

Il Giornalino

trimestrale del Cral Azienda USSL 33
Settembre 1996 numero 11



BANCA SAN PAOLO DI BRESCIA.

DAL MESE DI DICEMBRE 1995

E' OPERATIVA LA FILIALE DI RHO,

IN PIAZZA DON MINZONI.

**BANCA SAN PAOLO
DI BRESCIA**

Una tradizione per il futuro

Sommario

Antiques Silvers	1
SOS Bonsai	5
Amici della Montagna	6
Compagni di viaggio	7
Intossicazione da Funghi	8
Raccontino	10
Excel 5.0	12
Internet	16
Poesia	18
Ancora Ricamo	19
Vedo.....Afoso	21
Raffreddore Comune	23
Divertimento e Cultura	25
Musica	27
Pensi di essere un Artista?	29
Bridge2	30
Palla a Centro Campo	34
Una Ricetta Insolita	35
Non Solo Gambe	36
Gruppo Pesca CRAL	37
Classifica	38
Programmi Corsi in Sede	39
Mercatino	40

Scrivere questo giornale e' costata fatica, dopo averlo letto passato ad un amico

LA REDAZIONE

DIRETTORE : ANGELO PASTORI

COMPOSIZIONE E STAMPA

FABRIZIO ARRIGO - MARCO BASSI - ADRIANA BERTOLA

NUNZIA CATANIA - ANSELMO MARTINI .

PIERANGELO PELLEGRINI

MARINELLA SCARAZZINI - ROSSETTI LUCIANO

ANTIQUES SILVERS

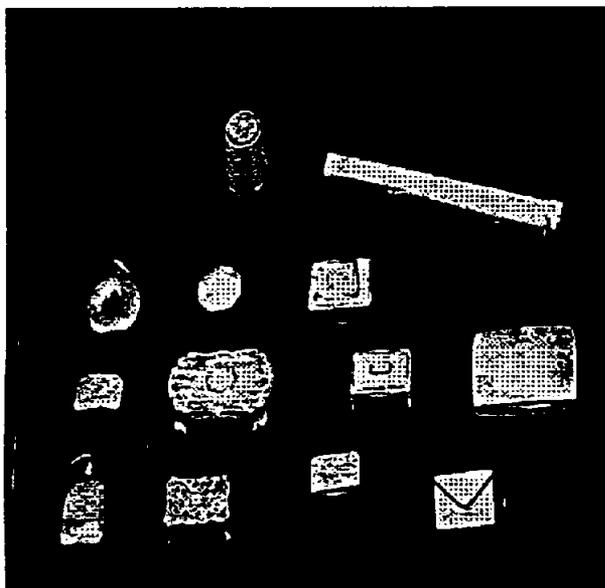
Gli appassionati di antiquariato sono notevolmente aumentati in questo decennio. La televisione, con la fioritura di programmi specializzati (e non !!) di aste per via etere, il moltiplicarsi all'eccesso di mercatini dell'antico regionali, rilassanti mete di escursioni domenicali e l'informazione della stampa, in particolare nelle rubriche dedicate all'arredamento, stimolano anche il profano a collocare un oggetto antico, sia un quadro, d'arredo o suppellettile, nella propria abitazione.

La passione antiquaria, oltre che all'amore per le cose belle del passato, è sempre alimentata dalla speranza d'imbattersi, un bel giorno, nell'occasione favolosa: il "pezzo" pregevole pagato poche lire. Purtroppo non a tutti capiterà di trovare un Van Gogh su di una bancarella e ben difficile sarà scoprire un Caravaggio tra le "croste" di una televendita. Eppure le scoperte che si possono fare non sono così infrequenti e l'occhio esperto può ancora individuare l'oggetto interessante, che merita una contrattazione, su di un bancone di cianfrusaglie. Il segreto consiste nell'eventualità che l'acquirente se ne intenda più del venditore ed è proprio il proliferare incontrollato di MERCANTI IMPROVVISATI, in questo senso, molto promettente per "cacciatori esperti ed avveduti".

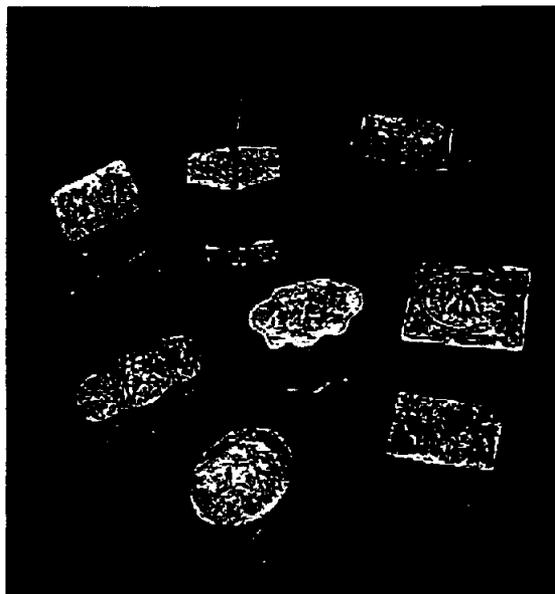
Per contro è certamente più frequente il rischio di imbattersi in una copia di esecuzione tarda od in un pezzo rimaneggiato ed abilmente camuffato per antico. Le repliche però si possono individuare osservando i punzoni, che, precisando l'epoca di fattura, isolano gli originali dalle copie in stile eseguiti in periodi successivi di seguito non . Più subdolo è l'accertamento su di un manufatto pasticciato e ricostruito mediante "matrimonio" con altri oggetti con l'intenzione, truffaldina, di far passare per antico ciò che non è ovvero di far credere che aspetto e sostanza dell'oggetto coincidano.

In questi casi solo il colpo d'occhio e l'analisi analitica dettata dall'esperienza possono essere di aiuto: infatti il trucco non è poi tanto facile da nascondere e chi ha mestiere finisce per scoprirlo. Lo rivelano, per esempio, le saldature anomale, la discordanza stilistica, la disarmonia d'insieme. Anche la fattura delle viti od il colpo di lima sul piede d'appoggio sono indicazioni preziose per smascherare una ricostruzione disinvolta.

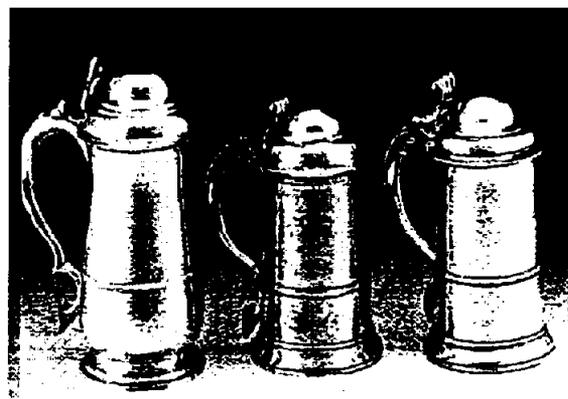
Tabacchiere, portasigarette, pezzi sciolti di servizi da tavola, scatole portapillole, servizi da toelette, brocche, occasionalmente teiere, zuccheriere, lattiere e piccoli boccali si trovano visitando ogni mercato. Alcune piazze offrono una scelta più qualificata ed impegnativa economicamente, sempre restando comunque nell'ambito dell'oggettistica del XIX e XX



secolo, con larga presenza di produzione inglese. (Foto 1-2-3).



E' infatti molto raro reperire in queste sedi manufatti più antichi ed il collezionismo serio e



motivato deve, purtroppo, battere le strade maestre dell'antiquariato e delle Case d'Asta, ove gli argenti presentati sono selezionati criticamente e classificati da esperti. (Foto 4-5). La causa della scarsità di tale materiale sta proprio nella peculiarità dei metalli preziosi ossia nella possibilità di fusione che essi presentano, pratica a cui il mondo antico è sempre ricorso ogni qualvolta



Foto 4

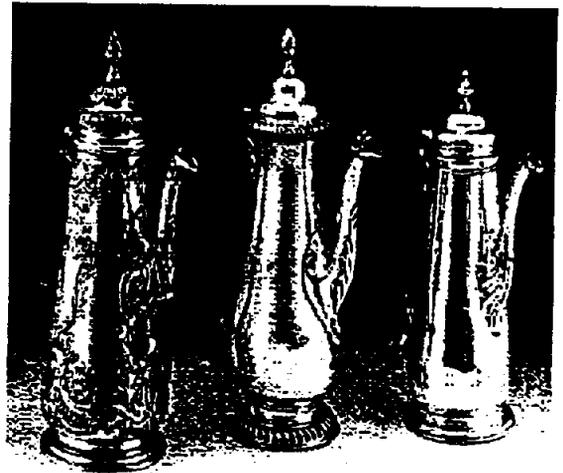


Foto 5

s'incorresse in periodi di crisi economica o bellici.

Ma il collezionismo non ha misure ed anche pochi pezzi selezionati, riuniti con passione sul modesto scaffale di una libreria, esprimono il senso profondo di una ricerca e meritano dunque la nostra considerazione. Collezionare argenti è certamente una scelta culturale, oltre che un piacere per un raffinato amatore d'arte. E l'investimento è sempre interessante: infatti una caffettiera georgiana che si poteva acquistare quindici anni fa per pochi milioni oggi la si vende quattro volte tanto.

Quindi lo scarto è considerevole, ma se l'acquisto viene ben guidato, con l'ausilio di un esperto, che esprima la sua valutazione ed il suo convincimento, i rischi di un'acquisto sbagliato sono grandemente ridimensionati.

L'importante è sapersi muovere con cautela antica, prudenza e GRANDE PAZIENZA nel decidere.

Dott. Claudio Gozzini

Medicina 2° Uomini

IdeAr[®]

Stefania Porrati

ARTICOLI DI OREFICERIA, GIOIELLERIA, OROLOGI.

Via Borromei, 9 - 20123 MILANO - Tel/fax 02 865799

S.O.S. BONSAI

Si avvicina l'inverno, e per i nostri amici bonsai, inizia un lungo periodo di stasi vegetativa. Per meglio superare il lungo inverno, dovremo preoccuparci di porli in situazioni climatiche ideali. La luce è uno dei tre fattori climatici (temperatura e umidità gli altri due) che determinano la crescita del bonsai, come del resto tutti i vegetali, essendo direttamente responsabile dell'accrescimento attraverso la sintesi clorofilliana, oltre a secondarie, ma non meno importanti funzioni quali la fioritura, germinazione La trasformazione della lingua grezza, avviene solo con la luce sotto forma di radiazione solare. Non tutta la radiazione solare serve per la fotosintesi, ma solo il 50%, che è poi quella luce visibile dall'occhio umano corrispondente ad una lunghezza d'onda compresa tra i 400 e 700 millimicron.

Oltre ad una lunghezza d'onda la radiazione ha un'altra caratteristica fisica importante: l'intensità luminosa, misurata in lux, può variare moltissimo nel corso del giorno e del passare delle stagioni. Il massimo d'intensità luminosa si ha col sole perpendicolare al suolo, quindi in estate e verso mezzogiorno. L'intensità luminosa ideale per i vegetali varia moltissimo, dai 500 lux ai 10-200.000 lux.

