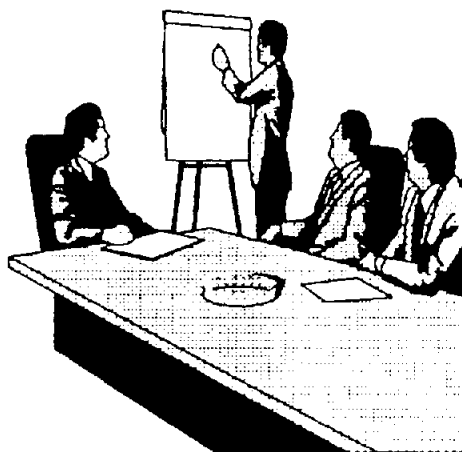


Il Giornalino

**numero 8 - Gennaio 1996 - trimestrale
periodico di informazione CRAL
azienda - u.s.s.l. ambito territoriale 33**

Sommario di questo numero:

La voce delle stelle - Patty e Jò.....pag.	1 - 4
Un amico lontano - adozione a distanza..... pag.	5
Nucleare - Barindelli Dario.....pag.	6 - 7
Pescando da bambino - Zucca Delia.....pag.	8
Windows 95 - Broccato Carlo.....pag.	9 - 10
Internet - Dott. Amboldi.....pag.	11 - 12
Compagni di viaggio - Dott. Pistone.....pag.	13
Note di musica - Dott. Tavani.....pag.	14 - 15
Bonsai - Dott. Pistone.....pag.	16 - 17
Non solo TV - Marino Rita.....pag.	18
Bowling L'arte di tirare le b...occie - Castronuovo Giacomo...pag.	19
Gita in val Formazza - Meidy.....pag.	20 - 21
Pedagate dell'anno - Il gruppo.....pag.	22
Birilli e palle - Fidone Franco.....pag.	23
Calci buoni - Dott. Cetta.....pag.	24
Natale in montagna: Cavalese - Dott. Villa.....pag.	25
Natale al mare: Sicilia - Dott. Ferrantello.....pag.	26 - 28
Buon Natale. Ricette facili o quasi - Dott. Bassi.....pag.	29
Convenzioni.	



La redazione:

Direttore: Angelo Pastori

Composizione e stampa:

Marco Bassi - Carlo Broccato

Nunzia Catania - Anselmo Martini

Adriano Bertola - Marinella Scarazzini

Fabrizio Arrigo - Edil Rhodense

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

La voce delle stelle

ARIETE dal 21/3 al 20/4

AMORE E AMICIZIE

Il 1996 per i nati sotto il segno dell'ARIETE, si apre con incontri favolosi; non lasciate però il vostro partner in secondo piano. Incontri super in ambienti ospedalieri.

SALUTE

Attenzione ai dolori reumatici. Non fate i sepolti vivi, l'aria è salute, camminate. Un consiglio: bevete molte tisane di biancospino.

LAVORO E SOLDI

E' in arrivo una grossa novità sia in campo lavorativo che economico. Cercate di valutarla il più a lungo possibile, le scelte affrettate sono le meno riuscite. Avete doti ancora da scoprire.

PORTAFORTUNA: una conchiglia.

TORO dal 21/4 al 20/5

AMORE E AMICIZIE

Per voi del TORO, il 1996 sarà un anno abbastanza positivo. Riemergono amori lasciati in sospenso. Frequenterete amici e gruppi sessualmente interessanti e dotati di personalità.

SALUTE

Non abusate delle vostre energie fisiche e mentali, specialmente nella prima metà del 1996. Fate del nuoto verso fine anno: vi rilasserà. Un consiglio: la salvia è salutare.

LAVORO E SOLDI

Non sarà facile per voi andare d'accordo con i vostri capi o meglio, con un vostro capo. Vi sentite molto forti, ma è solo una maschera. Perdite di denaro; avete le mani troppo bucate.

PORTAFORTUNA: un laccio di scarpe.

GEMELLI dal 21/5 al 21/6

AMORE E AMICIZIE

Vi divertirte a frequentare gente e ambienti nuovi, farete incontri con persone affascinanti e avrete grandi attrazioni sessuali. A voi vivere nel "proibito" piace tanto.

SALUTE

Nella seconda metà dell'anno, potreste avvertire un calo di vitalità. Avrete piccoli ma fastidiosi disturbi agli arti e ai denti. Fate attenzione.

LAVORO E SOLDI

Nel 1996 sono favoriti i lavori non dipendenti, cioè le attività professionali, commerciali ed artistiche. Sarete pieni di idee brillanti. Un consiglio: evitate discussioni e cause legali.

PORTAFORTUNA: un cometto rosso.

CANCRO dal 22/6 al 22/7

AMORE E AMICIZIE

I rapporti con il vostro partner si faranno molto intensi poichè, per superare le insicurezze di entrambi, vi aggrapperete l'un l'altro. Per chi non è sposato, ci sarà un'ottima occasione: non lasciatevela sfuggire.

SALUTE

Attenzione agli incidenti! L'influenza negativa di Saturno nel vostro segno rimarrà, purtroppo, per tutto il 1996.

LAVORO E SOLDI

Rivedete un po' i vostri atteggiamenti nei confronti dei colleghi di lavoro. Non vi sembra di esagerare con le vostre arie da super-eroi? Soldi in abbondanza, comprate BOT e CCT. Realizzerete un sogno a cui tenete tanto.

PORTAFORTUNA: una spilla a forma di gallo cedrone.

LEONE dal 23/7 al 23/8

AMORE E AMICIZIE

Prima di tutto va segnalato il transito di Urano, che resterà nel vostro segno a farvi compagnia per tutto il 1996. Vi porta a seri cambiamenti: rotture di coppie, divorzi, separazioni, ma anche qualche spiraglio di ripresa (dipenderà tutto da voi).

SALUTE

Stress... stress... stress... Questa è la vostra salute, cari leoncini! Vi consigliamo flebo di tisane e camomille. Il tutto si calmerà per la fine dell'anno.

LAVORO E SOLDI

Non cercate provocazioni con colleghi di lavoro. Cercatevi solo uno spazio protetto e ben coperto; in compenso avrete vincite sostanziose.

PORTAFORTUNA: una mattonella di metallo intorno al collo.

VERGINE dal 24/8 al 22/9

AMORE E AMICIZIE

Il segno della Vergine è molto legato alla famiglia, ma soprattutto ai figli. Potranno però sopraggiungere degli imprevisti che vi costringeranno a trascurare il tutto. Gli astri favoriscono relazioni amorose intense, fuori dall'ambito familiare.

SALUTE

Infezioni, flebiti, stati febbrili per i nati nel segno della Vergine con ascendenti di fuoco (Leone, Sagittario, Ariete). Evitate cure farmacologiche, potrebbero peggiorare la situazione. Consiglio: timo e rosmarino sono dei toccasana.

LAVORO E SOLDI

Se siete dei dipendenti sorgeranno problemi causati dalle vostre insicurezze con colleghi e superiori. Insomma, non riuscite a farvi capire. Denaro e successo porteranno però il tutto ad una svolta decisiva.

PORTAFORTUNA: portate sempre con voi un quadrifoglio.

BILANCIA dal 23/9 al 22/10

AMORE E AMICIZIE

Per voi il 1996 scorrerà liscio però avete bisogno di stabilità e sicurezza. Allontanate dalla vostra mente i colpi di testa. Per voi, quest'anno, sono proprio impossibili. Se ne riparlerà più in là. Amicizie sincere.

SALUTE

Siete euforici. Prudenza e cautela anche nella salute. Consiglio: infuso di aglio e cipolla in mezzo bicchiere di acqua tiepida, al mattino a digiuno.

LAVORO E SOLDI

Presto cambierete lavoro: salirete un gradino della scala sociale. Fate attenzione ai debitori.

PORTAFORTUNA: un volpino rosso.

SCORPIONE dal 23/10 al 22/11

AMORE E AMICIZIE

Capricciosi, prepotenti, esuberanti, così saranno gli Scorpioni nel 1996. Potrebbero nascere conflitti piuttosto seri con gli amici, però, col benessere di Giove, sarete degli amanti stupendi.

SALUTE

Alti e bassi nella vitalità e nell'umore, causati da una scorretta alimentazione, carente soprattutto di sali minerali e proteine. Consiglio: dieta equilibrata e fate attenzione agli arti.

LAVORO E SOLDI

Qualcuno tenterà di mettervi i bastoni tra le ruote. Economicamente, tutto normale: più uscite che entrate.

PORTAFORTUNA: tre granelli di sabbia.

SAGITTARIO dal 23/11 al 21/12

AMORE E AMICIZIE

Sarete facilitati nei rapporti con nuove amicizie. In famiglia, a parte qualche lacuna, tutto bene. Darete il massimo nell'erotismo. Attenzione alle amicizie fasulle e alla superficialità dei loro commenti.

SALUTE

Disturbi all'apparato gastrointestinale: dipende tutto dal nervosismo. Attenzione a non prendere freddo alle orecchie.

LAVORO E SOLDI

Tenderete ad assumere atteggiamenti di sfida coi vostri colleghi e vi farete criticare. Eredità in arrivo dopo il 1996.

PORTAFORTUNA: un arco di Cupido.

CAPRICORNO dal 22/12 al 20/1

AMORI E AMICIZIE

Con Giove, che nel 1996 entrerà nel vostro segno, vi sentirete attratti dal vostro fascino.

Cercate di essere più affettuosi con gli amici.

SALUTE

Vi consigliamo di seguire una dieta disintossicante durante i primi mesi del 1996. State sotto controllo medico.

LAVORO E SOLDI

Attenzione a non essere troppo presuntuosi sul posto di lavoro. Siete tipi molto aggressivi. Dal punto di vista economico non riuscite a tenere una giusta misura (dalle stelle alle stalle).

PORTAFORTUNA: ferro a forma di chiodo.

ACQUARIO dal 21/1 al 19/2

AMORE E AMICIZIE

E' uno dei periodi più rivoluzionari della vostra vita. Ci saranno avvenimenti imprevedibili. Sarete ribelli ed egoisti nell'amore e nelle amicizie. Subirete violenze dal partner.

SALUTE

Occhio alla circolazione e allo stress. Disturbi all'apparato digerente e respiratorio. Consiglio: fate uso di pappa reale.

LAVORO E SOLDI

Avete poca pazienza nei confronti di chi non riesce a stare al vostro passo. Entrerete in conflitto con superiori e colleghi, ma tutto questo non vi turberà più di tanto: andrete diritti per la vostra strada. Ottime occasioni finanziarie.

PORTAFORTUNA: un piccolo tatuaggio.

PESCI dal 20/2 al 20/3

AMORE E AMICIZIE

I nati sotto il segno dei Pesci sono testardi, egoisti e poco socievoli. Da adesso al 2002 Urano farà sentire la sua influenza scatenandovi contro "nemici occulti" e problemi.

SALUTE

Attenzione ai dolori alla schiena e ai piedi. Non assumete posizioni sbagliate e attenzione ai pesi e ai movimenti bruschi.

