUOTA DI ISCRIZIONE:

£ 10.000 per i figli dei dipendenti iscritti al CRAL

£ 15.000 per amici o conoscenti

ISCRIZIONI ENTRO IL 22/10.

Zucca T. - Nasuelli W. - P.S.

## LA CANTINA IDEALE

Incominciamo ad occuparci di argomento di basilare importanza: quello della scelta dei vini.

Prima, però, occorrerà fare due importanti premesse: innanzi tutto tener presente quanto, in questo genere di consumo, giochi il gusto personale, oltre, naturalmente, alle abitudini alimentari, che spesso a loro volta sono legate all'ambiente.

Chi voglia costituire una propria cantina, o migliorare quella già esistente, dovrà tener conto anche delle preferenze dei familiari e per un dovere di cortesia e di buona ospitalità anche del gusto degli amici. Nella scelta vanno pure valutati altri elementi, quali l'età dei consumatori e l'ambiente regionale, soprattutto in relazione alle condizioni climatiche.

Ed eccoci ora al punto cruciale: meglio il vino in bottiglia o quello sfuso. Personalmente preferisco acquistare il vino in bottiglia che pur costando di più mi offre maggiori garanzie di qualità e indica chiaramente il produttore, l'annata, la zona di provenienza.

Propongo qui di seguito un'ipotesi di cantina da 120 bottiglie che potrebbe essere il punto di partenza per una più importante grande riserva da effettuarsi gradatamente nel tempo.

30 bottiglie di bianco pari al 25% della cantina così suddivisi

6 SOAVE  
6 PINOT BIANCO TRENTO  
6 SAUVIGNON COLLIO  
6 GEWURZTRAMINER ALTOATESINO  
6 VERDICCHIO

12 bottiglie di rosati pari al 10% della cantina così suddivisi

6 CHIARETTO DEL GARDA  
6 PINOT ROSATO

60 bottiglie di rosso pari al 50% della cantina così ripartiti

6 BARBERA MONFERRATO  
6 NEBBIOLO D'ALBA  
3 BARBARESCO  
3 BAROLO  
6 SASSELLA  
6 MARZEMINO DI ISERA  
6 MERLOT GRAVE  
6 CABERNET COLLI IBERICI  
6 CHIANTI CLASSICO  
6 AGLIANICO DEL VULTURE  
6 PINOT NERO ALTO ADIGE

18 bottiglie di spumanti pari al 15% della cantina così ripartiti

6 SPUMANTE CHAMPENOIS BRUT

6 ASTI SPUMANTE

3 MOSCATO PASSITO

3 MARSALA VERGINE

Infine due parole sull'importantissimo problema dell'avvicendamento delle riserve. Da tenere ben presente che i vini bianchi e rosati, salvo rare eccezioni, devono essere sempre giovani e che quindi è necessario rinnovarli costantemente poco per volta. Per le riserve, compatibilmente con le opportunità e le possibilità d'esito, il rinnovo dovrebbe essere completato nel giro di tre anni circa, preferibilmente in concomitanza di annate buone ed eccezionali, anche per evidenti ragioni economiche, dato che i prezzi tenderanno inevitabilmente a lievitare per quelle annate.

Ultima, ma non superflua raccomandazione: servirsi sempre da fornitori di fiducia.

Ricordo anche che la proposta fatta da VINITALIA questa estate ( vedi numero precedente del Giornalino ) è tutt'ora valida anche per l'acquisto di confezioni da 6 bottiglie e che questo fornitore è in grado di praticare particolari sconti ai soci del Cral su un'avasta gamma di vini italiani. Se intendete iniziare a costruire una vostra cantina tenendo presente la possibilità dell'accostamento vino cibo sono a vostra disposizione.

M. Bassi



### 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 Benai 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 Anzola 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. **MINTVOGUE** 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

**ARESEVIVAI APICOLTURAZANI** 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 pubblicitario sig. Ferrario Adelio

**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.

Sono 10%.