Vediamo ora quali sono le conseguenze di un' imperfetta esposizione all'intensità luminosa. Se la luce è troppo bassa (pochi lux): stasi e conseguente deperimento-ezionatura: foglie piccole e chiare germogli estenuati caduta delle foglie interne internodi molto accentuati con steli esili e poco lignificati nessuna formazione di gemme dormienti scarsa fertilità: pochi fiori e frutti caduta dei rami bassi Se la luce è troppo forte (troppi lux): stasi con possibilità di marciume radicale bruciatura delle foglie fotoinibizione: nessun processo fotosintetico fotorespirazione: formazione di CO₂ anche durante il giorno .E' indispensabile seguire perciò alcune precauzioni, per poter offrire al bonsai le migliori condizioni di luminosità ed attenuare gli effetti negativi della mancanza di luce. Per piante da interno si dovrà scegliere una posizione il più possibile vicino ad una finestra esposta a sud, evitando però i raggi solari diretti, soprattutto se filtrati attraverso il vetro. Per situazioni estreme può venire in aiuto l'uso di lampade che riproducono lo spettro luminoso necessario alle piante. Durante il periodo che va dalla primavera alla fine dell'estate, si potrà porre il bonsai all'aria aperta, sempre evitando i raggi solari diretti. Per le piante che vivono normalmente all'esterno, vi saranno meno problemi , a patto che la specie sia acclimatata. E' consigliabile nei mesi di giugno-luglio, di evitare il sole diretto del pomeriggio per tutte le varietà di bonsai, anche se da esterno.

Durante il periodo invernale i bonsai a foglia caduca potranno vivere benissimo anche con poca luce.

Dott. Giovanni Pistone

GRUPPO "AMICI DELLA MONTAGNA" SABATO 21 SETTEMBRE

FRA LE LEGGENDARIE PARETI NORD DELLA VAL BONDASCA
TRAVERSATA DAL RIF. SCIORA AL RIF. SASC FURA' PER "IL VIALE"

Il percorso è interamente in territorio svizzero; dopo la dogana di Castasegna si giunge a Bondo da cui si sale con ottima strada sterrata in val Bondasca fino al parcheggio auto (circa 15', obbligo di pagamento del pedaggio presso il negozio ristorante di Dino Salis). Dal parcheggio ci si incammina per il rifugio Sciora seguendo il sentiero quasi pianeggiante che porta alla biforcazione per il rifugio Sasc Fura' (cartello indicatore), si prosegue dritti fino a sbucare in un ampio pascolo su cui sorge il casolare di Laret (m. 1379). Tenendosi nei pressi dei costoni del versante sinistro della valle il sentiero prosegue in leggera salita (in parte tra i detriti del torrente) per poi volgere bruscamente a sinistra, innalzarsi in un rado bosco e piegare poi a destra raggiungendo il pascolo dell'alpe Naravedar (m. 1843).

Dopo un tratto ancora ripido il sentiero sale in diagonale verso destra fino al rifugio Sciora (m. 2118, ore 2 dal parcheggio).

Dal rifugio Sciora si sale leggermente obliquando verso la cresta dei Gemelli poi sotto la grandiosa parete Nord del Cengalo e si traversa per morena in leggera discesa; aggirato dal basso lo sperone roccioso che si protende dalla parete del Cengalo e scavalcando una morena ci si porta sul ghiacciaio del Cengalo che si attraversa nella sua parte inferiore.

Si continua ora in discesa puntando a quella bastionata rocciosa che rappresenta il proseguimento dello spigolo Nord del Badile.

La bastionata è incisa da una rampa obliqua da sinistra a destra detta "Il Vial"; si sale la rampa che presenta alcuni elementari passaggi di roccia e si raggiunge la sommità della bastionata (m. 2214). Si scende seguendo il sentiero marcato da ometti lungo la dorsale della bastionata fra magri pascoli, macigni, lastroni di granito e alla fine in un rado bosco, al rifugio Sasc Fura' (m. 1904, ore 3 dal rifugio Sciora). Da qui si scende rapidamente al parcheggio delle auto lungo un facile sentiero nel bosco (ore 1 dal rifugio Sasc Fura').

Dott. Morelli Alfredo
Centro Immunotrasfusionale

DISLIVELLO : teorico m. 900, effettivo m. 1100 circa.

TEMPO TOTALE : ore 6, soste escluse.

DIFFICOLTA' : E.E. (escursionisti esperti)

EQUIPAGGIAMENTO : superflua ogni attrezzatura; abbigliamento caldo per eventuale maltempo.

NECESSARIO DOCUMENTO NON SCADUTO PER L'ESPATRIO.

ISCRIZIONI ENTRO MERCOLEDI' 18/9 PRESSO ANGELO PASTORI (CT 2346)

COLAZIONE AL SACCO; ENTRAMBI I RIFUGI SARANNO APERTI.

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



COMPAGNI DI VIAGGIO

GIUNSE A CONOSCERE L'INNOCENZA ATTRAVERSO IL PECCATO
JAMES JOICE, alphabetical noebok

LA SPOSA AMERICANA DI MARIO SOLDATI

"La sposa americana" di Mario Soldati è come una lunga ininterrotta lirica per una donna amata troppo e amata male. L'amore indissolubile che a volte ci lega con una creatura sola implica la perdita della nostra libertà, e noi non ci sentiamo mai tanto innamorati di quella creatura come quando tendiamo, sapendo che è solo un tentativo, di liberarci di lei. In questo modo i tradimenti passeggeri sono dunque una forma infernale di fedeltà. Una storia della quale ognuno può ritrovare lunghi momenti in se stesso, detestati e rimpianti; scritta in una lingua inimitabile.

IL VECCHIO E IL MARE DI ERNEST HEMINGWAY.

Il vecchio e il mare è una storia semplice e tragica, stupendamente narrata, che porta il segno del capolavoro.

Un racconto a due personaggi: il pescatore Santiago che incarna la nobiltà e il coraggio del lottare umano, il gigantesco pesce spada simbolo della fierezza e della libertà della natura. Una lotta sconvolgente nello scenario della corrente del golfo che dura tre giorni e si conclude con la vittoria di Santiago: egli uccide l'animale riuscendo ad attraccarlo alla barca; ma, nello stesso tempo, è sconfitto perché i pescecani divoreranno la preda nonostante una disperata difesa. Un epilogo emblematico in cui riecheggiano antiche risonanze, il perpetuarsi della condizione del vincitore-sconfitto: per fuomo, ciò che conta è lo sforzo di affrontare il destino, e soltanto nella misura di questo sforzo egli può raggiungere la vittoria nella sconfitta.

Dott. Giovanni Pistone
Pronto Soccorso



Intossicazione da Funghi

Dal punto di vista operativo è utile per il Tossicologo e/o per il Medico del Pronto Soccorso riconoscere alcuni sintomi clinici che guidano nell'orientamento diagnostico e nella prima terapia d'urgenza (raccolgere una buona anamnesi) è il primo passo verso una classificazione dell'eventuale intossicazione. Si consiglia nell'eventuale o sospetta intossicazione di cercare eventuali residui di funghi nella pattumiera, avvisare gli altri commensali anche se asintomatici (se si sospetta una intossicazione). L'esame Micologico fatto accuratamente da uno specialista su residui di funghi cotti e/o crudi ed eventuali esami biochimici confermeranno in un secondo tempo la diagnosi e di conseguenza la terapia più adeguata.

Alcune delle sindromi che più si riscontrano nelle intossicazioni da funghi sono: **Sindrome gastroenterica**

A) di breve incubazione, circa 6 ore dopo l'ingestione.

B) a lunga incubazione superiore alle 6 ore

BREVE INCUBAZIONE da vomito, diarrea anche profusa che insorge dopo 6 ore dall'ingestione del fungo. L'andamento è comunque benigno, al di fuori dei sintomi gastroenterici non vi è danno d'organo, a meno che la disidratazione non sia così importante da avere squilibri idroelettrolitici.

Il quadro gastroenterico si risolve abbastanza rapidamente, l'intervento terapeutico si propone in una decontaminazione gastroenterica (Gastrolusi) e /o carbone vegetale attivato in polvere, ed una adeguata reidratazione. I funghi che possono sostenere questo quadro, sono in primo luogo, funghi eduli mal conservati, compresi gli stessi porcini se non più freschi, e i funghi non eduli a bassa tossicità. La cottura può variamente influenzare la tossicità del fungo, talora inattivando a seconda della specie fungina la sostanza responsabile del quadro tossico.

A LUNGA INCUBAZIONE: possono sostenere un quadro gastroenterico a lunga latenza, mediamente 8/12 ore dopo l'ingestione, ma anche oltre, sono potenzialmente da ritenere letali. Appartengono alla famiglia dell'Amanita,

(AMANITA PHALLOIDE, VIROSA, VERNA, e in secondo luogo alcune piccole LEPIOTE e GALLERINE. Tutti questi funghi contengono amatossine responsabili del quadro tossico

(per un'adulto, 20 g di fungo fresco, di questa specie è mortale). Tutte le persone che diventano sintomatiche con quadro gastroenterico insorto a distanza di almeno 8/10 ore dall'ingestione di funghi non controllati da un esperto micologo, devono ritenersi fortemente sospetti per intossicazione da amatossine, e come tali trattati da subito senza attendere il risultato del micologo. Si giunge alla diagnosi di intossicazione acuta eseguendo alcuni esami, quali, la ricerca di amanitina nelle urine (Amanitina Urinaria) e con aspirato gastrico per la ricerca di eventuali Spore. Il quadro clinico del paziente non correttamente trattato procede rapidamente verso l'insufficienza epatica, con il crollo dei fattori della coagulazione, acidosi metabolica, insufficienza cerebrale. E talora insufficienza renale acuta. L'esito è rapidamente infausto. La terapia consiste in: gastrolusi, carbone vegetale x os o per sondino nasogastrico che viene mantenuto per 5 giorni.

Iperidratazione per almeno 3/4 giorni.

SINDROME NEUROTOSSICA COLINERGICA (S. MUSCARINICA)

E'caratterizzata dalla rapida insorgenza (da 30' a 1 ora dall'ingestione di funghi tossici, i sintomi che si possono avere sono : nausea, vomito, diarrea sudorazione, miosi, visione offuscata,diplopia, bradicardia, e talora ipotensione, in genere questa sindrome evolve rapidamente ed in genere è benigna il trattamento è la solita gastrolusi, in caso di vomito e/o diarrea utile la reidratazione.

Riassumendo : quando si vanno a raccogliere funghi, prima di consumarli, se non si conoscono e /o se non siete sicuri, farli controllare da un esperto micologo, non raccogliere funghi che non si conoscono, non prendere funghi da sconosciuti specialmente se cotti. Un consiglio

tenere un pezzetto di fungo crudo da parte, prima di cucinarli per un'eventuale identificazione della specie, non cucinare più qualità di fughi assieme, basta un piccolo pezzetto di fungo tossico per rovinare tutti gli altri e quindi di trovarvi in una situazione poco piacevole.

Infermieri del P.S



RACCONTINO

UN INCONTRO MANCATO

Sulla lunga banchina del porto, Mill pensò:

"Non ti pare che tutto questo ti potrebbe fare contento?".

Si guardava intorno e vedeva nebbie e fumi.

Un incrociatore stava uscendo in mare aperto, un carico di casse imprecisato (forse caffè) stava per essere ultimato sulla nave vicino alla quale aveva fermato la sua Studebaker. Naturalmente il suo pensiero non si riferiva al luogo in cui si trovava, ma piuttosto a due cose che avevano occupato quasi interamente la sua mente nell'ultimo mese: la rapina alla City Bank, che poi tutto sommato era andata bene, e la Signora Jane O'Brian che aveva visto solo quattro o cinque volte ma che aveva già capito si sarebbe fermata per un po' nel suo cuore.

"Non c'è motivo di sentirsi così". Pensò.

Eppure avvertiva un misto di nausea e un saporaccio amaro in bocca, ma, soprattutto, mentre di solito non sapeva di avere un organo che si chiamava stomaco, era come più consapevole di averlo, lo sentiva, lo avvertiva e non era affatto gradevole.

"Saranno tutti gli whiskies di ieri sera". Pensò.