LAVORO E SOLDI

I riconoscimenti nel campo lavorativo saranno buoni e gratificanti. Siate più parsimoniosi.

PORTAFORTUNA: tre palline d'oro.

Patty e Jò

In questa pagina è riportata la lettera che il bambino brasiliano, adottato a distanza dal nostro Cral, ci ha inviato di recente.

Mio amico (a), mi chiamo Adenim Pereira Ramos.
Sono bruno, con i capelli e gli occhi neri.
Amo il mio Brasile ma ho intenzione di visitare molti luoghi.
Ora sto studiando e mi piace molto.
Da grande mi piacerebbe fare il poliziotto.
Non mi piace vedere ingiustizie e so che da solo non posso fare niente.
Mi piacerebbe molto se mi risponderete.

Un abbraccio
Adenim

Agli Amici con affetto
Mitt. Adenim Pereira Ramos

Escrito por

18.08.95

Meu amigo (a)

Meu amigo, eu me chamo
Adenim Pereira Ramos. Sou ruano
de cabelos pretos e olhos pretos.

Sou o meu Brasil. Me tenho
gostade de conhecer outros lugares
e pessoas.

agora eu estou estudando e
gosto muito de estudar.

Quando eu crescer quero ser
policial.

meu gosto de ver injustiça, sou
muito este acordo de as coisas
mas. Sei que muitos não
são para nada, mas sou
contribuir muito e acabar as
coisas erradas existentes.

Adenim se você responder
a minha carta.

Digo o meu chamo

5

Adenim

Un amico lontano

NUCLEARE

Anche se ne avremmo fatto volentieri a meno, è tornato d'attualità, in questi ultimi tempi, il problema del "nucleare" a fini bellici.

Forse è un bene che, ogni tanto, si torni sull'argomento; per non dimenticare che la caduta del Muro di Berlino e la fine della guerra fredda hanno, di fatto, liberato, da quello che era un rigido controllo politico e militare, decine di migliaia di testate nucleari, possibile preda di gruppi terroristici o di governi senza scrupoli. Tanto per dare una dimensione al problema, secondo alcuni esperti, bastano duecento bombe per cancellare la nostra civiltà e seicento bombe per azzerare ogni forma di vita sulla Terra.

In questo scenario la Francia, per motivi forse più politici che scientifici, ha deciso di porre fine ad un periodo di moratoria, e dare il via ad alcuni esperimenti nucleari nel suo 'poligono' nella Polinesia Francese.

Tralasciamo giudizi e commenti e vediamo di dare qualche informazione generale sulla natura degli ordigni atomici e nucleari.

Innanzitutto bisogna chiarire la differenza fra "atomico" e "nucleare".

Nel primo caso si sfrutta il principio della "FISSIONE NUCLEARE", cioè la proprietà di alcuni elementi (principalmente Uranio [235] e Plutonio [239]) che, in determinate condizioni, tendono a rompere (da cui fissione) i loro atomi in più frammenti, liberando una grande quantità di energia (meccanica, calorica, luminosa e sotto forma di radiazioni ionizzanti) più alcuni neutroni che fungono da proiettili e, colpendo altri atomi, provocano la fissione di questi (reazione a catena).

Questo processo è utilizzato anche nelle Centrali Nucleari dove, controllando la reazione a catena, si produce calore che verrà poi trasformato in energia elettrica, analogamente a quanto avviene nelle centrali elettriche a combustibile.

Lo stesso processo, incontrollato, dà origine alla cosiddetta 'bomba atomica', in cui, in una frazione di secondo, si sviluppa un'energia inimmaginabile in un'ottica convenzionale. Energia che viene espressa in **Kiloton** o **Megaton** cioè in equivalenti di, rispettivamente, migliaia o milioni di tonnellate di tritolo.

L'esplosione di una bomba atomica provoca inoltre la formazione di innumerevoli elementi radioattivi che possono ricadere sulla Terra anche a distanza di tempo e molto lontano dal luogo dell'esplosione (fall out) e mantenere la loro tossicità e pericolosità per migliaia di anni.

Questo è uno dei motivi per cui si privilegiano gli esperimenti sotterranei.

Altro modo di produrre così elevati quantitativi di energia è di sfruttare il processo della **FUSIONE NUCLEARE**.

Questo, al contrario della fissione, consiste nel fondere insieme nuclei di elementi molto leggeri come idrogeno, deuterio, elio.

E' la stessa reazione che avviene nel Sole.

Questa reazione, di per sé pulita (produce pochissime scorie radioattive e pochissime radiazioni ionizzanti), ha il difetto di avvenire solo in condizioni estreme di


temperatura e di pressione (milioni di gradi e milioni di atmosfere). Per ottenere queste condizioni proibitive si utilizza ... una bomba atomica.

Per cui, quella che potrebbe essere una esplosione potentissima (ma pulita), provoca tutti gli effetti secondari che abbiamo visto prima.

Al contrario di quanto avviene per la fissione, non si è ancora riusciti a produrre e controllare la fusione nucleare per scopi civili, anche se la ricerca è molto avanzata.

La produzione di energia, a scopi civili, attraverso la fusione nucleare, potrà risolvere i problemi energetici del mondo intero per infiniti anni.

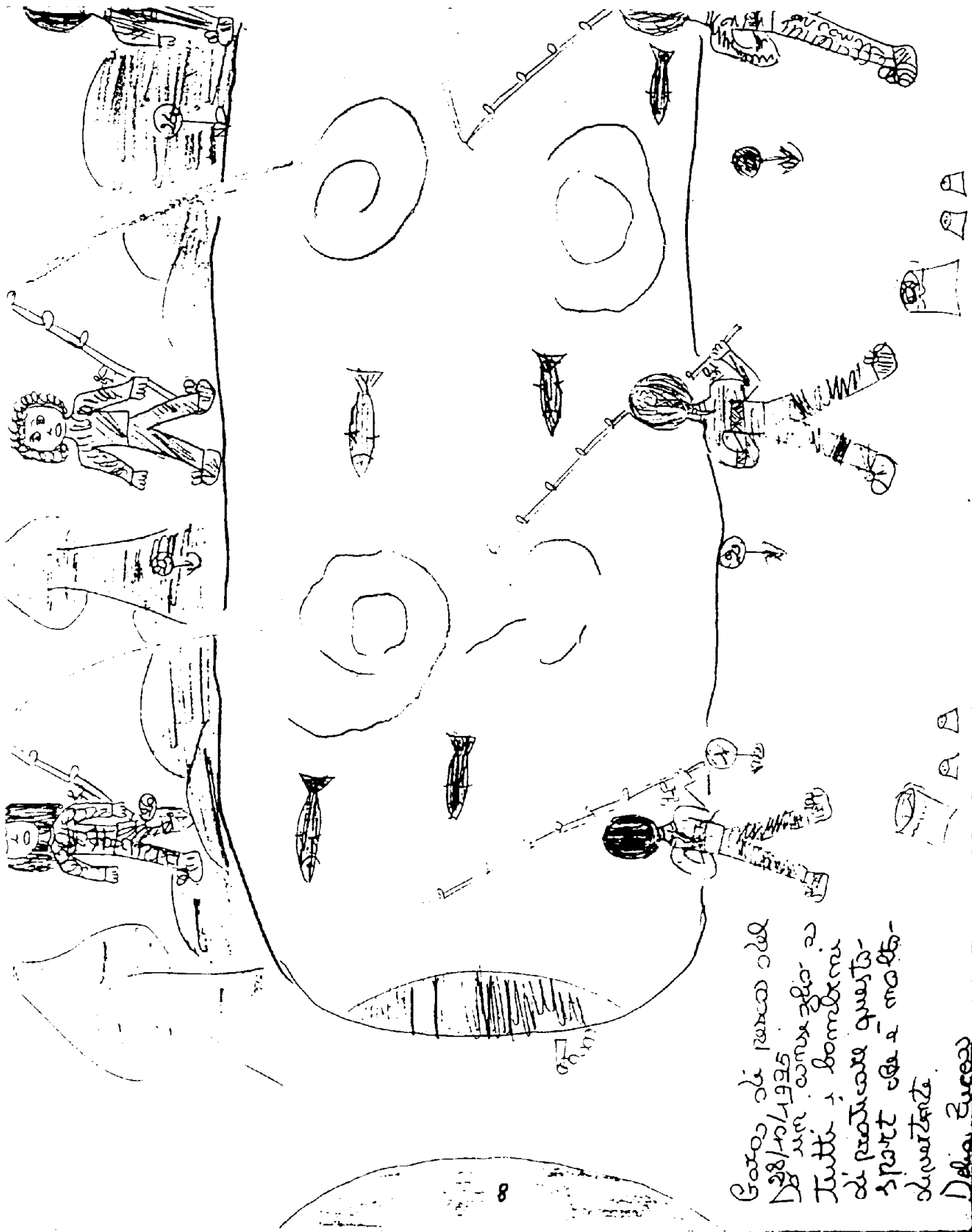
DARIO BARINDELLI



Pasta di sale - Cartonaggio
Pittura su stoffa ,seta e stencil
Composizione fiori secchi
Fotografia

*Tutti gli interessati a questi corsi,
e ad altri da proporre, possono
chiedere informazione a:*

Annalisa Verna - Emoteca - 2325



Corso di ricerca del
 28/10/1925
 Da un corso gli
 Tutti i bambini
 di praticare questo
 sport che è molto
 divertente.

Della Scuola

WINDOWS 95

Nel momento in cui leggerete quest'articolo sicuramente buona parte di voi avranno già provato il nuovo sistema operativo chiamato WINDOWS 95.

Spero con quest'articolo di colmare alcune lacune o dubbi a chi non avesse ancora provato il nuovo sistema.

L'INSTALLAZIONE

In molti casi il processo d'installazione è la fase più critica e che richiede le maggiori attenzioni da parte degli utenti.

Le cose in questo caso potrebbero complicarsi, trattandosi di un sistema operativo, dato che un'installazione inadeguata potrebbe causare il mancato funzionamento del PC.

La realtà è comunque molto più rosea di quanto si possa immaginare, infatti l'installazione di WINDOWS 95 è estremamente semplice e non richiede particolari conoscenze tecniche.

E' possibile installare WINDOWS 95 partendo dal DOS, da WINDOWS e da una versione precedente di WINDOWS 95.

In tutti i casi il setup si sviluppa attraverso una serie di schermate grafiche, seguendo la filosofia dei Wizard.

Il programma d'installazione è in grado di riconoscere automaticamente l'hardware presente sul PC, anche se sul computer vi sono schede o dispositivi particolari.

Vi sono quattro possibili modalità d'installazione, da quella completamente automatica, adatta a chi è assolutamente a digiuno di informatica, a quella completamente personalizzabile, consigliabile invece a chi non possiede conoscenze superiori.

Un unico consiglio: se avete fretta, non iniziate nemmeno l'installazione di WINDOWS 95, dato che l'intero processo di setup richiede almeno un'ora di tempo, inoltre, se avete la possibilità, utilizzate la versione di WINDOWS 95 su

CD-ROM, così almeno eviterete di dover inserire, uno dopo l'altro, i nove floppy che costituiscono il pacchetto.

