

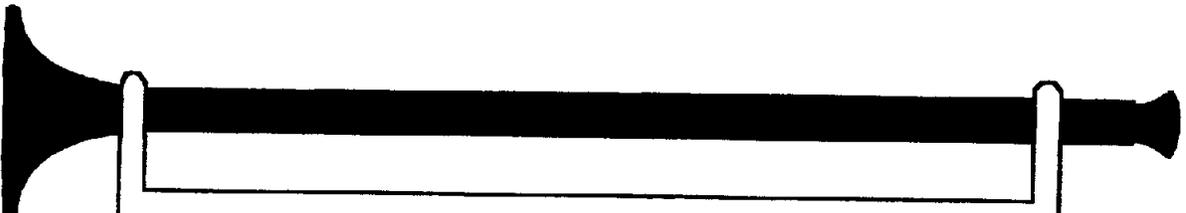
Il Giornalino

Trimestrale del Cral, azienda USSL 33 - Rho -

Marzo 1997 - Numero 13



Foto Cecchetti



SOMMARIO

- 1 Leggere per ...non sentirsi soli.
- 2 Sciare in salita
- 4 "OCCHIO" alla curva

LE RUBRICHE

- 6 Che cosa c'è nel Plus di Windows 95
- 7 Internet : MOTORE DI RICERCA
- 11 Scheda tecnica bonsai d'appartamento: SERISSA
- 12 Riflessioni musicali
- 14 Compagni di viaggio
- 15 Cucina

ATTIVITA' DEI GRUPPI

- 17 Gruppo "Click 96"
- 18 Pesca alla trota
- 19 Parma, Bergamo, Torino ... in cerca di Lyrica
- 20 Classifica 3° torneo di bowling
- 21 Un anno sui pedali
- 22 Corsi di ricamo a tema
- 23 Bridge
- 24 Anche noi ci proviamo

**Scrivere questo giornale è costata fatica, dopo averlo
letto passalo ad un amico**

LA REDAZIONE

DIRETTORE: ANGELO PASTORI

COMPOSIZIONE E STAMPA:

FABRIZIO ARRIGO - MARCO BASSI - ADRIANO
BERTOLA - NUNZIA CATANIA - ANSELMO MARTINI -
PIERANGELO PELLEGRINI - MARINELLA SCARAZZINI -
ROSSETTI LUCIANO - TOFFANO STEFANO

Leggere per ... non

Il libro, in fondo, che cos'è ?

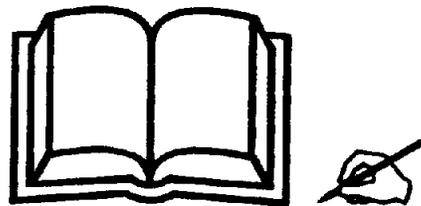
Per un bambino una fonte inesauribile di conoscenza;
per un giovane la tappa forzata verso la cultura;
per l'adulto un compagno di vita.

Nonostante ciò lui è sempre uguale;
riposto sul comodino ci guarda, ci sfida, quasi volesse dirci:
"Dai prendimi, non avere paura, io sono con te , sono in te, sono
parte di te !!"

Ecco che lui diventa testimone inconsapevole della nostra tra-
sformazione di esseri umani da semplici spettatori ad artefici del
nostro divenire, sempre pronto a gioire con noi, a soffrire con noi, a
consolarci e, perché no, a non farci sentire troppo soli.

Ecco perché leggere.

Laura Dondoni
Squadra Supporto





CENTRO STUDI PSICOPEDAGOGIA E DIDATTICA

Direzione: Via P. Sarpi, 26 - 20154 Milano - Tel. (02) 33610822

Segreteria Didattiche: Via P. Sarpi, 26 - Tel./Fax (02) 33602707

(Ferrovie Nord: fermata Bullona - Tram 12 e 14 - Bus 61 - MM2 Garibaldi - Moscova - Lanza)

Viale Lucania, 30 - 20139 Milano - Tel./Fax (02) 55210850 (MM3 - Corvetto - Brenta)

Via Fante d'Italia, 15-17 - 20037 Paderno Dugnano - Tel./Fax (02) 99041276 (Ferrovie Nord)

APERTURA NUOVA SEDE A PADERNO DUGNANO IN VIA FANTE D'ITALIA, 15-17

ISCRIZIONI PER L'ANNO SCOLASTICO 1997/1998

Corsi di qualifica professionale, di idoneità e di maturità in un anno scolastico

Corsi di:

• ASSISTENTI PER COMUNITÀ INFANTILI

(Maturità Professionale Psicopedagogica)

• DIRIGENTI DI COMUNITÀ

• LICEO PSICOPEDAGOGICO

• OPERATORE E TECNICO DEI SERVIZI SOCIALI

• ISTITUTO E SCUOLA MAGISTRALE

Sezioni:

• UNIVERSITARIA

(Preparazione esami universitari)

• LEZIONE DI RECUPERO di ogni ordine e grado

• LINGUISTICA - INFORMATICA

• CONSULENZE PSICOPEDAGOGICHE

La maturità è valida per l'accesso ad ogni facoltà universitaria e per l'impiego con punteggio preferenziale presso Asili Nido, Comunità, 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

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

CRAL U.S.S.L. 33

Circolo Ricreativo Aziendale
20017 Passirana di Rho Via Settembrini 1
Codice Fiscale - Partita I.V.A. 11498300158

Rho, 21/02/97

AI SOCI EFFETTIVI
C.R.A.L. AZIENDA
USSL 33 - RHO -

OGGETTO: CONVOCAZIONE ASSEMBLEA ORDINARIA.