Certo. Aveva bevuto molto, ma nessuno lo avrebbe detto vedendolo uscire dal "Piggies". Era lì che aveva ballato con lei: Jane. L'aveva vista seduta vicino ad un grassone fasciata in un lungo vestito rosa, ed i loro sguardi si erano incrociati.

Lei non aveva propriamente sorriso ma ... aveva trattenuto il suo sguardo un attimo in più su di lui come se il lento movimento di distacco degli occhi da lui fosse difficile.

Mill non aveva voluto pensarci troppo: per lui era un segnale, e non era il primo.

Dieci minuti dopo la invitava a ballare un lento valzer: lei prima di alzarsi aveva guardato il grassone, come per avere un assenso, ma quando aveva visto che era troppo intento ad addentare la coscia di tacchino che aveva nel piatto, aveva accettato l'invito senza più esitare.

Anche lei aveva notato Mill qualche tempo prima e aveva deciso che le piaceva: quel ciuffo nero sulla fronte, le mani forti, la bassa statura e l'cedere dondolante l'avevano colpita.

Quando ballando sentì il calore della sua mano sulla schiena, lasciata generosamente nuda dal vestito rosa, ebbe come un brivido, ma lasciò tremare solo gli occhi.

"Mi piaci", le disse Mill, perentorio.

Jane non sapeva cosa rispondere al tono protervo della voce di Mill, ma la sua voce era gradevole.

Lasciò che la musica finisse, poi salutò e si diresse al suo posto vicino al grassone.

Intanto non aveva detto no ad un invito di Mill di rivedersi la sera successiva sempre al "Piggies" ma stavolta senza il grassone.

Mill restò tutta la sera e bevve molto.

Ora sulla banchina camminava in attesa dell'appuntamento con Jane.

Era esaltato dall'idea: sentiva al solo pensarci un brivido che partiva dall'alluce e arrivava su fino ai capelli. Che strano! Dopo questi pensieri gli era passato tutto: il malumore, la nausea e il resto. Si sentiva forte. Forte e bello. Era veramente contento e orgoglioso di sè. Era un vero gangster. Fu un attimo. Non ebbe il tempo per mettere insieme nemmeno un pensiero. Un megafono gridò con la voce gracchiante: "Fermo dove sei Mill! sono il tenente Morrison del V distretto. Ci sono almeno cento fucili dei miei uomini puntati su di te!". Mill non si mosse, non tentò ovviamente di estrarre la pistola, cosa che avrebbe avuto come risultato una raffica di colpi contro di lui. Alzò lentamente le mani e nel girarsi mise un piede su un punto sconnesso del selciato cosa che gli fece quasi perdere l'equilibrio data anche la tensione del momento. Malauguratamente questo falso movimento fece premere il grilletto al poliziotto Marshall. Partì un secco e unico colpo. Mill colpito in pieno petto si ritrovò a terra. Non gridò, ma il dolore era stato tremendo. Capì subito che sarebbe morto. Il tenente arrivò di corsa vicino a lui in tempo per sentire le sue ultime parole: "Morrison ... Jane". Poi chiuse gli occhi e ad occhi chiusi rivide il vestito rosa della signorina O'Brian. Il tenente in quel momento pensò che anche la fine di un gangster è la fine di un uomo. Poi iniziò a preparare il rapporto scritto sull'accaduto. Jane non fu avvertita e al "Piggies" quella sera mandò cento accidenti a Mill e mille a sè stessa.

Dott. Enrico Varrani
Unità Operativa di Psichiatria



EXCEL 5.0

I fogli di calcolo o spreadsheet, rappresentano senza dubbio una delle categorie di software più utilizzate da tutti gli utenti. Tra i motivi più importanti di questo successo dobbiamo sicuramente annoverare l'estrema versatilità di tali prodotti.

Un foglio di calcolo, infatti, può essere usato in maniera elementare per organizzare delle semplici tabelle riassuntive (grazie alla possibilità di effettuare automaticamente somme o percentuali) oppure, in un modo molto più sofisticato, per realizzare complessi scenari di simulazione.

Spesso, poi, un foglio di calcolo viene anche impiegato come database o nella preparazione di grafici (Business Graphics).

DEVE AVERE QUALCOSA PER TUTTI

Per poter essere un prodotto di successo, quindi, un foglio di calcolo deve essere potente e dotato di molte funzioni analitiche (per accontentare i "power user"), ma anche capace di realizzare compiti semplici con un minimo di operazioni, per andare incontro alle esigenze della maggioranza degli utilizzatori.

Il "foglio ideale", inoltre, dovrebbe essere semplice da usare (per rendere i principianti immediatamente operativi), ma consentire anche ai più esperti l'uso di scorciatoie per le operazioni più comuni. Con la versione 5.0 di Excel Microsoft ha portato al suo massimo grado questa filosofia di "soddisfazione di esigenze opposte", realizzando un pacchetto che tutti sono in grado di utilizzare operativamente in tempi brevissimi.

UN AMBIENTE QUASI FAMILIARE

L'installazione di Excel 5.0 è estremamente facile: basta infatti lanciare il programma di Setup e seguire le istruzioni presentate a video.

Il programma d'installazione offre diverse opzioni, dall'installazione completa (che

richiede circa 20 Megabyte sul disco rigido) all'installazione su misura, che consente all'utente di specificare i moduli di programma desiderati.

Esiste anche una opzione di minima, particolarmente adatta all'installazione su computer portatili.

Una volta terminata l'installazione, chiunque abbia esperienza della versione 4.0 di questo programma, sia essa per Windows o per Macintosh, si troverà abbastanza a proprio agio in Excel 5.0.

La struttura generale del programma, infatti, con menù a tendina e bottoni è simile. La differenza principale tra le due versioni termini operativi è rappresentata dal fatto che il "documento" principale con cui lavora Excel 5.0 è rappresentato dal "workbook".

Il workbook può essere considerato dall'utente come un raccoglitore le cui schede sono costituite da tabelle, grafici, macro, programmi eccetera. Come un vero raccoglitore, il workbook può essere sfogliato passando da un documento all'altro con un semplice click del mouse.

FUNZIONI MOLTO SOFISTICATE

Come abbiamo detto Excel 5.0 possiede una serie di possibilità operative tali da soddisfare anche l'utente più esigente. Un workbook, ad esempio, può essere salvato con tutta una serie di informazioni e commenti oltre al nome (autore, data, parole chiave) e queste informazioni possono essere utilizzate per il reperimento dei file voluti.

E' quindi possibile, facendo uso di questa funzione, identificare, ad esempio, tutti i file creati da Mario Rossi e modificati prima o dopo una certa data, funzione utilissima ora che i dischi rigidi possono contenere centinaia di megabyte d'informazioni.

Uno dei principi fondamentali che hanno ispirato la realizzazione di Excel 5.0 è rappresentato dalla volontà di automatizzare il più possibile le operazioni di "routine" del lavoro con un foglio di calcolo, lasciando in tal modo l'utente più libero di concentrarsi sulle analisi e le relazioni tra i dati. A livello

di inserimento dati, per esempio, è possibile utilizzare la funzione di Autoriempimento, che consente di riempire automaticamente le celle di una serie, specificandone semplicemente i criteri. Digitando, ad esempio, "lunedì" nella prima cella e "martedì" nella seconda sarà il programma stesso, se lo si desidera, a inserire "mercoledì", "giovedì" e così via nelle celle successive.

Per gli utenti più avanzati è anche possibile specificare i criteri delle sequenze che devono essere utilizzate dal comando di Autoriempimento (Autoriempimento personalizzato).

Molto utile è anche la possibilità di creare un workbook a misura delle proprie esigenze e di salvarlo come "modello", da cui potranno poi essere ottenute copie di lavoro "vuote" da riempire con i propri dati. Tra le altre operazioni che possono essere automatizzate vi sono inoltre la formattazione del foglio e la creazione di subtotali. Durante l'esecuzione di queste operazioni "in automatico" il programma mostra un notevole grado di "intelligenza", chiedendo l'intervento dell'utente solamente quando è "nel dubbio".

Excel 5.0 possiede anche tutta una serie di funzioni che consentono di analizzare nell'insieme grosse quantità di dati senza disperdere la propria attenzione nei dettagli.

Per esaminare immediatamente un sottoinsieme dei propri dati, infatti, è possibile utilizzare la funzione di filtro automatico, mentre è possibile, tramite un'altra funzione, "consolidare" automaticamente i propri dati oppure preparare rapidamente dei report (Autooutline) decidendo quali informazioni mantenere e quali tralasciare.

Un'altra caratteristica peculiare di questo programma è costituita dalle "tabelle pivot". Una tabella pivot è essenzialmente una tabella interattiva che riassume grandi quantità di dati utilizzando funzioni e calcoli riassuntivi specificati dall'utilizzatore. Questo tipo di tabella è chiamata pivot, perché quest'ultima può idealmente ruotare

consentendo all'utente diversi punti di vista sui dati che sta esaminando. Questo approccio multidimensionale all'esame dei dati è senza dubbio del tutto innovativo e, agli inizi, può risultare un po' sconcertante.

L'utilizzo di una tabella pivot, però, una volta appreso, consente realmente l'esecuzione di analisi anche molto sofisticate e creare visualizzazioni dinamiche dei propri dati.

Excel 5.0 offre anche tutta una serie di strumenti per gestire in maniera più tradizionale scenari variabili e problemi del tipo "what...if", anche con variabili multiple.

Anche in questo caso la filosofia alla base del prodotto è quella di lasciare l'utilizzatore libero di occuparsi dell'analisi dei propri dati, automatizzando al massimo le operazioni di routine

GRAFICA (E TESTI) MIGLIORATI

Un altro settore in cui Excel 5.0 è stato notevolmente migliorato rispetto alle versioni precedenti è quello della grafica. In questa versione è infatti possibile mescolare all'interno della stessa cella testi di colori e formati differenti, mentre uno stesso foglio, all'interno di un workbook, può contenere testo, tabelle, grafici e disegni.

Notevole il miglioramento in termini di possibilità operative anche a livello di business Graphics vera e propria. Il programma offre infatti una "galleria" di grafici largamente ampliata, con parecchie opzioni tridimensionali.

In Excel 5.0, inoltre, alcuni tipi di grafici non rappresentano solo degli strumenti di visualizzazione, ma anche di analisi. E' infatti possibile far aggiungere automaticamente al programma barre di errore e curve di regressione. Come in tutte le versioni di Excel, qualsiasi elemento che compone un grafico (testo, legenda, pattern, colori, eccetera) può essere modificato secondo i desideri dell'utente.

Per gli incontentabili, infine, Excel 5.0 offre la possibilità di modificare l'aspetto del programma e l'area di lavoro arrivando fino

al punto di poter creare, se lo si desidera, i propri bottoni.

ASSISTENZA A TUTTI I LIVELLI

Se si possiede un po' di esperienza è abbastanza facile realizzare un foglio di calcolo "a prova di principiante", in cui l'utilizzatore venga guidato passo dopo passo fino al compimento dell'operazione voluta. Risulta però molto più difficile far sì che questa semplicità d'uso non vada a scapito della rapidità, una volta che chi usa il programma sia diventato un po' più esperto.

A questo riguardo Excel 5.0 offre, grazie anche all'ambiente Windows, il miglior compromesso disponibile, offrendo a ciascun utente, se richiesto, un aiuto di livello adeguato. Il programma dispone innanzitutto di un help on-line "sensibile al contesto", che costituisce nel suo insieme un vero e proprio manuale cartaceo, consente ricerche per parole chiave e per argomenti.

Excel 5.0 non dimentica anche tutti gli utenti abilissimi a usare 1-2-3- Lotus o multiplan e che sono ora restii a passare a un programma più moderno per timore di perdere troppo tempo a imparare le nuove procedure.