PRONTI, VIA

Il primo impatto con WINDOWS 95 è piuttosto sconcertante, soprattutto per chi è abituato a lavorare con WINDOWS 3.1.

Al posto della finestra del Program Manager, normalmente piena di finestre e icone, WINDOWS 95 propone uno schermo praticamente vuoto se si escludono alcune icone sulla sinistra dello schermo e una barra che corre lungo il lato inferiore dello sfondo.

Proprio questa barra costituisce il vero nucleo dell'interfaccia di WINDOWS 95.

Tramite il tasto Avvio si attiva una serie di menu a cascata dai quali è possibile accedere nella maniera più immediata a tutte le applicazioni presenti sul sistema.

La struttura dei menu è completamente personalizzabile con pochi clic di mouse, quindi ognuno può in poco tempo costruirsi la propria configurazione ideale.

E' bene sottolineare il concetto "ognuno": in WINDOWS 95, infatti, contrariamente a WINDOWS 3.1, è possibile personalizzare l'ambiente a piacimento, non solo posizionando le icone in un certo modo o scegliendo una certa serie di colori, ma anche creandosi il proprio albero di menu o scegliendo la risoluzione video più adeguata.

CARATTERISTICHE PRINCIPALI

Parlare di tutto ciò, che c'è in WINDOWS 95 richiederebbe un intero numero del giornalino del CRAL, comunque cerchiamo ora di vedere quali sono le più importanti o interessanti novità.

Innanzitutto la rinnovata interfaccia che, se al primo impatto può lasciare disorientati, dopo qualche ora di utilizzo semplifica tutte le operazioni.

Il tasto destro del mouse per esempio attiva in ogni situazione un menu velocizza tutte le operazioni di formattazione e configurazione dell'oggetto selezionato.

Altra interessante novità per gli utenti MS-DOS è la possibilità di superare la limitazione di 8+3 caratteri nei nomi dei file: con WINDOWS 95 è ora possibile dare dei nomi lunghi fino a 255 caratteri, comprensivi anche di spazi e di lettere maiuscole o minuscole.

WINDOWS 95 inoltre dispone di un supporto multimediale notevolmente superiore rispetto a WINDOWS 3.1.

Infatti, oltre alla riproduzione dei suoni, WINDOWS 95 è in grado di gestire le sequenze di immagini.

La caratteristica più interessante riguarda l'architettura a 32 bit che consente di gestire la memoria secondo un modello di indirizzamento piatto grande fino a un massimo di 4 Gbyte e di fare girare ogni applicazione in uno spazio di memoria privato, inaccessibile agli altri programmi, che rende molto più sicuro l'intero sistema.

Inoltre, anche se un'applicazione va in crash, questa viene chiusa, ma non si ha alcuna conseguenza sugli altri programmi attivi o sulle varie componenti del sistema.

L'architettura a 32 bit consente non solo di avere un multitasking di tipo preemptive tra le varie applicazioni WINDOWS scritte a 32 bit, ma anche di gestire il multithreading tra le varie componenti di uno stesso programma.

Sebbene tutto ciò possa fare pensare a un sistema operativo molto complesso, la presenza di innumerevoli Wizard che guidano per mano l'utente attraverso le procedure più complesse, rendono la configurazione e la manutenzione di WINDOWS 95 accessibili a tutti.

Questo sarà sicuramente il sistema operativo che ci terrà compagnia per i prossimi anni.

Carlo Broccato

INTERNET (2)

Nell'articolo precedente è stata data una visione d'insieme di Internet. Nel prossimo si parlerà del metodo migliore per navigare nella rete mondiale, cioè del programma Netscape.

Veniamo alla parte pratica: **COSA SERVE** per connettersi a Internet?

L'apparecchiatura.

- Un computer con almeno 4 Mb di RAM, processore 386, Windows 3.1 e schermo a colori (per sfruttare le possibilità multimediali più recenti).
- Un modem da almeno 14.400 bps (generalmente da collegare alla porta parallela COM2) con standard V.32 bis e possibilità di trasmissione dati da scegliere tra X-modem, Y-modem oppure Z-modem (il più recente e veloce).

Il Service Provider.

E' in genere una BBS (da individuare tra quelle più vicine a casa) che permette un accesso nominale, dunque non anonimo. L'utente riceverà un codice personale e dovrà poi stabilire una propria password segreta.

Il Software.

Il software, in gran parte gratuito, è spesso fornito su dischetto al momento dell'abbonamento, oppure è prelevabile via modem.

Esistono singoli programmi (come Eudora, Free-Agent, Winchat ecc.) che permettono le singole funzioni di Internet, come accennato nell'articolo precedente (e-mail o posta elettronica, partecipazione ai Newsgroup, dialogo in diretta, ricerca di files e informazioni).

E' attualmente disponibile un programma, **Netscape**, che raggruppa tutte queste funzioni, aggiungendo la spettacolare possibilità di utilizzare le proprietà multimediali: grafica a colori, ipertesti, suoni, filmati e così via.

Dunque il software necessario consiste in:

- **Trumpet Winsock**: deve essere lanciato prima del navigatore, e serve per collegarsi al Provider sotto protocollo SLIP o PPP.
- **NETSCAPE** (la versione attuale è la 1.2; è in fase di rilascio la 2.0): si tratta di un software che permette di navigare per Internet in modalità grafica, con il metodo degli ipertesti e con le proprietà multimediali (questo rappresenta il vero nocciolo della questione).

Una delle caratteristiche più utili di questo programma è quella di poter creare facilmente dei bookmarks (segnalibri) personalizzati, allo scopo di accedere direttamente, nei collegamenti successivi, alle pagine più interessanti del WWW.

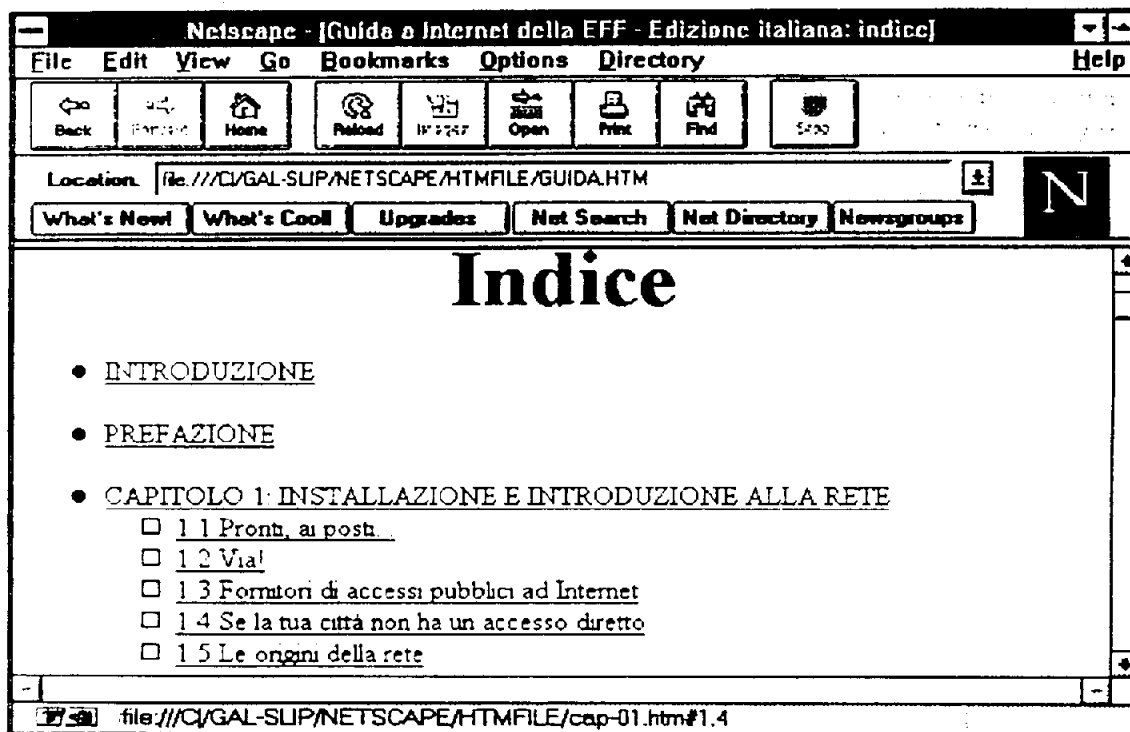
Ogni pagina, grafico o illustrazione possono essere salvati su disco, essere letti una volta scollegati da internet (con risparmio notevole sui costi di collegamento) e, ovviamente, stampati.

A questo proposito ricordo che su Internet si possono trovare (e dunque stampare) pagine molto simili a locandine (ad esempio tutti i concerti della Scala di Milano, con orari e modalità di prenotazione dei biglietti), depliant illustrativi, singole fotografie o figure, illustrazioni, giornali, riviste, notizie d'attualità, spartiti musicali, logo, indici, fino alla possibilità di prelevare via modem libri completi, quali i classici della letteratura o manuali appena editi (ad esempio la completa "Guida a Internet" della Electronic Frontier Foundation, di oltre 200 pagine).

I COSTI.

- Un Modem da 14.400 bps costa attorno alle 200-250.000 lire. Un modem da 28.800 bps (attualmente non sfruttabile al massimo) costa circa 350-400.000 lire.
- L'abbonamento per un anno a un Provider è di circa 250-350.000 lire.
- L'accesso a Internet è gratuito.
- Il costo orario della telefonata (Telecom) varia molto in rapporto alla lontananza del Provider prescelto. Scegliendone uno tanto vicino alla propria abitazione da utilizzare la tariffa urbana, si spendono dalle circa 1.000 lire/ora (dopo le 22) alle circa 3.000 lire l'ora (ora di punta). Nella nostra zona ci sono Provider di questo tipo.
Se si abita in zone poco servite (telefonata interurbana tra 15-30 km) il costo va dalle circa 7.000 lire/ora (dopo le 22) alle circa 23.000 lire/ora (ora di punta).
Se si abita in zone più lontane è possibile usare la cosiddetta rete Sprint (non importa la distanza dal Provider): il costo è di circa 15.000-20.000 lire/ora.
La soluzione peggiore è l'utilizzo del telefono cellulare: il costo va dalle 12.000 lire/ora a circa 100.000 lire/ora!

Concludiamo con una tipica schermata tratta da Netscape. E' la prima pagina della Guida a Internet, da poco disponibile anche in versione italiana:

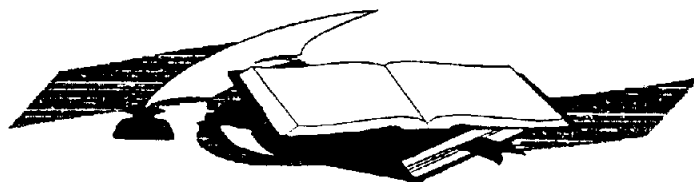


dott. Angelo Amboldi

Compagni di viaggio

Ma quanto vive l'uomo ?
Vive mille anni o uno solo ?
Vive una settimana o più secoli ?
Per quanto tempo muore l'uomo ?
Che vuol dire per sempre ?