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

Muniti di "FIDELITY CARD" sconto del 10%.

#### **CAMPER**

**OTTORENTOLEGGIO 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 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. Bicilettenuove M.T.B. sconto del 15%. Bicyclette nuove sportive e viaggio sconto del 15%. Bicyclette nuove e da corsa modelli Bianchi, Muser, Viner, De Rosa sconto del 10%. Accessori per bicyclette 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 Biringhelli 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

**SELEFIN** 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'ORAFI** 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.a.s.** 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 Energi

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 Malleotti, 93 Rho. Sconto 30%  
su prezzi di vendita

### PALESTRE

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

Ginastica 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. Oltre:

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.

Alsupermercato e' possibile accedere solone muniti di tessera.

### RISTORANTI

**HOSTARIA ROMANA** Via Pace 51 Rho Tel.02/9309522

Ristorante pizzeria. Sconto del 20%.

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

**L'ACQUARIO** Via XXIV Maggio 2 Cinisago (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.

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

CIRCOLO RICREATIVO AZIENDALE  
20017 - Passirana di Rho - Via Settembrini, 1  
Codice Fiscale - Partita I.V.A. 11498300158

Soddisfatti del risultato della 1<sup>a</sup> Edizione  
siamo pronti ad organizzare un nuovo

## **Torneo di Biliardo** **(Italiana - 5 birilli)**

**23 - 24 - 26 ottobre 1995**

Per l'adesione rivolgersi a : C.Paleari - Rho  
F.Fidone (Pronto Soccorso) - Rho  
R.Andreola (uff.Protocollo) - Passirana

Si accettano 32 partecipanti suddivisi in 4 batterie ( solo Soci C.R.A.L.)  
Vige Regolamento Interno

Quota d'iscrizione : £. 10.000

# CRAL

## Azienda U.S.S.I.

### 33



ATTENZIONE!!!! INFORMIAMO TUTTI I DIPENDENTI APPASSIONATI  
DI SCI E DI MONTAGNA CHE ALCUNI AMANTI DI SPORT  
INVERNALI VORREBBERO CREARE UN GRUPPO SPORTIVO SCIISTICO ALLO  
SCOPPO DI ORGANIZZARE PIACIevoli E DIVERTENTI RITE E CORSI DI  
SCI CON ISTRUTTORI QUALIFICATI.

CHI FOSSE INTERESSATO SI PUO' RIVOLGERE A:

DOTT. STEFANO BRICCHI TEL. 2248 (PS)

ZUCCA TORQUATO TEL. 2291 (PS)