In un'apposita sezione dell'help, infatti, è possibile cercare direttamente il comando Lotus o Multiplan voluto e ottenere immediatamente la sua "traduzione".

In Excel 5.0, come in tutti i programmi sotto Windows, tutte le operazioni possono essere eseguite attraverso il solito sistema che fa uso di menù gerarchici a tendina. Le operazioni più comuni, però, come Salva, Taglia e Incolla, Stampa, Formatta e così via, possono essere portate a termine anche clickando una serie di bottoni posti sulla parte superiore dello schermo. Nel caso non ci si ricordi quale sia la funzione del bottone basta trascinare il cursore sopra il bottone stesso per vedere apparire un fumetto con una breve spiegazione del comando associato. Un modo abbastanza simpatico (e discreto) per migliorare le proprie capacità operative è rappresentato da Tip Wizard (il mago dei consigli). Se la lampadina

raffigurata su un apposito bottone diventa gialla, infatti, ciò significa che Tip Wizard ha un consiglio da dare su come svolgere più rapidamente l'operazione in corso. Se si desidera sapere di che cosa si tratti basta clickare il bottone, oppure è possibile ignorare il cambiamento di colore della lampadina e continuare a lavorare.

Tip Wizard, comunque, mantiene in memoria tutti i consigli forniti dall'inizio della sessione, letti oppure no. E' quindi possibile, a lavoro terminato, rivedere criticamente quello che si è fatto alla luce dei pareri espressi da questo aiutante elettronico. L'approccio Tip Wizard è stato utilizzato per fornire agli utenti anche un modo per ottenere rapidamente un risultato di buona qualità. Excel 5.0 prevede anche un Function Wizard e un Chart Wizard, che, come dice il nome stesso, hanno la funzione di aiutare l'utilizzatore a creare in pochi passi formule e grafici complessi. Una volta attivato, ciascuno di questi "maghetti" chiede all'utente solamente le cose che deve sapere per ottenere il risultato voluto, prendendo automaticamente tutte le altre decisioni necessarie. La serie di passi seguita dal Wizard, ovviamente, può sempre essere riesaminata e modificata dall'utilizzatore. Sempre nell'ottica di mettere l'utente in condizione di utilizzare immediatamente anche le funzionalità più complesse, Excel 5.0 dispone addirittura di un Pivot Table Wizard, studiato per realizzare in pochi secondi tabelle riassuntive dettagliate.

ATTREZZI PER TUTTE LE ESIGENZE

Per poter essere sempre al passo con i tempi un foglio di calcolo che si rispetti deve essere "personalizzabile", cioè adattabile e configurabile in base alle caratteristiche dell'uso a cui viene adibito. Per questo motivo, oltre che per poter aggiungere facilmente al pacchetto nuove potenzialità operative che dovessero rendersi disponibili in futuro, Excel 5.0 prevede la possibilità di installare dei moduli aggiuntivi (add-ins).

Chi debba gestire grandi quantità di numeri, per esempio, troverà molto utile l'Analysis Toolpack, con numerose funzioni statistiche e d'ingegneria, l'analista di mercato, invece, installerà probabilmente il Report Manager e il Solver, studiati appositamente per la realizzazione e la gestione di scenari complessi. Il "masticatore dei dati", dal canto suo, troverà indispensabile il modulo ODBC (Open Database Connectivity) per importare dati da fonti esterne o il Microsoft Query Add-in.

Chi adopera Excel 5.0 per generare grafici da utilizzare per presentazioni, infine, troverà nello SlideShow delle funzionalità sino ad ora riservate ai pacchetti dedicati esclusivamente alla business graphics.

UN SISTEMA APERTO

Come abbiamo già visto Excel 5.0 rappresenta senza alcun dubbio un "sistema aperto", in quanto è in grado di gestire dati provenienti da diverse fonti. Il programma risulta però "aperto" anche perché chi lo utilizza può adattare il pacchetto alle proprie esigenze fino a un livello di personalizzazione piuttosto alto, soprattutto nella realizzazione di applicazioni specifiche. Si possono infatti realizzare macro in diversi modi. Il modo più facile è, ovviamente, quello di "registrare" quello che si sta facendo e poi di "riprodurlo"; operazione in questo ambiente estremamente semplice. A un livello più complesso è possibile, per l'utente avanzato, scrivere le proprie macro, utilizzando una versione del "vecchio" linguaggio di Excel adattata alle nuove potenzialità possedute dal nuovo programma. Anche in questo caso il compito è reso il più semplice possibile dalla presenza di tutta una serie di strumenti e funzioni di controllo, auditing e debugging. Il livello più alto di controllo, infine, è offerto da Visual Basic Application Edition dotato, oltre che delle solite strutture di controllo, di una serie di comandi e di istruzioni orientate a gestire le funzioni del pacchetto. Da queste brevi note, assolutamente insufficienti a esaurire le

potenzialità offerte dal pacchetto, emerge chiaramente come Excel 5.0 sia un "ambiente di lavoro" capace di soddisfare le esigenze di chiunque abbia bisogno di un foglio di calcolo per risolvere qualsiasi tipo di problema a qualunque livello di complessità in maniera semplice.

Carlo Broccato

INTERNET (5)

Il futuro prossimo di Internet.

La rapidità con cui si succedono gli eventi sulla rete Internet è tale che qualunque previsione apparentemente esagerata è spesso superata dai fatti.

Non è dunque avventato affermare che, fra pochi anni, quanto è servito per costruire la rete diventerà una piattaforma unica (privati, aziende, Università, Istituti di ricerca) che potenzierà, accomunerà e sfrutterà tutti i mezzi di comunicazione (computer, telefono, TV, radio).

Un primo passo in questo senso è **Intranet**, una rete che si sta espandendo nelle aziende e che, basandosi sui principi della rete Internet, uniforma e allarga le possibilità di interconnessione (ottimizzando la posta elettronica), la raccolta di informazioni utili a settori operativi specifici e la creazione di un **sito proprio** (allo scopo di migliorare ed allargare la propria comunicazione verso l'esterno, sfruttando i vantaggi della pagina HTML: linguaggio comune, applicazioni comuni).

Alla fine di agosto è stata ultimata la versione 3.0 di **Netscape Navigator** che sfrutta la nuova filosofia di uso del software: non più un inutile accumulo di applicazioni sul proprio computer (che occupano spazio e non sono sfruttate appieno), ma "piccole applicazioni" chiamate "**applets**", integrate nelle pagine Web che permettono, ad esempio, di vedere filmati, sentire suoni, definire oggetti tridimensionali senza possedere il programma completo.

Queste piccole applicazioni sono state studiate appositamente per l'uso in rete, vengono gestite automaticamente dal navigator e sono in linea.

La gestione delle **mail** e delle **news** è stata perfezionata al punto da rendere inutili "programmi dedicati".

Attualmente queste innovazioni sono presenti, funzionanti e facili da ottenere; l'unico "freno" è la parte fisica della linea telefonica più diffusa, e cioè il doppio filo che arriva nelle nostre case. La velocità di trasmissione dei dati, specie quelli più complessi per video e suono-voce, migliorerà soltanto con linee particolari (Telecom: linee ISDN) o con il cablaggio (tecnologia digitale a fibre ottiche che sostituiscono il "filo di rame") delle città (i progetti sono attualmente in fase di definizione o di iniziale attuazione).

Costruire una propria Home Page.

Mi limiterò a poche cose pratiche, basandomi sull'esperienza personale.

Ho usato una applicazione (**Internet Assistant 2.0**) disponibile gratuitamente su Internet al sito della Microsoft (il file si preleva con un programma FTP, e si autoinstalla), preparata per i possessori di Word 7.

Presso il proprio Provider si acquista un indirizzo di pagina Web (si ha a disposizione di solito circa un Mb per i files): il prezzo si aggira sulle 100.000 lire una tantum. In alternativa ci sono siti (es.: Geocities) che danno gratuitamente questa possibilità (richiedendo soltanto l'attesa di un indirizzo libero, un aggiornamento mensile della pagina e un piccolo angolo dove pubblicizzare la loro home page).

Il resto (la parte creativa e fondamentale) è legato a cosa si vuole dire e a chi lo si vuol far sapere:

- 1) **cosa si vuole dire**: è la prima decisione e la più importante; sul Web si incontra di tutto, dalla notizia utile e aggiornata alla sciocchezza più incredibile;
- 2) **come dirlo**: in genere è bene preparare più pagine, collegate fra loro, di dimensioni non eccessive, a vantaggio della velocità di comparsa sullo schermo.
Si prepara una prima pagina che serva da indice abbellita, se si vuole, da qualche immagine (non voluminosa) e da sfondi e caratteri grafici gradevoli. Si possono alternare notizie personali, notizie utili e qualcosa di curioso (all'inizio ogni espediente è valido per attirare l'attenzione). Si possono mettere in linea fotografie, tabelle, suoni, dati personali e links ad altre pagine;
- 3) **come costruire la home page**: Internet Assistant (e programmi analoghi) evita lo studio dei ponderosi libri sul linguaggio HTML. In pratica si scrive la pagina come un normale documento Word, e poi si dà il comando al programma di salvare il file con l'estensione ".htm" (tag, convenzioni e links verranno automaticamente configurati).
Lanciando Netscape (anche senza collegarsi a Internet) si ha la possibilità di vedere l'aspetto della pagina, e quindi di apportare le eventuali modifiche.
- 4) **come sapere quante persone leggono la pagina**: si può inserire nella pagina principale un **contatore**, che ha la funzione di registrare quante volte un utente del Web l'ha visitata. Inoltre, se si lascia un link al proprio indirizzo E-mail, il lettore può mandare un commento e un giudizio tramite la posta elettronica;
- 5) **come far sapere che si ha una propria pagina sul Web**: anche se non si vuole, in breve tempo i principali motori di ricerca (Yahoo, Altavista, Webcrawler, Lycos ecc.) vengono informati dal provider. Dunque basterà battere il proprio nome su uno di questi motori di ricerca mondiali, e si potrà vedere listato indirizzo e collegamento alla propria pagina (questa possibilità è a disposizione di qualunque dei milioni di individui collegati alla rete).
Qualcosa di più sistematico si ottiene inviando i dati della propria home page agli appositi siti, indicando anche gli argomenti trattati e le keyword.

In pratica in poche settimane il mondo saprà che ci siete, cosa fate e cosa volete (con tutti i lati positivi e negativi della faccenda)!

dott. Angelo Amboldi

Poesia

Riproponendo questa poesia vogliamo ricordare uno dei primi collaboratori del nostro notiziario, Giovanni Ferrario, recentemente scomparso.

Fu scritta in occasione della rifondazione del nostro Cral e pubblicata nel numero zero del nostro notiziario stampato nel Febbraio 1994.

Questa scelta vuole essere un omaggio ad un collaboratore e socio dimostratosi sempre disponibile a sostenere tutte le attività proposte dal nostro Cral.

ALCRAL DEL'USPEDAL

In lui del 93, a l'era un martedì
quand i grad eran trentacinc, sin truà in quater o cinc
un barbisa, un pagnun, un pelà e un terun
eran lì a ciciarà e un que cos duevan inventà
e po vun, a ghe salta in ment
de fa un quei cos per i dipendent
salta su al pagnun, cià, fasem la squadra del balun
la va ben no, al dis al pelà
fasem un quei cos d'interesà
ta ghe resun, al dis al terun
fasem in sci, al dis al barbisa pugià al pal
fundem per tuti al noster CRAL
e in cor, sem tucc d'acord.
Po va de chi e de là
van in gir a cuntratà
e cun la faccia che un quei vun al ga'
al ries a scuntà anca su un cugià
chi i rob, al par che vaghen ben
per tuti i dipendent
alura, a ghe de ciapà una decisiun
ma si, fasem desmila per l'iscrisiun
e i dipendent, curen subit in sescent
dal barbisa o dal pelà e dal terun
un bel desmila an purtà
e cusì al CRAL l'è sta funda.