Pablo Neruda



• IL SENSO DI SMILLA PER LA NEVE DI PETER HEG

Uno splendido magico romanzo di non facile lettura. eppure così inquietante ed avvincente che difficilmente si dimentica. Da ciò la smania irresistibile di divorarlo e nel contempo il desiderio che non finisca. Smilla, una giovane donna sola, caparbiamente coraggiosa, che combatte in un labirintico mondo di ghiaccio e intrighi, ostinata nella ricerca della verità, nel rispetto di un'amicizia ingiustamente e prematuramente troncata. Un libro, che diventa compagno inseparabile di molte sere, che rimane a lungo dentro, un compagno di cui avverti l'assenza, e che senti di dover ritrovare precipitosamente. Libro ideale da leggere durante il periodo natalizio, dove il senso di famiglia, amicizia, amore e maternità si fanno più forti.

• LA CASA DEGLI SPIRITI DI ISABEL ALLENDE

Una sagra familiare del nostro secolo in cui si rispecchiano la storia e il destino di un popolo. Una perfetta simbiosi fra realtà e fantasia, dove, i personaggi si nutrono del sovrannaturale per superare e talvolta arricchire, caricando di suspense la quotidianità, obbligata dalla tradizione latinoamericana, dove i personaggi maschili sprezzanti ed irrispettosi della dignità femminile, vengono posti in una luce di giustificata prevaricazione sulla donna. Indispensabile per la profonda ed intima compressione della donna secondo ISABEL ALLENDE.

ISABEL ALLENDE è nata a Lima nel 1942 è vissuta in Cile fino al 1943. lavorando come giornalista. Dopo il golpe di PINOCHET, si è stabilita in Venezuela e successivamente in America.

• CREATURE DI SABBIA DI TAHAR BEN JELLOUN

In un paese senza età, che è anche il Marocco di oggi nasce, dopo sette sorelle Mohamed Ahames. Nasce femmina, ma per volere del padre, che non vuole disperdere il patrimonio accumulato, crescerà maschio a dispetto del corpo, e dovrà reggere la casa e la servitù, essendo riconosciuta da tutti come il capofamiglia. Questa è la storia di un'entità inventata, di una metamorfosi imposta, dei turbamenti, delle ossessioni, della violenza e dei paradossi che ne derivano. Ed è anche una finestra aperta sul mondo arabo, sulle sue tradizioni, e sui tabù che ancora oggi stentiamo a capire e ad accettare.

Dr. Pistone P.S

STUDIO D'INTERNI

DOMO DESIGN

SOLUZIONI D'ARREDAMENTO

presenta

Basic interiors

— comodità & servizio nell'arredamento —

COMODITA'

- Dovete arredare la vostra casa?

Con una semplice telefonata potrete fissare un appuntamento, senza alcun impegno, con un architetto d'interni direttamente a casa Vostra, per valutare con calma tutte le Vostre esigenze

- Possibilità di trovare qualsiasi tipo e marca di mobile dalle grandi firme, al mobile su misura in qualsiasi finitura

- Potrete abbinare al Vostro arredamento anche tappeti, tende, parure, coordinati, piumoni e accessori vari e tante altre idee

SERVIZIO

- Accesso alle esposizioni riservate solo agli operatori del settore

- Possibilità di effettuare i pagamenti anche in comode rate con bollettini postali o bancari

- Progettazione, trasporto e consegna compresi nel prezzo

- **SCONTI REALI FINO AL 30%**

Per avere maggiori informazioni su "Basic interiors" telefonate allo

0332.402083

DOMO DESIGN - Vedano Olona - VA

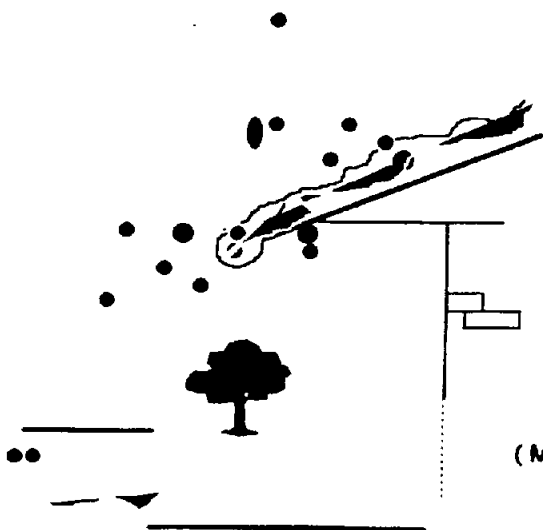
Note di musica

Primi giorni di Dicembre = Prima della Scala di Milano. Fin troppo ovvio parlarne, dunque, quasi doveroso. Lo faccio comunque con grande piacere perché, stato di agitazione permettendo, la sera di S. Ambrogio sarà rappresentato il FLAUTO MAGICO di W. A. Mozart, un'opera che come nessun'altra del grande salisburghese ha saputo stimolare la fantasia di critici e biografi. Canto del cigno, apoteosi finale, ritorno ad una "divina semplicità" (Hildesheimer), comunque la si voglia considerare o "sentire", Il Flauto Magico racchiude certamente in sé un'enorme patrimonio musicale innovativo ed è nel contempo testimonianza preziosa dell'ultimissimo periodo della vita dell'autore. Un alone di leggenda circonda le ultime fasi della composizione dell'opera. Malato, sofferente e deluso dallo scarso successo ottenuto a Praga dalla "Clemenza di Tito", Mozart, caduto inoltre nella più nera miseria, lasciò la capitale boema per ritornare a Vienna a metà settembre del 1791 e qui continuare il lavoro sul Flauto e sul Requiem. Malattia e necessità economiche furono una costante della vita di Mozart. Fu quindi un vero miracolo la comparsa sulla sua strada di quel dinamico e poliedrico personaggio che fu Schikaneder, autore di commedie, attore, impresario con il mito della creazione di un grande teatro nazionale austriaco. Schikaneder aveva con sé un progetto di opera fiabesca da lui stesso elaborato ispirandosi alla trama di un racconto di Wieland, "Lulu oder die Zauberflöte" (Lulu ovvero il Flauto magico). La trama era di quelle allora in voga, soprattutto nei teatri popolari di periferia: una "commedia di macchine", cioè con grande impegno di artifici scenografici, alla quale l'autore aveva provveduto ad aggiungere gli indispensabili scherzi e buffonate assai graditi alla platea. Si narra la storia dell'eroe Tanino incaricato dalla Regina della Notte di liberarle, proprio con l'ausilio di un Flauto Magico, la figlia Pamina caduta prigioniera del cattivo mago Sarastro. Alla coppia "nobile" (Pamina e Tanino), Mozart, secondo un parallelismo a lui consueto, avrebbe poi affiancato i due personaggi farseschi, Papageno e Papagena, coppia plebea. L'accordo fu presto raggiunto e la leggenda ci dice che Schikaneder "rinchiuse" Mozart in una casa di campagna (successivamente trasportata in toto a Salisburgo, e ancor oggi meta di migliaia di visitatori) per oltre una settimana, "obbligandolo" a comporre in tempi brevi. Ne addolcì per altro la prigionia con adeguati "strumenti", non ultimo l'attrice e cantante Barbara Gerl, prima Papagena e moglie del primo Sarastro. Un aspetto del Flauto Magico da sempre oggetto di grandi discussioni concerne la possibilità che l'opera sia stata largamente modificata durante la sua stessa composizione. La storia inizia infatti secondo lo schema tradizionale della bella principessa rapita dal mago malvagio. In breve si scopre però che il "cattivo" rapitore è in realtà un personaggio positivo, mentre la dolente madre della rapita, la Regina della notte, è di natura malvagia. Il capovolgimento appare decisamente sconvolgente, con evidente frattura nella continuità dei caratteri dei personaggi. Molte sono state le spiegazioni di questo fatto fornite dalla critica. La più semplice ascriverebbe il cambiamento alla necessità di contrapporsi rapidamente al grande successo ottenuto da un'altra opera - Gaspard il fagottista - tratta dalla stessa fiaba di Wieland e rappresentata in contemporanea nel teatro di un impresario rivale. La fretta sarebbe stata poi responsabile delle incongruenze, con le prime scene

già composte, quelle destinate ad attrarre la simpatia sulla Regina della notte, lasciate immutate a fronte degli sconvolgimenti successivi della vicenda. Molto probabilmente non è andata così ed è possibile che le ambiguità morali che richiedono delle spiegazioni siano state inserite a bella posta secondo le tradizioni del teatro popolare viennese e le interpretazioni simboliche dell'opera. Ecco allora che la vicenda, con tutte le sue asperità ed i suoi lati oscuri, potrebbe essere interpretata... come una grande allegoria intorno alla ricerca, da parte dell'animo umano, sia di un'illuminazione, sia di un'armonia interiore... alla luce del complesso retroterra filosofico e cosmologico della massoneria settecentesca... (Sadie). Mozart a Vienna era in effetti diventato massone, come pure Schikaneder e nessuno dei due (sì, anche lo stesso Mozart) poteva definirsi un profondo filosofo. "In questo miscuglio stravagante... (Mozart)... ammira dunque una rivelazione di saggezza non umana e di un spettacolo dozzinale tento' di fare una trascendente mistero nel quale ospitare tutte le aspirazioni migliori della candida anima sua..." (Mila). Musica eccelsa, dunque, musica divina su un testo ridicolo e scadente: una storia senza fine, un dibattito annoso che ci piace comunque pensare di poter dimenticare con il semplice ascolto delle note dell'opera.

Comunque siano andate le cose, qualunque sia stata la genesi del Flauto, l'opera, rappresentata per la prima volta il 30 settembre del 1791, ebbe successo immediato e crescente ad ogni replica. Goethe tento' addirittura di scriverne un seguito (il n.2 di ogni successo non è dunque invenzione dei nostri tempi !!). Beethoven e Wagner ne scrissero a più riprese con toni di grande entusiasmo. Mozart di certo l'amo' molto e da lei si fece accompagnare nelle ultime ore di vita (mori' nel dicembre dello stesso anno). Leggenda vuole che anche sul letto di morte egli seguisse con la sua immaginazione e con un orologio in mano, la rappresentazione teatrale, scena per scena.