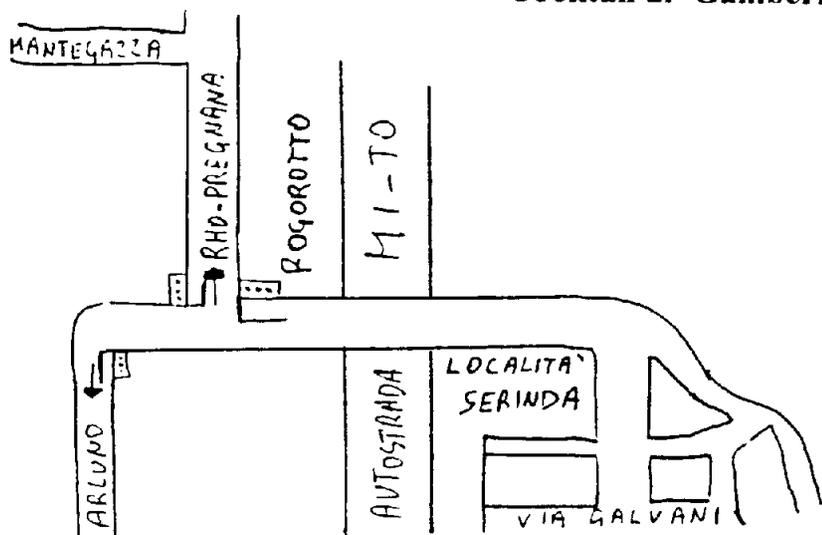
# Adua

Pasticceria

Gastronomia

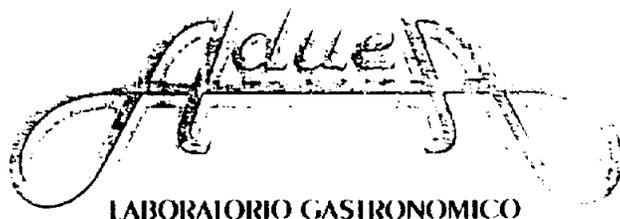
## IDEE DOLCI... e SALATE MA CONVENIENTI

Torte da Forno alla Panna e da Cerimonia  
Pasticcini e Paste da The  
Tramezzini  
Panini al Latte  
Panettoni Gastronomici  
Pizzette e Salatini  
Voul au Vent  
Cocktail di Gamberi



**SCONTO 20 % CRAL U.S.S.L. 33**  
PREVIO TESSERA E DOCUMENTO DI IDENTITA'  
SI PREGA DI COMUNICARE AL NUMERO 02/90111360  
LE ORDINAZIONI CON 48 ORE DI ANTICIPO

LAB. GASTRONOMICO DUE A.A. SNC  
di CATERINA AZZOLINI & c.  
VIA GALVANI LOC. SERINDA  
20018 SEDRIANO (MI)  
TEL. 02/90111360 FAX 02/90111294  
P.IVA 08048070158



## LISTINO PREZZI

Prezzi già scontati del 20%

### PASTICCERIA

#### TORTE DA FORNO:

Mela, Mandorle, Rustica, Ananas, Pere, Olandesina, Limone  
Pane & Latte, Crema Cotta, Crostate: Mirtilli, Fragole,

Albicocca, Gianduia ..... £ 13.000 al Kg.

#### TORTE FANTASIA:

Delizia, Ricotta, Millefoglie, Diplomatica, Milano, Nonna,  
Strudel, Bavarese Bianca & Nera, St. Honorè, Profiterol  
Bianco & Nero, Zuppa Inglese, Veronica .....

£ 15.000 al Kg.

#### TORTE SPECIALI:

Viennese(Saker), Frutta Fresca, Misto Bosco.....

£ 16.400 al Kg.

Cerimonia: St. Honorè, Chantilly, Panna e Frutta, Dama .....

£ 22.000 al Kg.

Cerimonia Speciale: Con Forme a vostro piacere .....

£ 28.000 al Kg.

#### PASTICCERIA MIGNON:

Pasticceria Mignon assortita e Pasticceria da The .....

£ 22.000 al Kg.

Panettoni dolci con e senza Uvetta e Canditi .....

£ 12.000 al Kg.

Veneziane con e senza Canditi .....

£ 14.000 al Kg.

### GASTRONOMIA

Tartine Ovali per 20 pezzi ..... £ 25.000 conf.

Tartine Rotonde per 30 pezzi ..... £ 32.000 conf.

Tramezzini Party per 24 pezzi ..... £ 22.000 conf.

Tramezzini Interi per 12 pezzi ..... £ 18.000 conf.

Tartine al Latte per 24 pezzi ..... £ 25.000 conf.

Cocktail di Gamberi per 6 pezzi ..... £ 37.000 conf.

Salatini e Pizzette ..... £ 23.000 al Kg.

Panettone Gastronomico ( Salmone, Gamberetti, Uova di Lompo)..

£ 60.000 Cad.

Panettone Fantasia (Insalata capricciosa, tonno, uova sode) .....

£ 48.500 Cad.

Panettone 4 Stagioni (Cotto, fontina, frittata, misto toast).....

£ 48.500 Cad.

Torta Pasqualina ..... £ 15.500 al Kg.