Giuan Ferrari
Acetasiun



ANCORA RICAMO.....

Qualcuno di voi, avendo visto lo scorso numero de "il giornalino (del nostro cral) saprà già della scorsa esperienza del gruppo di ricamo, che si è conclusa nel giugno scorso dopo tre mesi di lavoro edivertimento.

La nostra intenzione è di proseguire quell'esperienza e, se possibile, migliorarla, pensando così di fare cosa gradita a tutte le interessate che, per ragioni di giorno o di impegni, hanno dovuto rinunciare a partecipare. Ma non solo. Vorremmo anche accontentare chi, pur avendo partecipato, vuole approfondire una tecnica piuttosto che alcuni punti particolari.

Con la disponibilità della nostra signora Letizia, che ci ha introdotto all'arte del ricamo, vorremmo proporre incontri brevi - due o tre pomeriggi - ognuno su un tema, una tecnica o l'insegnamento di alcuni punti, di modo che ognuno possa scegliere quello che trova più interessante, più comodo e anche piùeconomico.

I temi più gettonati finora risultano:

*le astuzie per migliorare la tecnica del punto croce (tre incontri)

*la tecnica del punto intaglio (tre o quattro incontri)

* Tutti i punti e le tecniche del ricamo su tessuto sfilato (tre incontri)

* I punti base del ricamo su tela (tre o Quattro incontri)

* Le tecniche per la preparazione dei tessuti (uno o due incontri)

Il gruppo potrà ritrovarsi sempre nel soggiorno dell'ex convitto, al secondo piano dell'ospedale di Passirana, con orario e giorni da concordare a seconda delle disponibilità e della partecipazione.

Ogni gruppo di incontri potrà essere avviato solo raggiungendo un minimo di cinque partecipanti.

Il costo dipenderà ovviamente dal numero di incontri e dalla difficoltà della tecnica trattata, ma si aggirerà intorno alle 30.000 lire a persona per ogni incontro, della durata di due ore.

In attesa di ritrovarci numerose, per qualunque informazione potete contattarmi presso il distretto di Arese al numero 935.83.190.

Rossana di Silvio



CENTRO STUDI PSICOPEDAGOGIA e DIDATTICA

Direzione: Via P. Sarpi, 26 - 20154 Milano - Tel. (02) 33610822 (Ferrovie Nord: fermata Bullona - Tram 12 e 14)
Segreteria Didattiche: Via P. Sarpi, 26 - 20154 Milano - Tel. (02) 33602707 - Bus 61 - MM2: Garibaldi - Moscova - Lanza)
Viale Lucania, 30 - 20139 Milano - Tel. (02) 55210850 - (MM3 - Corvetto - Brenta)
Via Fante d'Italia, 15-17 - 20037 Paderno Dugnano - Tel./Fax (02) 99041276 (Ferrovie Nord)

ISCRIZIONI PER L'ANNO SCOLASTICO 1996/97 Corsi di qualifica professionale e di maturità in un anno scolastico

Corsi di:

- **ASSISTENTI PER COMUNITÀ INFANTILI**
(Maturità Professionale Psicopedagogica)
- **DIRIGENTI DI COMUNITÀ**
- **LICEO PSICOPEDAGOGICO**
- **ISTITUTO E SCUOLA MAGISTRALE**

Sezioni:

- **UNIVERSITARIA**
(Preparazione esami universitari - Test ammissione università)
- **LEZIONI DI RECUPERO** di ogni ordine e grado
- **LINGUISTICA - INFORMATICA**

La maturità è valida per l'accesso ad ogni facoltà universitaria e per l'impiego con punteggio preferenziale presso Asili Nido, Comunità Infantili, U.S.S.L. etc

Inoltre i corsi:

- Sono correlati da dispense preparate dagli stessi insegnanti
- Metodi di insegnamento individualizzati
- Agevolazioni per studenti lavoratori
- Orari **DIURNI, POMERIDIANI, SERALI** e secondo le esigenze lavorative degli allievi

Con la convenzione tramite il C.R.A.L. ai DIPENDENTI del Comune di MILANO ed ai loro familiari, viene praticato uno sconto del 20% sulla tassa di iscrizione

PRECORSI GRATUITI PER GLI ISCRITTI

Per informazioni telefonare ai seguenti numeri:
(02) 33602707 / 33610822 / 55210850 / 99041276
Informazioni dirette (0337) 315381



Il nostro lavoro ci porta quotidianamente in contatto con una moltitudine di persone: alcune di queste ci pongono delle domande per avere dei chiarimenti sullo stato di salute dei loro occhi, sugli sviluppi della scienza medica.

Domande più che legittime, spesso formulate con espressioni curiose, bizzarre, alcune volte divertenti.

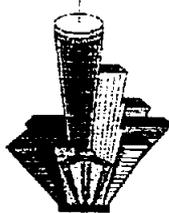
Così, nei meandri dei nostri ambulatori, è nata una raccolta di questi modi di dire, di queste involontarie invenzioni linguistiche.

Lungi dal nostro animo qualsiasi intento di derisione nei confronti di chi queste frasi ha pronunciato, poiché è per noi fondamentale il principio espresso dal grande Ennio Flaiano:

"La situazione è grave, ma non c'è niente di serio".

**BUONGIORNO SIGNORA,
MI DICA !**

- Quando vado a Napoli vedo bene, quando sono a Milano, no !



**CHE MALATTIE HA FATTO
NELLA SUA VITA ?**

- Mi lasci pensare ...
Per la verità niente di particolare, a parte dei tremendi attacchi di forfora !



**ALLORA: LA PRENOTO
PER L'INTERVENTO ?**

- Sì, ma si ricordi che io c'ho due play - maker !



**IL BAMBINO E' NATO
A TERMINE ?**

- No. E' nato a Isernia !



**SA, DOTTORE, MIO PADRE
C'HA BISOGNO DEGLI
OCCHIALI PERCHE' SULLA
PATENTE HA IL DIRITTO
DI PORTARLI !**



**COMUNQUE CI VEDO UN
POCO MALUCCIO.**

- PER FORTUNA CHE HO
TANTI ALTRI SENSI !



Dr. Bongiorno Paolo
Oculistica

RAFFREDDORE COMUNE

Il raffreddore comune è un'infezione acuta, autolimitante, caratterizzata da congestione nasale e/o rinorrea frequentemente accompagnati da starnuti, faringodinia e tosse secca. Questa infezione interessa tutti i tipi di popolazione umana, tutti i gruppi di età, tutte le aree geografiche ed è più frequente in inverno che non in estate nei paesi a clima temperato.

Il periodo di incubazione del raffreddore varia, da 1 a 14 giorni secondo il virus in causa. La fase acuta dura 2 a 4 giorni, con una durata totale media di circa 8 giorni. La guarigione completa è la regola. Circa 1 adulto su 200 può sviluppare come complicanza una sinusite acuta di origine batterica. Tra i bambini è possibile l'insorgenza di otite media.

MANIFESTAZIONI CLINICHE

Sintomi: L'esordio del raffreddore è caratterizzato da sensazione di secchezza delle fauci, si avrà quindi comparsa di starnutazione, congestione nasale e rinorrea. possono essere inoltre presenti modesta cefalea e accessi di tosse secca; in alcuni casi vengono riferiti irritazione congiuntivale, dolore toracico, brivido, malessere, mialgie, anoressia, dolore addominale, vomito e diarrea.

Segni: L'esame obiettivo evidenzia in modo chiaro la congestione nasale e/o la rinorrea; la mucosa potrà apparire iperemica o pallida ed edematosa. A volte sarà possibile evidenziare un modesto arrossamento della faringe ed una modesta linfoadenopatia latero cervicale anteriore.

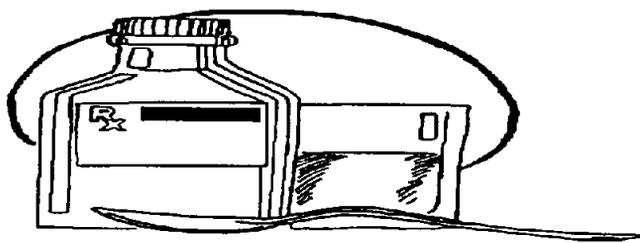
Circa il 20-30% dei pazienti potrà presentare febbre (di solito inferiore ai 38.5 C). **Piano terapeutico:** La terapia del raffreddore comune dovrebbe limitarsi al trattamento dei sintomi più fastidiosi. È opportuno consigliare al paziente un'adeguata

dieta alimentare ed un'abbondante ingestione di liquidi. La febbre con una temperatura superiore ai 38 C ed un'eventuale intensa cefalea possono essere trattati con ac.acetil-salicilico (aspirina) o paracetamolo (tachipirina).La congestione nasale può essere attenuata con l'uso di decongestionanti. L'uso di questi ultimi farmaci è sconsigliato nei pazienti con malattie cardiovascolari (possibile aumento della pressione arteriosa e della frequenza cardiaca).In ogni caso e' opportuno raccomandare un utilizzo appropriato di questi farmaci rispettando le dosi ed i tempi d'assunzione; la durata di questo trattamento non deve, comunque, superare i 4-5 giorni(possibilità di congestione nasale iatrogena).La faringodinia può essere attenuata per mezzo di frequenti gargarismi con acqua tiepida e sale(mezzo cucchiaino di sale in mezzo bicchiere di acqua).Educazione del paziente :E' opportuno chiarire al paziente che e'affetto dal comune raffreddore che tale patologia è benigna che solitamente non dura più di 2-4 giorni anche se a volte alcuni sintomi possono durare più a lungo, che la malattia è causata da un virus, facendo notare in modo particolare che gli antibiotici non hanno alcuna efficacia contro questi microrganismi.I meccanismi di difesa antivirale ,comuni alla maggior parte degli individui, sono sufficienti a garantire una completa guarigione. L'obiettivo della terapia sarà perciò quello di attenuare i sintomi più fastidiosi e prevenire le rare complicanze.

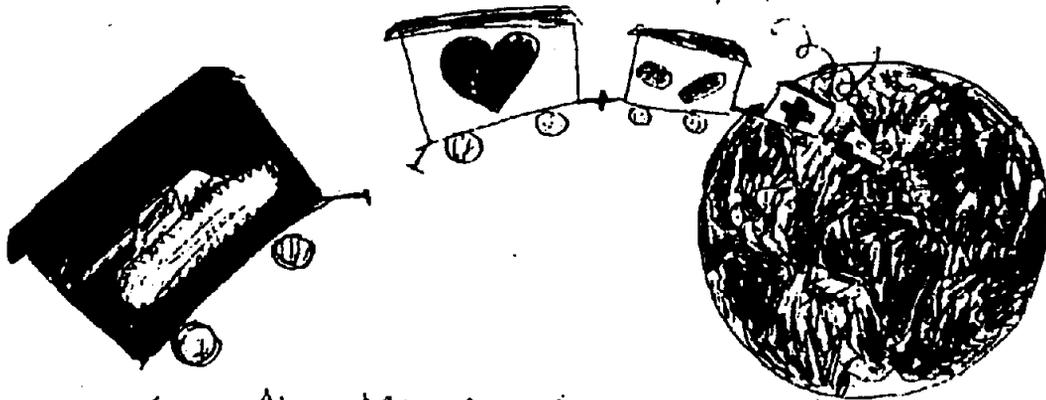
I pazienti dovranno essere informati del fatto che hanno acquisito l'infezione da un'altra persona e che, a loro volta, potranno trasmetterla ad altri individui.L'utilizzo rigoroso di fazzoletti di carta per rimuovere le secrezioni nasali, la loro sollecita eliminazione negli opportuni contenitori, ed il frequente lavaggio delle mani possono ridurre ulteriormente le probabilità di diffusione della malattia.