ENRICO TAVANI



Nella notte d'inverno sta il
vecchio abete
imperterrito nonostante la
neve pesante

(Messaggio inaugurale dell'Imperatore HIRO HITO per l'anno
1947)

Calendario di lavoro

Con l'arrivo dell'inverno, i bonsai dovrebbero essere del tutto inattivi, e messi al riparo dal rigore dell'inverno. Con l'arrivo dell'inverno finisce l'epoca dei trapianti. Se li facessimo adesso le radici verrebbero danneggiate ed i tagli fatti da poco, potrebbero gelare ed imputridirsi. Ciò nonostante, coloro che avessero una serra o di un terrazzo vetrato, potrebbero ancora rinvasare. Qualora ci si fosse avvalsi di un pergolato, per la protezione dei vostri alberi dal calore dell'estate, ora dovrà essere rimosso completamente: il sole e l'aria devono raggiungere i rami dei vostri bonsai. Tuttavia, se si vive in una zona fredda, dove le gelate sono frequenti, bisognerà porli presso un muro, rivolto verso sud, oppure il più vicino ad una parete, affinché la gronda sporgente del tetto li protegga dal freddo della notte. Ricordate che i vostri alberi sono a riposo e quindi non sarà necessario irrigarli come nelle altre stagioni. Questo non significa che non si deve innaffiare; la terra deve essere mantenuta umida; non si innaffi la mattina o durante le ore notturne per evitare rischi di congelamento. Anche gli insetti sono in letargo ed i funghi stanno chiusi nelle loro spore inattive, questa è l'occasione per distruggerli. Per gli insetti si può usare olio minerale (si può trovare nei negozi di fiori o nei consorzi agrochimici); esso agisce come una cappa di protezione ed inoltre elimina le uova degli insetti che rimangono intrappolati tra la corteccia e la sottile pellicola d'olio che abbiamo spruzzato. Per i funghi, si può fare uso di un rimedio casereccio e molto semplice da attuare: zolfo in polvere per alberi a foglia caduca e ginepri, rame per i pini. Polverizzare con essi la fonda dei bonsai, evitando che il rame possa cadere sopra al superficie della terra, questo inconveniente si può eliminare, proteggendo la base del bonsai con un telo di plastica o qualcosa di simile. Come si può notare, in questi mesifreddi non vi è molto da fare, tuttavia si possono dare alcuni consigli. E' un buon periodo per acquistare i diversi tipi di terra con cui realizzare la miscela per bonsai. Inoltre si possono raccogliere pietre, durante le vostre passeggiate, per adornare i vostri alberi, o forse per i futuri radicamenti su roccia. Ora quasi tutti i vivai avranno nuovo materiale. Visitiamoli e cerchiamo il vaso di cui il vostro acero ha bisogno, oppure il prebonsai del fico che non avete potuto trovare prima. Sebbene faccia freddo, è molto gradevole passeggiare per il

bosco: si può ispezionare il bosco in cerca di futuri bonsai che raccoglieremo in primavera, oppure se ci piace disegnare, prendere appunti di questo albero a cascata, dell'origine delle radici del faggio o della forma gradevole del ramo del pino. In inverno la silhouette del vostro bonsai è completamente visibile: vi fa pensare alla struttura e rifinitura che realizzerete l'anno successivo, confrontate le vostre idee con altri appassionati.

Per chi volesse trascorrere una giornata, ammirando splendidi esemplari di bonsai. Si consiglia di visitare i seguenti vivai :

1. PICCINI VIVAI, Paderno Dugnano via Santi 4 e/o CENTRO BONSAI PICCINI
Corso Garibaldi 121 Milano.

2. CRESPI MUSEUM S.S del Sempione 37, San Lorenzo di Parabiago (Mi)
CRESPI BONSAI via Boccaccio4(Mi)

3. CENTRO BONSAI GROANE via S. Andrea 17 Misinto (Mi)

Visto l'esiguo numero interessati al corso di bonsai, si è ritenuto opportuno rinviare il corso in attesa di ulteriori adesioni. Gli interessati possono comunicare la loro adesione contattando il Dr. Pistone P.S ☎ 2268-2291-2200

Non solo TV

Con l'inverno siamo entrati nel vivo della stagione teatrale. Qui sotto pubblichiamo l'elenco delle opere in programma, ricordando che ce n'è per tutti i gusti: tragedie, commedie, concerti, operette musicali... Mi permetto in questo mio breve scritto di rivolgermi in particolare a coloro che non hanno dimestichezza con il teatro.

So infatti di colleghi che nella loro vita non sono entrati quasi mai, se non addirittura mai, non dico in un teatro o del teatro, tipo il Piccolo, il Manzoni o il Lirico, ma neppure nella sala teatrale del loro paese. Parecchi di coloro che rifiutano il teatro ricalcano luoghi comuni o si rifanno a esperienze negative di anni fa, magari dell'infanzia, per dire che il teatro è noioso, che è meglio un buon film in televisione, o una gita in campagna. Qualcuno infine afferma che i costi sono troppo alti.

Ebbene, è questo il momento di provare. L'amore per il teatro a volte si scopre da grandi, quando oramai si erano perse tutte le speranze. Certamente, alcuni testi possono riuscire ostici, di difficile comprensione, ma se non si ha tempo o pazienza per prepararsi, (e la nostra segreteria è fornitissima di depliant, di articoli di giornali, di indicazioni bibliografiche), si può comunque godere dello spettacolo in sé, così come quando si assiste a un'opera lirica senza essere intenditori e si gode ugualmente della musica, della bravura degli interpreti, delle scenografie.

Non sono d'accordo poi con coloro che affermano che il costo del teatro è troppo caro, anche perché, grazie al CRAL e alle nostre buone operazioni godiamo di sconti considerevoli.

Sono dunque certa che qui di seguito si potrà trovare almeno un titolo, un autore, un grande attore che incuriosisce. Che sia la volta buona per provare? Sapete che si è già formato un consistente gruppo di amici dell'USSL 33 che non manca mai? Non vuoi anche tu far parte del giro? Ti aspettiamo.

SPETTACOLI IN PROGRAMMA

- 9 gennaio 1996- Teatro Smeraldo: Il paese dei campanelli -Prezzo da definire
- 18 gennaio- Teatro Carcano: La XII notte di W. Shakespeare £.18/20.000
- 30 gennaio- Teatro Nuovo: Le ultime lune con M. Mastroianni- £.33.000
- 2 febbraio-Teatro Lirico: Uomo e galantuomo con De Filippo £.22.000
- 6 febbraio- Teatro Scala: Il giocatore di S. Prokofiev- Prezzo da definire
- 9 febbraio- Teatro di Porta Romana: L'asino d'oro di Paolo Poli -£.22.000
- 1 marzo- Teatro Smeraldo: Concerto di Paolo Conte £.44.000 balconata, £.55.000 poltrona
- 7 marzo- Piccolo Teatro: Le smanie per la villeggiatura di C. Goldoni, £.22.000
- 29 marzo- Piccolo Teatro: L'anima buona di Sezuan di B. Brecht, £.22.00
- 11 aprile - Teatro di Porta Romana: Tango barbaro -M. Melato, £.33.000

NB: L'attore di Melato, interpretato da P. Villaggio, sospeso a dicembre per indisponibilità dell'attore, sarà ripreso a marzo in data da stabilirsi.

Le prenotazioni vanno effettuate 15 giorni prima della data dello spettacolo

Rita Marino



T3 LINEE D'ARREDO S.r.l. Esposizioni site in:
LISSONE Via Caprera n. 7 (Piazza Mercato)
MILANO Via Moscova N. 53 (P.le Biancamano)

VANTAGGI RISERVATI AI CONVENZIONATI

Sconto dal 25% al 30%

- (1) SCELTA DI 320 AZIENDE TRA LE MIGLIORI SUL MERCATO.
- (2) BLOCCO PREZZI DI 18 MESI / PAGAMENTO PERSONALIZZATO.
- (3) CONSULENZA, PROGETTAZIONI E RILIEVI TECNICI **GRATUITI**.
- (4) CONTRATTO "PREZZO CHIARO" CON GARANZIA SCRITTA.
- (5) **IVA, TRASPORTO E MONTAGGIO COMPRESI NEL PREZZO.**

Vi informiamo che le nostre esposizioni non sono aperte al pubblico quindi se desiderate avere informazioni, oppure farci visita, (SENZA IMPEGNO D'ACQUISTO) Vi preghiamo di contattare per appuntamento il nostro Responsabile Convenzioni: Sig. MARRAPESE Tel. (0330) 89.20.03 oppure telefonate al:

SERV. INFORMAZIONI T3: Tel. 039 245.94.00 / 02 290.038.63



**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

BOWLING L'ARTE DI TIRARE LE B.....OCCHIE

Anche quest'anno, all'interno della festa del Cral, verrà effettuata la premiazione dei vari tornei sportivi, ma questa volta si premieranno anche i giocatori che hanno partecipato al 1° TORNEO BOWLING organizzato dal nostro Cral svoltosi presso il Bowling di Nerviano. Il bowling è uno sport dove ci vuole più allenamento che fortuna, molta concentrazione e la conoscenza di alcune piccole regole; occorre dare la precedenza al giocatore sulla tua destra, ma se sei già sulla pedana, allora sarà lui che ti lascerà tirare. Se sbagli, non ti incavolare, sarà per il prossimo tiro ecc. ecc. In questo torneo c'è stata molta fortuna e poca continuità.

Lo dimostra la classifica finale maschile, dove solo il Sigg. Radrizzani ha avuto un rendimento più che buono, mentre gli altri tra uno strike, un canale, uno spare e uno spilt si sono arrangiati. La classifica femminile vede vincitrice la Sig.ra Biffi Barbara (peccato !! non ha nessuna parentela con l'omonimo ristorante di Milano) che con partite al cardiopalmo è riuscita a distanziare le colleghe bowleriste.

Castronuovo Giacomo

CALENDARIO GARE 1996

1 FEBBRAIO

6 GIUGNO

4 APRILE

26 SETTEMBRE

28 NOVEMBRE

CLASSIFICA MASCHILE

PALEARI
7° 140 p.

CASTRONUOVO
8° 120 p.

MONTORFANO
9° 100 p.

RIGOLI
10° 70 p.

TOFFANO
4° 250 p.

ROSSONI
5° 230 p.

PALADINI
6° 180 p.

PALERMO
2° 270 p.

SALVAGNIN
3° 260 p.

RADRIZZANI
1° 340 p.

CLASSIFICA FEMMINILE

FAVA
7° 120 p.

STORTI
8° 100 p.

DONDONI
9° 60 p.

COZZI-REPOSSINI
10° 60p.

POTENZA
4° 190 p.

BORGHETTI
5° 130 p.

PICCININI
6° 120 p.

MAINARDI
2° 210 p.

CARBE'
3° 200 p.

BIFFI
1° 270 p.