DOCT. CRESPI

MEDICINA I



UN TRENO PER LA PACE



un vagone in meno per la guerra



"Beati costruttori di pace" - Via Marsilio di Padova, 2 - 35139 PADOVA - Tel./Fax 049.663882



La guerra è un crimine. La passività è peggio della violenza.

Luigino 19/5



Spett.le

C.R.A.L. - USSL 33

di RHO

2017 RHO

Una grazie di cuore a ciascuno di Voi per il contributo di 400.000- votati alla us. Associazione On- benifca "San Carlo", aderenti e volontari che lavorano attivamente per i progetti di pace in Bosnia.

Saluti cari

BEATI COSTRUTTORI DI PACE

[Handwritten signature]

Divertimento e Cultura gita a Martigny (Svizzera)

Il 21 settembre abbiamo previsto una gita culturale tra le più interessanti tra quelle finora organizzate dal nostro CRAL. L'amore dell'arte questa volta ci porta in Svizzera, a Martigny, splendida cittadina ai piedi del Monte Bianco di origini romane, circondata da terrazze e vigneti, che sorge presso la confluenza del fiume Drance nel Rodano. Martigny conserva numerose vestigia del suo passato: resti di insediamenti romani e vari reperti, la maggior parte dei quali è conservata in un compatto edificio in cemento armato a vista, sede della *Fondation Pierre Gianadda*, meta del nostro viaggio. Questa Fondazione ospita infatti un *Museo Archeologico Gallo-Romano* inaugurato nel 1979 dopo la scoperta, avvenuta nel 1976, di un tempio dedicato al dio Mercurio, che ha raccolto numerosi reperti provenienti da scavi effettuati anche a Martigny e dintorni: monete, stele funerarie, offerte votive, terrecotte, armi, fibbie e gioielli. Particolare importanza assumono grandi bronzi, scoperti nel 1983, tra i quali una testa di toro tricorne.

Sempre all'interno della Fondazione nel sotterraneo, il "*Museo dell'Automobile*" presenta una cinquantina di vecchie automobili costruite dal 1897 al 1939 (Rolls Royce "Silver Ghost", Mercedes SSK, Hispano-Suiza, Bugatti "Royal" e la Delaunay-Belleville appartenuta allo zar Nicola II°) e una serie di autovetture di fabbricazione svizzera (Pic Pic, Sigma, Turicum, Fischer). Tutti i veicoli, alcuni dei quali sono modelli unici al mondo, sono perfettamente funzionanti.

Se questo non bastasse, il giardino attorno all'edificio, ricco di grandi alberi e di fontane, oltre ad altre vestigie gallo-romane (mura, terme), ospita un'*Esposizione permanente di sculture* di Rodin, Brancusi, Mirò, Dubuffet, Moore, Arp, Alicia Penalba.

È dunque evidente che basterebbe tutta questa "ricchezza" per giustificare la nostra visita alla "Fondazione Gianadda", ma l'obiettivo principale, che ci ha spinto fortemente ad organizzare il viaggio è stata la presenza in una galleria della Fondazione di una mostra dedicata a *Edouard Manet*. L'esposizione (5 giugno - 11 novembre 1996) è il seguito logico di una precedente mostra, recentemente dedicata nella stessa sede a Degas. Si tratta della prima esposizione in Svizzera, consacrata a Manet (1832-1883), uno dei più grandi pittori francesi del XIX° secolo. Manet può giustamente essere considerato il fondatore della pittura moderna. Oltre a essere un grande maestro di ritratti, di composizioni di figure e di paesaggi, egli è insuperabile nella rappresentazione delle nature morte, dei fiori e dei frutti. Tutti gli aspetti del suo

genio sono illustrati in questa retrospettiva che raggruppa un centinaio di lavori (pitture, acquarelli, disegni) provenienti da importanti musei e collezioni private d'Europa, degli Stati Uniti, d'America Latina, d'Australia e dal Giappone. I quadri sono distribuiti nel tempo a coprire praticamente tutto l'itinerario del maestro impressionista. Si parte dal piccolo olio raffigurante *Dante e Virgilio all'inferno* del 1854 per poi ammirare, anno dopo anno, i lavori che segnano le varie tappe della sua produzione: tra le opere di maggior fascino: *L'amazzone*, *la Baigneuse au bord de la Seine*, *La serveuse de bocks*, *Un coin du jardin de Bellevue*. (Per chi lo desidera un catalogo bilingue (francese-inglese) del costo di 38 franchi svizzeri riproduce a colori tutte le opere esposte.)

MARINO RITA
Distretto di Lainate

MUSICA

Un ascolto "non tecnico", non da "addetti ai lavori", della musica classica - quello, intendiamoci, di una buona parte di noi, assolutamente indipendente dalla capacità di leggere ed interpretare uno spartito musicale, influenzato semmai da una diversa sensibilità individuale, dalla frequenza e costanza dell'ascolto, dalla maggiore o minore capacità di concentrazione e partecipazione - e' in grado di provocare reazioni diverse in relazione al tipo di "corde" che vengono fatte vibrare. E' difficile sostenere che la musica in se' possa avere un significato particolare, un univoco riferimento ambientale o psicologico. La composizione musicale, lo spartito, nella sua apparente meccanicità è "assolutamente oggettiva" e quindi "interpretabile", ma proprio per questo "assolutamente soggettiva", cioè espressione unica ed irripetibile di un moto dell'anima dell'autore e poi dell'esecutore e per cio'stesso non condivisibile. Esiste naturalmente la musica concepita con dichiarati intenti didascalici e descrittivi, addirittura commissionata per uno scopo o per una circostanza ben definiti. Potrà' essere comunque gradevole, ma, secondo il mio sentire, il suo valore è quello di una fotografia a campo fisso e con unico ingrandimento, confrontata con una serie di immagini dello stesso soggetto fatte da diversi artisti, con diversi obiettivi, prospettive, attenzione ai particolari, magari con diversi filtri e differenti pellicole. Proviamo a tenere presente questa piccola premessa, forse un po' tortuosa e un po' troppo personale, quando torniamo all'ascolto della musica nel modo più semplice, quello delle libere associazioni tra la melodia e ciò che essa riesce ad evocare. Un'immediata relazione tra suono ed immagine ci appare ad esempio nell'opera di IAN SIBELIUS (1865-1957). Autore finlandese, è, insieme ad Grieg, il più conosciuto musicista dell'Europa del Nord. Il suo stile è assai suggestivo e caratterizzato da una straordinaria sensibilità evocativa della natura del suo paese, vera e probabilmente unica fonte di ispirazione, certamente lontana dalle motivazioni nazionalistiche che molti vollero a tutti i costi attribuirgli (vedete che la premessa salta subito fuori!). I suoi maggiori interessi furono rivolti a due generi classici come la sinfonia (ne compose 7) ed il poema sinfonico, nei quali (ecco di nuovo la premessa noiosa) seppe raggiungere un giusto equilibrio formale e stilistico. La Finlandia è luogo di grandi laghi, fiumi e boschi; un paesaggio a volte aspro, comunque fatto di forti contrasti. Lasciatevi allora guidare dalle note della seconda e della terza

sinfonia, dal primo movimento della quinta, dai poemi Finlandia e il Cigno di Tuonela : le immagini vi passeranno davanti agli occhi e non vi sarà difficile percepire la forza del vento o l'irruenza di un torrente in piena così come una sensazione di riverente timore di fronte alla misteriosa potenza di una natura comunque non ostile. Sibelius è musicista assai frequentato e quindi sono numerose le buone edizioni discografiche delle sue opere. Tra tutte, ma anche qui vale il discorso della sensibilità individuale, ricorderei le incisioni di Von Karajan con i Berliner (sinfonie e poemi, cupo, vagamente crepuscolare, passionalità che si percepisce, ma che sembra rimaner sospesa), di Bernstein con i Wiener (sinfonie, travolgente, coinvolgente), di N.Jaarvj con la Gotheborg Symph. Orch. o la Scottish Symph. Orch. (sinfonie e poemi, direttore nordico, maggiore luminosità, maggiore attenzione alle radici popolari di quella musica, forse minore passione). Per qualche addetto ai lavori ricordo infine l'opera completa per pianoforte, 8 CD comprendenti anche le trascrizioni di alcuni poemi sinfonici, eseguita da E.Tavasstijerna, pianista figlio di un grande amico dell'autore, edita dalla piccola casa svedese BIS. Singolare ed affascinante come anche in queste composizioni, alcune delle quali più dichiaratamente ispirate a motivi folkloristici

locali, si riescano a ritrovare in tutta la loro pienezza e capacità evocatrice gli stessi temi delle maggiori composizioni orchestrali.

Avrei potuto fermarmi qui, ma proprio oggi (27 agosto) è stata data comunicazione che il costo dei CD sarà portato a 40.000 lire. Questo è in effetti il prezzo di vendita da tempo stabilito in molti paesi europei, ma ciò non toglie che si tratti di un brutto colpo per tutti quelli che vogliono continuare a "consumare" musica. Speriamo, e sarò particolarmente attento a questo nei nostri prossimi incontri, nelle edizioni economiche, comprese quelle in vendita in edicola :spesso ci riservano gradite sorprese.

Dott. Enrico Tavani

Anatonia Patologica

PENSI DI ESSERE UN ARTISTA?

(e anche se pensi di non esserlo ma ti piacerebbe diventarlo)

Rispondi a questo test

1. E' Natale . Devi fare tanti regali e ai pochi soldi, come ti comporti?
 - a) mi ammalo dal 23/12 all'8/1 di un morbo fortemente contagioso che mi obbliga a stare rintanato in casa per tutto il tempo.
 - b) aspetto i saldi e compro uno stock di tovaglie di colori diversi.
 - c) frequento un corso di attività artistiche, tra i tanti proposti dal CRAL dell' U.S.S.L n° 33 .
2. Ti invitano inaspettatamente ad una festa di compleanno di una amica. Cosa fai?
 - a) Riciclo un regalo che avevo in casa.
 - b) Esco di casa, entro nel primo negozio e le compro un profumo, ma non essendomi consultata con gli altri amici, scopro di essere la terza persona che ha comprato lo stesso regalo.
 - c) Frequento un corso di attività, tra i tanti proposti dal C.R.A.L dell' U.S.S.L. n° 33
3. Nasce prematuramente la tua prima nipotina. Cosa le regali?
 - a) Le porto una scatola di cioccolatini, ma non avendo i denti se li mangia tutti il papà
 - b) Le compro la 25° tutina.
 - c) Frequento un corso di attività artistiche, tra i tanti proposti dal C.R.A.L
4. Tra 3 mesi ti sposi. Le bomboniere che hai visto in vetrina sono davvero troppo costose. Cosa fai?
 - a) Rinuncio al matrimonio.
 - b) Mi accontento di comprare dei miseri sacchetti di finta alcantara
 - c) Frequento un corso di attività artistiche, tra i tanti proposti dal C.R.A.L.

Punteggio

- Se hai totalizzato più A sei davvero un taccagno, un tirchio, un pidocchione. Cerca di rivedere al più presto il tuo comportamento e ricordati che..... i soldi non danno la felicità.
- Se hai totalizzato più B sei davvero poco creativo, diremo quasi amorfo. Leggi nel profilo C nel quale ci sarà la risposta del tuo problema .
- Se hai totalizzato più C sei una persona molto originale. Sicuramente hai intenzione di frequentare uno dei tanti corsi proposti dal C.R.A.L. , e per questo riuscirai a fare nella vita tutto, e ancora di più.