Gita in Val Formazza

Eccomi finalmente qui a scrivere il resoconto della gita effettuata sabato 21/10/95 in Valformazza dagli Amici della Montagna. A questo punto si può dire che abbiamo utilizzato l'ultimo sabato soleggiato e con luce fino a tardi come nella stagione estiva. Un vero e proprio addio all'estate e spero per noi un arrivederci a presto sulle montagne. La parte più divertente è stata quella dei preparativi: le scorte alimentari se non previsti punti d'appoggio, la farmacia, l'abbigliamento adatto, la macchina fotografica. La parte più noiosa è stata invece rappresentata dal raggiungimento della base di partenza, al solito con la consueta carovana d'auto. Quindi sveglia alle 5 e la camminata vera e propria alle 9. La faticosità del percorso è valutata dal dislivello in metri di altitudine, dalla lunghezza e da eventuali difficoltà sparse sul percorso. La cosa più sorprendente è che nonostante la sedentarietà del nostro lavoro le cose vanno abbastanza bene, si rispettano le tabelle di marcia, nessuna crisi muscolare o respiratoria, e siamo in grado di apprezzare il paesaggio che in montagna è sempre vario, spettacolare, rilassante, salutare e si apprezza il contrasto con quello che abbiamo appena lasciato: la città, il traffico, il lavoro quotidiano. Il ritrovo avviene all'alba nel piazzale antistante l'Ospedale, neanche i colori vari e bizzarri del nostro abbigliamento lasciavano adito a dubbi sulle nostre professioni. Presto constatiamo l'assenza del dr. Bortolini (per malattia) e proviamo un piccolo momento di panico visto che era molto atteso essendo il progettatore della gita. Comunque presto ci rendiamo ben conto che il numero dei componenti è sì ristretto, ma allietato da una bimba di 7 anni (Daniela). Il grado di organizzazione è molto elevato. Perfino la carovana delle 3 automobili è collegata con ricetrasmittenti in banda CB. Il viaggio si snoda lieto e senza intoppi prima in pianura e poi in salita. L'arrivo alla diga e da qui la partenza vera e propria (a piedi, sacco in spalla). L'impronta tecnico-sanitaria del nostro gruppo è molto pronunciata. Vengono somministrate (a chi ne faccia richiesta) pastiglie di sali minerali e vitamine; vengono applicate per via topica (spray) sostanze antidolorifiche sulle articolazioni considerate più a rischio (ginocchia). Affrontiamo immediatamente e con coraggio un guado (attenzione, se ti bagni le scarpe resteranno così per tutto il giorno), provati ma fieri tiriamo il fiato in tempo per intravedere il dr. Cecchetti che a valle, solo 15 metri più sotto, valica il ponte (dunque c'era!). Inizia la salita, incominciamo a vedere le macchie color madreperla dei cardi e qui e là le viole. I ghiacci eterni sono solo a pochi passi da noi e lentamente ma con costanza ci avviciniamo sempre più alla meta. Arriviamo al rifugio "Busto Arsizio", chiuso ma già si sapeva. Solo il volo e le strida dei rari rapaci interrompono il silenzio. Da qui ammiriamo un lago artificiale, il bacino superiore della diga. La merenda è al sacco sul prato, alcuni la consumano sul plaid termico, altri sull'erba, ebbene sì, ancora verde. Per smaltire la vera e propria overdose calorica, viene proposta e attuata un'ulteriore camminata fino alla diga, dovunque stelle alpine e cristalli di quarzite. Il ritorno alla base avviene attraverso la valle delle marmotte, a vista i buchi neri delle tane, così grandi che ho sperato che nessuna

marmotta si svegliasse dal letargo e uscisse. Il rientro alla base in località Riale: rapido cambio, bevuta alla fontana diaccia, breve visita alla chiesetta (nel 1957 la neve la sommerse fino al campanile, dice la targa). Rapida discesa in auto fino a Crodo con fermata in una pasticceria dove abbiamo mangiato gli strudel più lunghi e larghi mai visti prima nella storia delle gite in montagna. Segnalo la presenza di ben 4 macchine fotografiche (1 fotografo senior + 3 fotografi junior) per immortalare le nostre imprese eroiche (di cui quindi c'è anche ampia documentazione, esibibile a richiesta). Cari amici vi saluto e vi rimando alla prossima escursione (accorrete numerosi, relax e divertimento assicurati).

HEIDY

Pedagate dell'anno

GRUPPO CICLOTURISTI

Cari soci e colleghi, anche questa stagione cicloturistica volge al termine (mentre state leggendo sicuramente è già terminata: fa' un freddo cane) di questa annata ricreativa passata sui pedali, ci rimangono come gruppo tanti ricordi piacevoli.

In primo luogo la vivacità con cui tutti i ciclisti hanno partecipato alle gite organizzate dal nostro gruppo, secondariamente abbiamo assistito ad un infoltimento dei ciclisti partecipanti, quindi questo dato ci fa ben sperare per la prossima stagione.

Ritornando al resoconto di quest'anno, aggiungiamo che nei confronti della passata stagione 1994 si è quasi raddoppiato il numero di gite organizzate ed abbiamo introdotto la partecipazione ad alcune gare di gran fondo impegnative: Piccolo Giro di Lombardia, 100 Gobbe etc.

Nella nostra piccola classifica di partecipazione all'attività ricreativa su strada, il ciclista con maggior numero di adesioni, 100%, è stato ROSSETTI DONATO p.o. Rho (dispensa).

Gli amanti della mountain-bike devono registrare il raddoppio dei partecipanti alle loro escursioni organizzate, quindi pensando che era la loro prima vera annata di attività con percorsi e date proposte ufficialmente, bisogna parlare di vero e proprio bum.

Passiamo all'angolo dei ringraziamenti di questa stagione ciclistica ormai conclusa; dicendo grazie a tutto il gruppo cicloturistico per la voglia e l'impegno profuso nell'organizzare e nel percorrere tutte le gite cicloturistiche, in particolare Rossetti Donato, Volpi Francesco e Masseroni Renato; un grosso grazie lo dobbiamo anche a dott. Amboldi Angelo per un notevole contributo nel fornirci il materiale per arricchire il nostro abbigliamento.

Ringraziamenti anche al direttivo Cral per averci permesso di acquistare una stupenda maglietta invernale ed in fine alle nostre due segretarie Parini Enrica e Adami Katia.

Il programma dell'anno di attività 1996 ricalcherà, a grandi linee, quello dell'anno passato cercando di organizzare percorsi accessibili a più persone in modo da coinvolgere il più possibile gli amanti delle due ruote. Per il momento il gruppo si sta godendo un periodo di meritato riposo chi volesse ulteriori informazioni può telefonare ai soliti numeri:

2207 Rossetti p.o. Rho

2421 Masseroni p.o. Passirana

Bene, amici, non mi resta che farvi da parte di tutto il gruppo cicloturistico i migliori auguri di Buon Natale e Felice Anno 1996, naturalmente sempre pedalando.

IL GRUPPO

AUGURI

Classifica Finale Campionato Sociale sez. Cicloturismo

Classifica Finale	Cognome e Nome	Punteggio
<i>Campione Sociale 1995</i>	<i>Rossetti Donato</i>	85
<i>2° classificato</i>	<i>Ceriani Antonio</i>	75
<i>3° classificato</i>	<i>Masseroni Renato</i>	70
<i>4° classificati</i>	<i>Rampini Franco</i>	60
	<i>Volpi Francesco</i>	60
<i>6° classificati</i>	<i>Borsani Gasparino</i>	40
	<i>Cozzi Massimo</i>	40
<i>8° classificati</i>	<i>Berra Gianni</i>	35
	<i>Radice Pietro</i>	35
<i>10° classificati</i>	<i>Della Mura Tulio</i>	30
	<i>Morelli Alfredo</i>	
<i>12° classificato</i>	<i>Guaraldo Cesare</i>	20
<i>13° classificati</i>	<i>Cecchetti Giovanni</i>	15
	<i>Parini Fausto</i>	15
<i>15° classificato</i>	<i>Venagli Dario</i>	10
<i>16° classificati</i>	<i>Montenegro</i>	5
	<i>Maurizio</i>	
	<i>Pagani Ettore</i>	5
	<i>Passerini Lorenzo</i>	5
	<i>Perotta Gianni</i>	5
<i>20° classificati</i>	<i>Castellini Sirio</i>	0
	<i>Nasuelli Walter</i>	0
	<i>Vescovi Giovanni</i>	0

Birilli e ... Palle

In data 23-26-27 ottobre 1995 si è svolta, presso il Circolo Enars Isolabella in via Pomè a Rho, la seconda gara di biliardo patrocinata dal nostro Cral, che ha visto la partecipazione, oltre ai 32 giocatori suddivisi in quattro batterie, di un folto e attento pubblico.

Al termine delle combattute e sportive eliminatorie sono risultati quattro finalisti, che si sono poi affrontati per disputarsi la finale.

La classifica finale è risultata la seguente:

- 1° CLASSIFICATO RODRIGUEZ MARIO
- 2° CLASSIFICATO FAGIOLI ROBERTO
- 3° CLASSIFICATO RADRIZZANI DAMIANO
- 4° CLASSIFICATO GUARALDO CESARE

Con nostra grande soddisfazione ha risposto all'invito per la premiazione il Campione del Mondo di Biliardo uscente Sig. Salvatore Mannone, che ha premiato i quattro finalisti e ha partecipato al rinfresco seguito alla consegna dei trofei.

Con queste quattro righe cogliamo l'occasione per ringraziare tutti quelli che hanno partecipato sia in qualità di giocatori o di spettatori e tifosi.

Dato il grande successo della manifestazione abbiamo deciso di organizzare, per l'anno 1996, altre tre gare (che si svolgeranno secondo il già noto regolamento interno) nella date seguenti:

21-22-23 FEBBRAIO
19-20-21 GIUGNO
23-24-25 OTTOBRE

Arrivederci alla prossima gara.

F. FIDONE

Calci buoni

Salve, ecco a voi la rituale rubrica del calcio inteso come sport e non come elemento chimico fondamentale in campo odontoiatrico.

Preferirei, sinceramente, raccontare le gesta di una Roma imbattibile, prima in campionato a vele spiegate, ma dato che così non è mi consolo con una Lazio battibile e con la famosa indomita squadra del Cral USSL 33 SPYDER.

Prima di addentrarmi in rilievi tecnici voglio assicurare il sesso femminile dell'intera zona riguardo una notizia data nel precedente numero: Bruno Bescapè non ha smesso di rivolgere la sua attenzione al sesso femminile, anzi l'ha intensificata, visti i risultati in campo e alla sua forma fisica; sabato ha anche preso un colpo alle parti "delicate" (anche se tutti eravamo convinti che gli fosse stata amputata una gamba) che gli ha potenziato le sue doti.

Dopo avervi aggiornato sulla telenovela (Brunela la Perla Nela) che angosciava parecchi cuori femminili, passiamo alle note tecniche.

Attualmente la squadra è prima in classifica ma il cammino è ancora lungo, anche perché sono venuti meno alcuni elementi come Visco, partito per militare e Michele Alemma, a cui mandiamo un saluto e un augurio, tornato nelle terre calde del Sud (beato lui).

Nonostante queste defezioni si va avanti con immutato entusiasmo e negli ultimi sabati si è aggiunto un tocco di eleganza con le scarpe bluette di Luca Russo e bianche (da ballerina) di Toni Paladini.

A gennaio avremo degli importanti scontri diretti che speriamo di affrontare al gran completo, cosa che fino ad ora è capitata ben poche volte a causa di turni, influenze e traslochi (vero Pacilli ??).

Certo che preferiremmo un po più di entusiasmo da parte dei tifosi, soprattutto per le partite giocate in casa.