Ma a parte gli scherzi e le battute, in OTTOBRE inizieranno i corsi di :

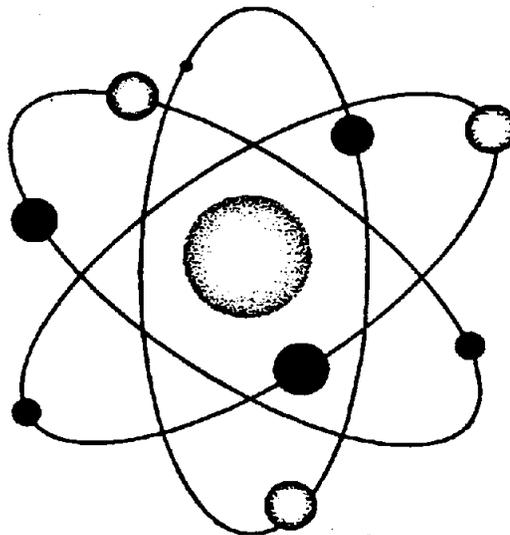
Sculptura in pasta e sale, Cartotecnica, Pittura su stoffa e seta, Stencil, Composizione di fiori secchi .

Iscrivetevi presto, presto, presto, presto, pres....., non costa tanto ed il risultato è garantito .



93560977 Annalisa Verna Neuropsichiatria infantile

IL DIRETTIVO INDICE UN CONCORSO PER TUTTI I SOCI CHE, DISEGNANDO A MANO O CON PERSONAL COMPUTER O CON COMPOSIZIONI FOTOGRAFICHE VOGLIONO PROPORRE UNO STEMMA PER IL NOSTRO CRAL, (I COLORI SOCIALI SONO: GRIGIO, BLU E ROSSO). CHI FOSSE INTERESSATO A PARTECIPARE PUO' INVIARE IL PROPRIO DISEGNO A ANGELO PASTORI c/o EMOTECA ALLEGANDO IL MODULO DI PARTECIPAZIONE SOTTO RIPORTATO.



COGNOME

NOME

REPARTO IN CUI SI PRESTA SERVIZIO

RECAPITO TELEFONICO

NUMERO DI OPERE PRESENTATE

NUMERO TESSERA CRAL

SPECIFICARE SE ESEGUITE A MANO, CON COMPUTER, FOTOCOMPOSIZIONE O ALTRO

DATA

FIRMA

Bridge 2

Il corso di bridge per principianti, mantenuto nella sede privata del Circolo ENAL(OTTO), ha proseguito con cadenza settimanale le sedute didattiche con frequenti episodi di contestazione e di insubordinazione nei confronti del docente!!!

Sia ben chiaro che tali manifestazioni si sono verificate esclusivamente al tavolo verde e nello svolgimento della pratica bridgistica, forse per il caldo opprimente di giugno che avrebbe ulteriormente aggravato lo stato disordine mentale dei proseliti superstiti o forse per gli strali malefici inviatici a ripetizione da parte di alcuni partecipanti che avevano rapidamente abbandonato il corso alle prime difficoltà per non aver ancora ritrovato l'equilibrio psichico smarrito durante le prime confusionarie lezioni.

Le cronache bridgistiche riferiscono che il "Dario" in preda alle sue elucubrazioni licitative (ma che dico?) raramente riesce a trovare la dichiarazione più semplice e più utile per il compagno con il sistema naturale, mentre ha ulteriormente accentuato l'aggressività che caratterizzava il suo stile di gioco all'inizio del corso che ha provocato "bagni" terribili negli avversari (vero Roberto?), per cui e per le

incertezze licitative descritte, al bellissimo soprannome di “u liono” aggiungerei il termine volgare con cui il ragazzino napoletano definisce l’animale più feroce del leone.

Devo inoltre riferire che la “biondina”, di nome Franca, si è resa protagonista di una smazzata memorabile.

In Sud, con l’approvazione del maestro, ha difeso il contratto di 6 ♥.

Questa era la smazzata:

NORD

♣ K 10 9 8 4 2

♦ K

♥ K 9 7 5

♠ 9 6

EST

♣ J 7 6 3

♦ A J 10 9 8 3

♥ 10

♠ Q 2

♣ 5

♦ Q 7 6 5

♥ Q 4 3 2

♠ J 8 7

♣ A Q

♦ 4

♥ A J 8 6

♠ A K 10 5 4 3

OVEST

SUD

L'attacco vantaggioso di ovest avvenne con ♣5 per il 10 di Nord, il J di Est e l'Asso di Sud, che fece presa. In mano Franca proseguì con J♥ per la donna di Ovest, Re di Nord e dieci di Est. In presa al morto (Nord) la dichiarante giocò il 5♥ per il 3♦ di Est e il 6♥ di che fece presa, seguendo Ovest con il 2♥.

Poi A♠, K♠ e 10♠ per il J♠ di Ovest e il taglio di 9♥ di Nord che fece presa.

Successivamente 7♥ dal morto (Nord) e presa in mano (Sud) con A♥, Ovest seguì con 3♥.

In mano Franca giocò il suo ultimo atout 8♥, seguendo Ovest con 4♥, per la eliminazione di ogni atout avversario (Regola ferrea per il principiante).

In presa in Sud la dichiarante giocò infine le carte affrancate di picche per prime e quelle di cuori per seconde ottenendo tutte le tredici prese!!!

Agli avversari non riscì nemmeno la presa di Asso di quadri ben capeggiato.

Ancora un breve cenno all'”ingessato” della mano sinistra di nome Riccardo, che ha proseguito il corso solo con la mano destra e che è stato positivamente operato presso il C.T.O. .

Inoltre, anche se ci è tanto mancato, formuliamo i più sinceri auguri di ogni bene e felicità al novello sposo del nostro gruppo e alla sua splendida metà e meta.

Viene infine presentato un problema bridgistico (il “colpo di Vienna”, mano famosa giocata nel lontano 1863 dal più bravo ma non noto giocatore austriaco del tempo del quale, però, non è noto il nome) per l’autoverifica dell’apprendimento dei principianti e per stimolare altri graditi interessati.

NORD

♣ A K Q 3
 ♦ A Q 7 6 4 3
 ♥ 2
 ♠ A Q

♣ J 10 9
 ♦ K 9
 ♥ 8 4
 ♠ 9 8 7 5 4 2

OVEST

EST

♣ 8 6 5
 ♦ J 10 8
 ♥ 10 9 7 6 5
 ♠ K 6

♣ 7 4 2
 ♦ 5 2
 ♥ A K Q J 3
 ♠ J 10 3

SUD

Il contratto è 7 senza atout.

L’attacco è di Fante di fiori, di Ovest naturalmente.

Buon divertimento!

Maurizio Cogno

DALLA A CENTRO CAMPO ... PER L'ULTIMA VOLTA.

Salve calciofilii !!

Inizia la nuova stagione sportiva; in serie A sono arrivati puntuali i primi verdetti della Coppa Italia che hanno confermato le indicazioni del precampionato. Juventus, Milan e Inter saranno protagoniste sicuramente a cui, secondo il mio personale parere, si affiancheranno Fiorentina e Parma arricchite da acquisti nuovi e validi.

Vedo un gradino sotto (ahimè un altro campionato di sofferenza) le Romane che hanno problemi difficilmente risolvibili in tempi brevi.

Speriamo che si faccia chiarezza sul fronte federale e quindi sulla Nazionale Italiana che necessita di navigare in acque tranquille.

Le stesse acque in cui naviga la squadra dell'ospedale di Rho, fin troppo tranquille. Tutto è iniziato secondo prassi: allenamenti quasi deserti.

Ragazzi, questo è l'ultimo campionato che si gioca sul glorioso campo del Passirana, onoriamolo con passione e grinta ! Ricordiamoci di tutti i giocatori del passato che hanno calcato quel terreno e cerchiamo di imitare la loro forza d'animo. Carlos-Bi Paleari Bellingeri (in tempi remoti) Magistrelli, Borali Pizzo Rossetti (sono i primi nomi che mi vengono in mente) e sopra tutti Angelo Colombo, che tutti noi ricordiamo con emozione e affetto, hanno scritto la storia; cerchiamo di prolungarla nel presente almeno per quest'ultima annata. Non ho, volutamente, citato tra i giocatori del passato Paolo Pacilli perché fino alla fine speriamo in un suo ripensamento sull'abbandono per tornare così a lottare insieme. E' difficile e triste immaginare un campionato senza averlo vicino; senza spronarlo nei momenti di difficoltà (anche se spesso era uno sprone violento ma sempre dettato dall'affetto) per poi vedergli inventare goal impossibili e determinanti. Non voglio cadere in una malinconica commemorazione perché questo è un sentimento che si prova guardando indietro mentre io spero che ci sia ancora un futuro con lui (anche a costo di fargli tirare i rigori) per poi smettere insieme (smettere ... insomma proprio no ... diciamo limitarci a ritmi più consoni all'età). Comunque prima di tutti i singoli viene la squadra e la squadra c'è, è viva !!. Avanti cerchiamo tutti di rimboccarci le maniche)o meglio i calzettoni) e ripartiamo a dispetto degli avvoltoi che aspettano una nostra fine, una fine che speriamo si protragga il più possibile anche senza di noi.

A presto e partecipate di più tutti.

GRAZIE



Dott. Angelo Cetta
Odontologia

Un'insolita ricetta

Quest'estate tornando dalle mie vacanze ho avuto l'avventura di fermarmi in una Regione francese dove tutto ispira alla buona tavola e al buon bere. il Perigord.

Dopo aver gironzolato da una cantina all'altra cercando il miglior Monbazillac, ed avendolo trovato a mio giudizio presso la tenuta di Madame Reinard a Pomport, chiesi dove avrei potuto gustare un buon piatto inaffiato dal valido vino della zona. Un vigneron, lerggendo forse nei miei occhi la voglia di novità e la curiosità di nuovi abbinamenti, mi indicò una bastide, casa privata ove è possibile consumare dei pasti a volte sublimi, ove avrei sicuramente trovato cose inusuali e gustose. Lo ringraziai con cortesia, ma poi avrei voluto ritrovarlo per ringraziarlo di nuovo tanto ho gustato con gioia quel piatto tanto fantastico quanto semplice che mi fu servito inaffiato da un vino, il Monbazillac Grand Reserve, che mi affrettai poi a comandare per poterlo gustare anche a casa sorsggiandolo con l'anatra o con quei formaggi stagionati che si trovanoo solo dopo laboriose ricerche.

Che cosa mi è stato servito vi chiederete che tanto a colpito il mio palato?

Petti d'anatra al miele o meglio " magret de canarde au miel ". Se continuerete a legere di seguito vi svelerò come preparare questa pietanza .

Procuratevi dei petti d'anatra ed incidetene la pella, pepateli e spalmateli con 2 cucchiaina di miele sciolto in poco aceto. Sbollentate in acqua salata del cavolo rosso e dell'indivia tagliati a striscioline e conditeli con poco aceto. Rosolate nel burrpo delle cipolline conditele con sale pepe e un cucchiaino di miele e portatele a cottura.

Versate in una pirofila un poco di acqua, ponetevi una griglia , appoggiatevi sopra i petti d'anatra con la pelle rivolta verso l'alto e passateli sotto il grill ben caldo cucendoli 7 minuti da quella parte e 3 dall'altra.