Non abbiamo ancora fatto il tutto esaurito, ma neanche il mono esaurito nel senso che da quando il papà di Marciante e mio figlio non vengono più, abbiamo perso gli unici due spettatori aficionados presenti sugli spalti.

E' un invito a essere più numerosi, poi ci penserà il Cral a comprarvi striscioni, bandiere, lenzuola, cuscini e amache varie.

Nell'attesa di vedervi sulle tribune (per voi l'entrata è gratis) festanti, ridenti e numerosi come alle feste del Cral (!!!!) vi auguro

BUON NATALE e
BUON ANNO

Dott. Cetta Angelo

Natale in montagna Cavalese

A chi volesse trascorrere una vacanza invernale in una località alpina proponiamo un piacevole soggiorno a Cavalese, primo centro della Val di Fiemme.

Annoverata come una delle zone più affascinanti e turisticamente rinomate dell'arco alpino, la Val di Fiemme rappresenta la grande porta di accesso alle Dolomiti.

Cavalese, che dista da Milano circa 280 Km, si raggiunge percorrendo l'autostrada del Brennero fino all'uscita di Ora per poi inoltrarsi lungo la valle che si presenta con quel paesaggio aperto e vario che la contraddistingue.

Affascinante e suggestiva durante l'estate, Cavalese diventa, nella stagione della neve un vero paradiso per gli appassionati degli sport invernali. Da dicembre ad aprile offre lo sci in piena sicurezza a tutti i livelli, per il principiante e per lo sciatore più esigente. Il Consorzio Impianti a Funne della Val di Fiemme, che comprende Latemar, Pampeago, Alpe di Cermis, Predazzo Bellamonte, garantisce l'innevamento di 140 Km. di piste servite da 50 impianti di risalita coordinati da un unico skipass.

In Val di Fiemme si trova la maggior concentrazione di cannoni per l'innevamento artificiale per garantire al turista la possibilità di sciare indipendentemente dall'andamento del tempo. Le scuole di sci mettono a disposizione oltre 100 maestri. Presso la Scuola di sci Cavalese-Cermis esiste inoltre la possibilità di usufruire del Kindergarten dove i bambini possono essere lasciati sotto il controllo di animatori che organizzano per loro giochi e attività sulla neve. Agli appassionati dello sci da fondo è riservata un'ampissima scelta di itinerari fra cui il famosissimo tracciato della Marcialonga, la classica di gran fondo che ormai da due decenni si svolge in valle nel mese di gennaio.

Esiste inoltre la possibilità di usufruire di attrezzature turistiche e sportive di prim'ordine come piscine coperte pubbliche, un modernissimo Stadio del ghiaccio, il Palazzetto dello Sport, Tennis coperti e numerose opportunità per la pratica di molti sport.

Cavalese e tutta la Val di Fiemme offrono svariate opportunità alberghiere, mediamente il prezzo di una settimana in hotel a tre stelle varia dalle 450.000 lire alle 550.000 lire. Il costo del giornaliero va dalle 47.000 lire in bassa stagione a 54.000 lire in alta stagione.

Per ricevere delle informazioni più dettagliate ci si può rivolgere all'Azienda di Promozione Turistica Valle di Fiemme telefonando al numero 0462-41111.

Buon divertimento.

Giorgio Villa

Proposta per un breve viaggio in Sicilia

La meta prescelta è la Sicilia occidentale e le città da vedere, data l'esiguità del tempo, sono poche ma ricche di storia e di arte.

Palermo. Dal fascino decadente e opulento, capoluogo dell'isola, è sede di monumenti artistici importantissimi che sono testimonianza dell'epoca in cui l'isola era terra di conquista e i popoli più diaparati vi si incrociavano e si fondevano. Palermo sorge dove la Conca d'oro degrada, arcuata nel vasto golfo, nel mar Tirreno.

Da vedere

Quattro Canti: formanti un'armoniosa piazzetta all'incrocio delle due principali arterie palermitane: la via Magneda e c.so Vittorio Emanuele II

Fontana di Piazza Pretoria: scenografica fontana commessa ai fiorentini da don Pietro da Toledo e poi venduta ai palermitani dal di lui figlio

Chiesa di Santa Maria dell'Ammiraglio: fondata nel 1143 da Giorgio d'Antiochia, ammiraglio di Re Ruggero. Vi si trova il famoso mosaico del Cristo che incorona Re Ruggero del XII secolo. Molti mosaici andarono distrutti e la Chiesa più volte trasformata, il mosaico succitato venne trasportato dalla sua sede iniziale sulla parete della nuova navata barocca.

Chiesa di San Cataldo: costruita nel 1161 è molto caratteristica con la sua cupoletta dipinta di rosso all'esterno che le dona una veste orientaleggiante. All'interno colonne provenienti da costruzioni più antiche della chiesa stessa la dividono in tre navate spoglie e ieratiche.

Chiesa della Matrona: in cui due stili si accostano e si fondono: il normanno del secolo XII e il barocco seicentesco.

La Cattedrale: è una delle più belle e monumentali opere dell'architettura normanna in Sicilia: venne fondata nel 1185 dall'arcivescovo Gualtiero e successivamente modificata. Solo la fiancata della chiesa conserva lo stile originario. In essa sono sepolti i Re normanni, possiamo infatti vedere nella sua austerità e semplicità la tomba di Federico II imperatore di Sicilia e quella della madre, la Regina Costanza d'Altavilla, e del re Ruggero.

Palazzo Sclafani: è sito in piazza S. Giovanni, esempio di arte trecentesca, sopra il portale un'edicola racchiude l'arma dei nobili Sclafani ed sormontata da un'aquila che artiglia un agnello, opera di Bonaiuto da Pisa. Nel primo piano decorazioni e motivi caratteristici dell'ornamentazione normanna. Sulla parete meridionale del portico nel cortile di palazzo Sclafani è presente il notissimo dipinto murale "Trionfo della Morte", rappresento lo stesso soggetto del più famoso affresco del Camposanto di Pisa.

La Porta Nuova: fa da sfondo al corso Vittorio Emanuele II e fu edificata a ricordo della visita di Carlo V a Palermo, presenta una caratteristica copertura a piramide.

Palazzo Reale: sorge su una leggera eminenza che gli conferisce maggiore maestosità, chiuso da un vasto giardino ricco di palme di ogni specie. Il corpo più antico del palazzo risale al XII secolo, ma fu successivamente rimaneggiato. È un complesso di edifici costruiti nei vari secoli. I Re normanni edificarono una sontuosa dimora su i ruderi dell'antica reggia araba. Di questo periodo rimangono la massiccia torre Pisana, la bella sala di Re Ruggero e quel gioiello che è la Cappella Palatina, tutta d'oro, intarsi e mosaici che ne ricoprono le pareti. Tra le sale più importanti sono la Sala dei Vicere, che presenta alle pareti una serie di ritratti dei Vicere e dei Luogotenenti di Sicilia, la Sala di Re Ruggero che conserva quasi intatta la decorazione dell'epoca normanna, splendida per i mosaici che adornano la parte superiore delle pareti e la volta.

S. Giovanni degli Eremiti: con le sue rosse cupole e la vegetazione lussureggiante del suo splendido chiostro.

Museo Nazionale: possiede una cospicua raccolta di antichità preistoriche e classiche, pezzi d'arte medioevale e pitture riflettenti l'intero svolgimento dell'arte siciliana. Vi si trova il famoso dipinto "L'Annunciata" di Antonello da Messina.

Oratorio di Santa Cita: ornamenti barocchi alle pareti fu architettata da Giacomo Serpotta.

Palazzo Chiaramonte: in piazza Marina, eretto nel 1307 per la potentissima famiglia, ricco di decorazioni interne, come attesta il soffitto delle maggior sale del palazzo, ornate da centinaia di storie bibliche e cavalleresche.

Santa Maria della Catena: originale creazione nel gusto del primo Rinascimento.

Chiesa di S. Salvatore: capolavoro di arte barocca. Tutti i marmi della Sicilia furono impiegati per gli intarsi, i rilievi e le stauae che rivestono totalmente le pareti.

Palazzo detto " LA Zisa ": una delle pochissime costruzioni civili del periodo normanno che sono giunte abbastanza conservate nelle loro forme originarie.

Monreale

A pochi chilometri di distanza da Palermo sorge questa cittadina che possiede due fra le più belle opere architettoniche del mondo.

Cattedrale di Monreale: la più bella e ricca chiesa normanna di Sicilia, uno dei più mirabili monumenti architettonici del medio evo. Fu fondata da Guglielmo II nel 1174, la leggenda dice, grazie al tesoro rivelatogli in sogno dalla Vergine. La facciata principale del Duomo presenta due torri normanne collegate da un patio settecentesco in cui si apre la porta principale, adornata di due magnifici battenti di bronzo di epoca romana. Più suggestive e più originali della facciata sono le tre absidi, caratterizzate da archi intrecciati, dal contrasto cromatico derivante dall'uso di calcare e bruna trachite. L'interno è formato da una vasta sala basilicale e da tre navate divise da 18 colonne provenienti da monumenti romani. Le pareti sono interamente ricoperte da intarsi e mosaici d'oro: più di 6340 metri quadrati di superficie! La conca dell'abside, anch'essa a mosaico, raffigura un maestoso Cristo benedicente.

Chiostro del Convento Benedettino: attiguo al Duomo è il più vasto e pittoresco fra tutti quelli del secolo XII. Gli archi acuti del portico sono sostenuti da 216 colonne di forme svariatissime.

Bagheria

A 13 chilometri da Palermo, famosa per le sue ville settecentesche costruitevi con gran magnificenza dai nobili palermitani. La più celebre è quella che fu teatro delle stranezze del Principe di Palagonia, che la popolò di stauae mostruose. Notevoli sono pure le ville Butera e Valguamera.

Cefalù

In posizione incantevole su di un promontorio, ai piedi di una grande roccia sorge Cefalù, paese di antichissima origina che vanta nella sua cattedrale una delle più splendide chiese normanne della Sicilia. Il duomo sorge in cima ad un'ampia scalinata e fu costruito da re Ruggero nel 1131 in seguito al voto fatto due anni prima durante una burrasca in mare. I mosaici di Cefalù sono fra i più antichi e perfetti di tutta la Sicilia e risalgono intorno agli anni del 1148.

Segesta

Grandioso ed in deserta solitudine, ai piedi del monte Barbero, a pochi chilometri da Calatafimi, in provincia di Trapani, sorge il **Tempio di Segesta**. Venne costruito (e mai terminato) nella seconda metà del secolo V a C. Le colonne misurano alla base m 1,95 di diametro e sono alte m 9,36. Costituisce il resto più importante dell'antica città di Segesta che, sorta circa 12 secoli a.C., ebbe il suo maggior splendore in epoca greca per decadere nel periodo normanno. La città sorgeva più in alto del tempio e precisamente nel luogo ove si ammirano tutt'ora i ruderi di un vasto teatro.