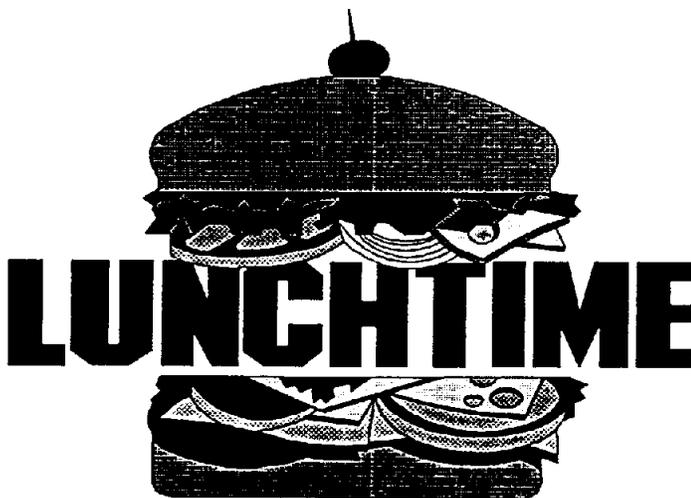
In una casseruolina di rame stagnato scaldate 2 cucchiaini di olio con un cucchiaino di aceto, sale e pepe, unitevi poi fuori dal fuoco il cavolo e l'indivia.

Affettate con un coltello molto affilato tagliando fette alte mezzo centimetro un poco di traverso i petti d'anatra disponeteli su un piatto di portata caldo e guarniteli con il cavolo, l'indivia e le cipolline.

Un piccolo segreto confidatomi dalla cuoca che mi preparò tale leccornia è quello di usare aceto di mele, miele di acacia e olio di noci.

Alla prossima

Marco Bassi



NON SOLO GAMBE

Ebbene sì, il nostro CRAL annovera, tra le sue molteplici attività sociali e gruppi sportivi anche una SQUADRA DI CALCIO FEMMINILE.

Grazie al sostegno economico e morale questo gruppo di impavide ha partecipato per la prima volta al torneo UISP OKLAHOMA. Vi chiederete sicuramente, com'è andata???

Ma .. se si volesse trarre una valutazione dalla posizione ottenuta nella classifica finale ... ossia 5° su cinque squadre partecipanti si penserebbe ad una disfatta.

Ma non è stato così. Dico questo non perché ne sono l'allenatore, ma bensì tenendo in considerazione i dati di fatto rilevati, ossia che le nostre ragazze hanno per la prima volta partecipato ad un torneo, ancora prive di caratteristiche indispensabili come l'esperienza, furbizia gioco tattico, insomma !!

Nonostante tutto, hanno espresso un buon calcio, contrapponendosi con grinta e caparbia contro squadre che il calcio "lo masticano da anni", mentre le nostre ragazze si allenano assieme solo da 3-4 mesi. Non riporto i risultati dei quattro incontri, ma bensì ciò che più conta: i commenti positivi da parte degli arbitri e dirigenti dell' Oklahoma che all'unanimità hanno voluto premiare la nostra squadra come la più disciplinata, evidenziando una qualità importante delle nostre ragazze ossia quella di riconfermare, nonostante i risultati, la fiducia nelle proprie potenzialità non che l'immane voglia di divertirsi e di divertire.

E' stata infatti loro consegnata, da parte del presidente della società organizzatrice Sig.ra Ferraroni la.....

COPPA DISCIPLINA !!!!!

che ben presto sarà esposta presso il locale mensa della sede di Rho assieme a tutti gli altri trofei.

Concludo ringraziando ancora il direttivo del Cral per il sostegno datoci e per la "PIZZATA FINALE" offerta a tutte le atlete, e un ringraziamento particolare ai mie collaboratori Mario De Maio e Walter Caselli.

Ed ora la formazione:

BILARDI	CINZIA	IMPIEGATA PASSIRANA
BUSSOLATI	SIMONA	U.C.C.
CARRINO	CARMELA	CHIRURGIA 1°
DONATI	LAURA	OSTETRICIA
FAEDDA	MONICA	RIANIMAZIONE
FERRARI	ELENA	UNIVERSITARIA
FREGUGLIA	MIRIAM	RADIOLOGIA
MEONI	LEILA	VOLONTARIA
MOIOLI	CRISTINA	PATOLOGIA NEONATALE
PRAVETTONI	PAOLA	PATOLOGIA NEONATALE
SADA	SIMONA	UNIVERSITARIA
SCHIPANI	MARIANGELA	U.C.C.
SPINI	CRISTINA	U.C.C.
STATZU	ROBERTA	U.C.C.
VERDELLI	BARBARA	PATOLOGIA NEONATALE
I RESPONSABILI		
DE MAIO	MARIO	TRASPORTI
CASELLI	WALTER	MEDICINA 1° UOMINI
ARDITO	ANTONIO	ALLENATORE RIANIMAZIONE
GRAZIE A TUTTI !!!!!		

Ardito Antonio
Rianimazione

Gruppo pesca C.R.A.L. U.S.S.L 33

Dopo molto tempo che non davamo più notizie di noi , finalmente ci facciamo sentire per raccontarvi l'andamento dell'attività pescatoria svolta dal nostro gruppo.

La prima gara si è tenuta in marzo , ha visto come vincitore assoluto il sig. Baggi con 30.910 punti,

il secondo classificato, meglio dire la seconda classificata è stata la sig/Dott. Merloni con 30.090 punti, si è comportata talmente bene da sembrare quasi una professionista del mestiere, facendo e rifacendo la barba a tanti maschietti .

La seconda gara , svoltasi in aprile , tanto per cambiare è stata vinta ancora da Baggi, al secondo posto con le orecchie piuttosto basse si è classificato il sig Nasuelli 27.250 punti . Siamo giunti alla terza gara , ed ha visto primeggiare su tutti, e con un gran c.....il sig. Amato , seguito con 37140 punti dal sig Bodina e al terzo posto si è classificato Nasuelli con le orecchie ancora più basse della volta precedente, tanto per fare un esempio assomigliavano a quelle di un elefante.

La terza gara si è svolta in un caldo pomeriggio di maggio la gara riservata ai bambini e ragazzi ed ha visto come vincitore Nasuelli Marco. (ogni tanto ci vuole qualche consolazione per papà Nasuelli). Nella classifica del campionato sociale gareggia su tutti Baggi con 77.050 punti , e se non ci saranno clamorose sorprese nell'ultima gara, che si terrà in data 28 settembre 1996, il titolo di campione del 96 se lo contenderanno Baggi e Nasuelli .

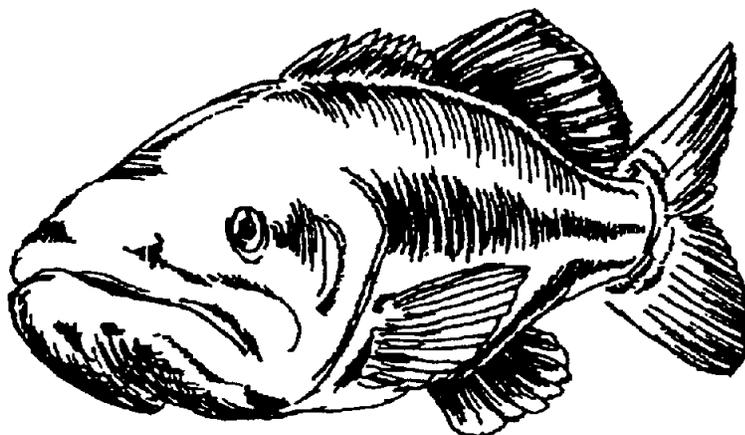
Si ricorda che le gare di pesca sono aperte a tutti i soci iscritti al C.R.A.L .

E per concludere si ricorda che la quarta ed ultima gara del campionato sociale 1996 si terrà presso il Laghetto la Vallata di Castelletto di Cuggiono in data 28/9/1996 .

In data 9 novembre 96 è stata organizzata una gara di pesca in memoria di PESSINA CLAUDIO .

L'iscrizione è aperta a tutti soci, e non soci del C R A L , pertanto partecipate numerosi.

Gruppo Pesca C R A L Azienda U.S.S.L. 33



Classifica dopo la terza gara

Classifica	Nome	Punti 1° gara	Punti 2° gara	Punti 3° gara	totale
1°	Baggi	30.910	27.250	20.070	78.230
2°	Nasuelli	27.430	18.420	31.200	77.050
3°	Amato	9.910	12.580	48.420	70.910
4°	Bodina A	24.820	8.600	37.140	70.560
5°	Rambaldi	20.050	16.760	32.380	69.190
6°	Martini A	27.120	17.780	22.070	66.970
7°	Delfi	29.030	8.590	26.240	63.860
8°	Laino	21.140	12.080	27.300	60.520
9°	Merloni	30.090	10.920	18.500	59.510
10°	Campagna	18.540	11.230	24.400	51.180
11°	BosoniG	22.230	12.290	18.600	53.120
12°	Trevaini	-----	14.780	36.400	51.180
13°	Zucca	17.660	10.930	22.330	50.920
14°	Arrigo M	14.920	10.890	24.510	50.320
15°	Guaraldo	8.140	13.780	25.760	47.680
16°	Arrigo L	21.060	9.870	15.160	46.090
17°	Bodina S	24.560	19.350	-----	43.910
18°	Faustino	21.540	-----	22.330	43.870
19°	Agrini	-----	7.710	28.370	36.080
20°	Borroni	9.910	10.980	13.490	34.380
21°	De Maio	17.420	6.140	8.700	32.260
22°	Messineo	14.450	6.220	11.380	32.050
23°	Rossato	10.030	7.130	12.640	29.800
24°	Bosoni A	2.360	5.010	21.340	28.710
25°	Fanan	10.890	14.630	-----	25.520
26°	Martini Ans.	17.380	5.120	-----	22.500
27°	Montorfano	9.910	1.290	9.830	21.030
28°	Carrino	8.580	3.800	6.150	18.530
29°	Pavesi	12.310	-----	-----	12.310
30°	Ferro	-----	8.670	-----	8.670

Rho, GIUGNO 1996

COMUNICATO

A compimento del Corso di Fotografia, i partecipanti esporranno le proprie fotografie effettuate durante l'estemporanea a Castell'Arquato (PC), presso il locale CRAL e corridoio adiacente.

E' intenzione del Gruppo Fotografico, di indire un concorso Fotografico aperto a tutti gli appassionati (Ci sei anche tu?), sul tema:

" SCATTA LA TUA ESTATE ! "

Per ulteriori informazioni contattare, a fine settembre, i seguenti nominativi:

Cecchetti Giuseppe - int. 2243 PO Rho
Veronelli Tarcisio - int. 2219 PO Rho
Martini Anselmo - int. 2484 PO Passirana
Potenza Michele - int. 2549 PO Passirana

Nella speranza che questa manifestazione possa richiamare un sempre maggior numero di partecipanti e trasmettere l'affiatamento nato tra tutti noi.

IL CORSO DI FOTOGRAFIA

Mercatino

AFFITTIRSI CAPANNONE DI 100 Mq. A RHO (VICINO ALLA STAZIONE).
LIBERO SUBITO. PER INFORMAZIONI TELEFONARE AL 9309469.

PRIVATO VENDE A 2 Km DAL LAGO DI GHIRLA APPARTAMENTO CON
CAMINO COMPOSTO DA INGRESSO, CUCINA ABITABILE, CAMERA,
SALONE, BAGNO, BALCONE POSTO MACCHINA. PER INFORMAZIONI
TELEFONARE AL 9309469.

N.B. CHI HA DELLE INSERZIONI DA PUBBLICARE SUL GIORNALINO
POSSONO ESSERE INVIATE AL DIRETTORE A UN COMPONENTE
DELLA SEGRETERIA.