Selinunte

Fondata verso la fine del secolo VII a.C: sulle colline prossime allo sbocco del torrente Selinon, fu città fiorente e ricca. Inn continua lotta con segesta, la sua decadenza fu determinata dal saccheggio che subì da parte dei segestani alleati ai cartaginesi, nel 409 a.C.. La visita di Selinunte offre per importanza e per vastità una delle più importanti visioni archeologiche che si possono avere in Italia. Da vedere le grandiose rovine dei Templi sulla collina orientale; tra cui uno dei maggiori dell'antichità: lungo più di metri 113 le sue colonne misurano m 16,25 d'altezza, con un diametro massimo di m 3,41. Interessante l'Acropoli.

Erice

Sorge a m721 sul monte S. Giuliano ed è uno splendido belvedere su Trapani e sul mare in cui sorgono le ISole Egadi. Vi si vedono ancora le mura del tempio degli elimi, quando il luogo era sacro a Venere Ericina, adorata da tutte le popolazioni del Mediterraneo. Il Santuario che vi sorgeva era come il faro religioso, la mecca dei naviganti. il paese presenta l'impronta medioevale con le sue strade strette e col pavimento lastricato. Di pregevole importanza da vedere la MADre Chiesa, risalente al secolo XV, per quanto pressochè interamente rifatta nell'ottocento.

dr. Ferrantello

Buon Natale

- ricette facili o quasi -

Il Natale è il momento in cui le usanze riaffiorano specie se ci sono dei bambini. Sono proprio i piccini a fare in modo che gli adulti ricordino: si rifa' il Presepe e si prepara l'albero. L'alimentazione risveglia ricordi stimolando la memoria e quindi si preparano i piatti tradizionali, ogni regione, ogni città ne ha almeno uno ed ognuno ha la sua ricetta personale per prepararlo.

Questa volta però vi suggerisco due piatti molto delicati e completamente al di fuori della tradizione. Qualcuno mi accuserà ancora di proporre ricette difficili, ma io ripeto: la cucina è una dolce alchimia che si gusta già nella esecuzione.

Veniamo al dunque: Vellutata di porri con foie gras e Manzo farcito al patè.

Bene, l'acquolina è già salita in bocca? Allora procediamo per la Vellutata.

Tagliate a rondelle la parte bianca e quella verde più tenera di un chilo di porri e fatela insaporire in un tegame con olio e burro. Bagnatele con mezzo bicchiere di Marsala secco e lasciate evaporare. Salate, pepate, unite un po' di brodo e cuocete per circa 20 minuti. Frullate e tenete da parte. Sciogliete in una casseruola 40 g di burro e incorporatevi 40 g di farina 00, mescolate e fatela tostare senza che prenda colore. Diluite con 4 dl di brodo vegetale, aggiungete qualche stelo di prezzemolo, salate, pepate e lasciate cuocere per 20 minuti a fuoco molto basso. Fuori dal fuoco incorporate alla salsa il passato di porri e diluite con 3/4 di litro di brodo. Riportate sul fuoco e lasciate leggermente addensare. Togliete di nuovo la casseruola dal fuoco ed incorporate alla vellutata 2 tuori diluiti con 0.5 dl di panna da cucina. Rimettetela sul fuoco basso e fatela scaldare, mescolando senza che raggiunga l'ebollizione finché comincerà ad addensarsi. Eliminate il prezzemolo e distribuitela in 4 piatti. Scaldate molto bene una padella antiaderente e scottatevi dalle due parti le fettine (4 e piccole) di foie gras leggermente infarinate. Salatele, pepatele e aromatizzate con qualche goccia di aceto balsamico. Tostate in forno 4 triangoli di pan carré, completate ogni piatto con le fettine di foie gras e con il pane tostato, profumate con una macinata di pepe e servite con un bianco di carattere: Pinot del Collio.

Vai ora con il secondo.

Praticate in un pezzo da 1 Kg di noce di manzo 3 tagli profondi nel senso della lunghezza, in modo da ottenere 4 fette spesse che lascerete attaccate alla base. Spalmate ogni fetta con il patè di fegato (150 g in tutto) e introducete tra una e l'altra il prosciutto crudo (8 fette in tutto) e 50 g di pistacchi sgusciati. Richiudete l'arrosto pressandolo leggermente e legandolo ben stretto. Fatelo rosolare in una teglia con il burro ed erbe aromatiche, salatelo, pepatelo, bagnatelo con un bicchierino di rum che lascerete evaporare, quindi mettetelo in forno a 200° per 15 minuti. Abbassate il forno a 180° e continuate la cottura per un'ora abbondante bagnando di tanto in tanto l'arrosto con brodo caldo e il suo fondo di cottura.

Per il contorno sbucciate delle cipolline borettane e scottatele in acqua bollente per 10 minuti, lavate e mondate le carote e tagliatele a rondelle. Fate fondere del burro in una padella, unitevi le cipolline e le carote, mescolate e coprite con acqua bollente. Dopodiché aggiungete due cucchiaini di zucchero e due cucchiaini di aceto bianco, regolate di sale e pepe e fate cuocere a fuoco medio finché l'acqua si sarà consumata formando un sughetto denso e dorato.

Il vino da abbinare sarà un rosso aromatico come il Merlot del Collio.

Buon Natale a tutti e.....

alla prossima.

Marco Bassi



FOTO & FOTO

Corso Sempione, 20
BARBAIANA (MI)
Tel. 02/93257390

P IVA 05713760155

BARBAIANA

Oggetto: servizio sviluppo e stampa rulli fotografici.

con la presente Vi sottopongo la seguente offerta per i servizi qui di seguito elencati a favore dei Vostri dipendenti.

SVILUPPO E STAMPA RULLI FOTO E DIAPOSITIVE

- costo di 1 copia formato 10 x 15 L. 450
- costo sviluppo di 1 rullo L. 2.500
- per ogni rullo sviluppato e stampato in omaggio un album portafoto
- costo di 1 ristampa formato 10 x 15 L. 550
- sviluppo diapositive con intelaiatura e consegna in scatola apposita da 24 dia L. 5.000
da 36 dia L. 6.000

Il ritiro e la consegna dei rulli sarà a carico di Foto & Foto presso la Vostra sede.

ACQUISTO RULLI

- n. 1 rullo da 24 foto Kodak L. 4.700
- n. 1 rullo da 36 foto Kodak L. 5.700
- n. 1 rullo diapositive kodak da 36 L. 8.200

INGRANDIMENTI FOTO DA NEGATIVO

- formato 15 x 21 L. 1.000
- formato 18 x 24 L. 2.800
- formato 20 x 25 L. 3.000
- formato 20 x 30 L. 3.200
- formato 28 x 37 L. 5.000
- formato 35 x 50 L. 10.000
- formato 50 x 70 L. 15.000

Vi informo che tutto il materiale utilizzato per lo sviluppo e la stampa è "KODAK".

Siamo a Vs. completa disposizione per offrirvi ogni tipo di apparecchio fotografico, video, telecamere, proiettori, obiettivi, cavalletti, borse e accessori vari a costi sicuramente vantaggiosi. Inoltre realizziamo servizi fotografici per cerimonie e industriali.

In attesa di un Vs. cenno di riscontro, cogliamo l'occasione per porgere cordiali saluti.



FOTO & FOTO

Le convenzioni del CRAL

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 tessera, completata, darà diritto ad un buono di £ 50.000.

JUMPER Via Benzi 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, shearing, 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 Barbaissia 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. **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.

CENTRO FUR di M.RUSSO & C. snc. Via Capuana Rho Centro Rho Tel.02/9314392. Sconto del 10%

LIBANI ABBIGLIAMENTO Via Madonna 14 Rho Tel.02/9302802. Sconto del 10% sul Listino prezzi. Ulteriore 2% da conteggiarsi sul totale dell'anno. Riparazioni gratuite.

ACQUARI

DIAL Via Pessina 38 Soderzino 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 Cassino 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.

GRUPPO EMME S.r.l. Via Varese 72 Lissone tel 039/481754.

Sconto del 15% cucine compresi elettrodomestici. Sconto del 20% su librerie camerette armadi e camerette. Sconto del 25% su divani e salotti.

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.

AUTOFFICINE-ELETTRAUTO

MANTOAN ROBERTO Via cairolì 6/ Via Goito 4 Rho Tel.9306976.

Sconto del 10%.

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 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%.

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. Biciclettenuove M.T.B. sconto del 15%. Biciclette nuove sportive e viaggio sconto del 15%. Biciclette nuove e da corsa modelli Bianchi, Moer, Viner, De Rosa sconto del 10%. Accessori per bicicletta da corsa sconto dal 10% al 20%.

CINEMA

CINEMA ANTEO Via Milazzo 9 Tel. 02/6571093.

Biglietti a prezzo scontato, tessera Sound & Motion Pictures.

CIRCOLI RICREATIVI

ENARS-ISOLABELLA Via Poma' 19 Rho Tel.02/9307196. Sconto del 10% gioco biliardo.

COLORIFICI

GANDHI COLOR Centro commerciale di Mazzo di Rho Tel.02/93503926

Sconto del 10% base su tutta la merce.

COIFFEUR

PAOLO ROMAN Via C. Firenze 7 Tel.02/9309949.Sconto del 20%.

CONCESSIONARI

AUTORNORD Via Biringhella 76 Rho Tel.02/93503280-9306635

Peugeot 106 sconto 8%-Peugeot 205/309/405/605 sconto 10%

Peugeot 306 sconto 9%.

CORNICI

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

ELETTRODOMESTICI TV-HI-FI

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

COECO Centro Commerciale di Mazzo di Rho. Sconto 10% esclusa 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%.

FOTOGRAFO

TAMA - foto s.r.l. via G. giusti, 6 Bollate Tel. 3502313 - 3503460

Prezzi convenienti. Richiedere l'offerta prezzi ai responsabili del settore Cral.

FOTO-LAB s.n.c. Via Matteotti 78/ Via Dante 33 Rho Tel.93502976

Stampe colore: 10x15 £ 500,13x18 (bordo bianco)£ 600, 13x18 £ 700.

Ristampe colore £ 600.Sviluppo DIA £ 700.Ingrandimenti Sconto del 20%.

FOTO & FOTO Corso Sempione 20 Barbaiana tel. 02/93257390. Prezzi agevolati per sviluppo di foto, dia e ingrandimenti.

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

SELMO GIULIO V.le Marconi 64 Parabiago Tel. 0331/492035

Firestone sconto 22% tutta la gamma

Michelin " 18% MXU MXT Energt

Michelin " 20% classic

Kleber " 22% tutta la gamma

Pirelli " 20% tutta la gamma

ottomarche " 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

LAMPROGETTI 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 Gattinori 10 Vanzago Tel. 02/93548312

Sconto del 20% sull'acquisto di occhiali da vista.

OTTICA FOTORECORD di **RABOLINI** Via Madonna 38 Rho Tel. 02/9309572

Occhiali sconti dal 20 al 30%. Lenti a contatto e liquidi per lenti 25%. Barometri, termometri ecc. sconto del 20%. Sviluppo e stampe foto 25%.

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.

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 (FITV)

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 ROTAJA 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.