Si comunica che il Consiglio Direttivo ha deliberato la convocazione dell'Assemblea Ordinaria dei Soci.

La stessa si terrà presso la sala mensa del presidio ospedaliero di Rho, in prima convocazione il giorno 16.3.1997 alle ore 8.30,

ed in seconda convocazione il giorno :

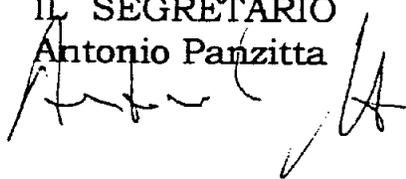
LUNEDI' 17 MARZO 1997 ALLE ORE 21.00

per discutere il seguente ordine del giorno :

- 1) Approvazione Conto Consuntivo 1996 ;**
- 2) Approvazione Bilancio Preventivo 1997 ;**
- 3) Varie ed eventuali.

Nell'invitare tutti i Soci effettivi alla massima partecipazione, con l'occasione si porgono distinti saluti.

IL SEGRETARIO
Antonio Panzitta



IL PRESIDENTE
(Angelo Pastori)



ORGANISMI CRAL USSL 33 RHO

Si informano i Soci che i Componenti del Consiglio Direttivo sono reperibili telefonicamente ai numeri indicati nel seguente prospetto :

CONSIGLIO DIRETTIVO :

PASTORI	Angelo	Presidente	emoteca	tel. 2325
PALEARI	Carlo	Vice Presidente	convenzioni	" 2356
PANZITTA	Antonio	Segretario	relaz. Esterne	" 2423
PARENTE	Nicola	Segretario supplente	personale	" 2566
CARRANNANTE	Antonio	Componente	officina	" 2489
MARINO	Rita	"	Distr. Lainate	9371983
PIROLA	Roberto	"	Accettazione	" 2296
VERONELLI	Tarcisio	"	Farmacia	" 2275

COLLEGIO DEI REVISORI :

CANE'	Claudia	Presidente		
AIRAGHI	Franca	Componente effettivo		
ALBERGUCCI	Katia	"	"	
LEVI	Ludovica	"	supplente	
SCHIEPPATI	Cesarina	"	"	

DELEGATI DI SETTORE :

settore 1 : Spettacolo e Turismo	PANZITTA- PIROLA- MARINO- CARRANNANTE-
settore 2 : Sport	CARRANNANTE- PASTORI- PALEARI-
settore 3 : Cultura / Informazione	PARENTE- PASTORI - VERONELLI -

IL SEGRETARIO
Antonio Panzitta

IL PRESIDENTE
Angelo Pastori

Rho, marzo 1997

Sciare in salita

Era questo il titolo della locandina della scuola di scialpinismo del CAI, la ormai famosa "Righini", messo lì un po' per far.. colpo e un po' per stimolare la curiosità. In effetti quando, dopo il boom dello sci in pista, si è affermata a poco a poco l'esigenza di ritornare alle origini, questo era l'aspetto più strano e originale. Lo sci, cioè, non solo utilizzato per buttarsi in discesa su piste rese delle palle di biliardo da tutta una serie di cure artificiali, dopo essere stati scaricati in cima da funivie, seggiovie, skilifts, ma come mezzo per fare delle passeggiate lontano dalla folla, in libertà, a contatto con la natura, cercandosi l'itinerario fino a raggiungere la cima (ma non obbligatoriamente...) e poi scendendo a valle, in neve fresca, secondo la via più opportuna. Come è possibile tutto questo?

In realtà lo sci è nato così. Ai tempi dei nostri genitori (... e in realtà quando ero piccolo io ...) non c'erano tutti questi impianti di risalita. Sciare voleva dire fare una gita con gli sci e questo naturalmente implicava anche la salita!

Dove stava il segreto? Nelle famose pelli di foca, allora veramente di foca, ora con buona pace dei protettori degli animali, realizzate in tessuto. Sono delle strisce di materiale sintetico che vengono applicate con una speciale colla alla soletta dello sci. La parte con il pelo viene a contatto con la neve e serve ad impedire di scivolare all'indietro, mentre consente di procedere in avanti. Naturalmente il piede non deve essere bloccato e per questo ci sono degli appositi attacchi che bloccano la punta dello scarpone mentre consentono il sollevamento del tallone in modo da procedere come se si camminasse. Gli scarponi inoltre, sono in generale costituiti da una scarpetta interna, calda e morbida, e da uno scafo esterno impermeabile. La suola infine è in Vibram per consentire la camminata in neve fresca, in caso di necessità. Gli sci sono più corti e compatti degli sci da discesa per poter essere meglio manovrabili, per reggere meglio su ghiaccio e per galleggiare meglio in neve fresca. In più, visto che molto spesso si portano in spalla, è bene che siano anche abbastanza leggeri ...

In salita si procede con gli sci a piatto sulla neve, con l'attacco mobile e lo scarpone slacciato in modo da consentire il movimento del piede. Una volta che si arriva al termine della salita, si staccano le pelli, si bloccano gli attacchi degli sci e degli scarponi e si realizza l'assetto di discesa, come con i normali sci. Naturalmente il problema è che non ci sono piste segnate nè neve battuta. Bisogna accuratamente scegliere l'itinerario a seconda delle proprie capacità e delle condizioni atmosferiche e di innevamento, dotarsi di cartine al 50.000 o al 25.000 e cercare la via di salita, possibilmente evitando i pericoli.

Bisogna informarsi prima di partire, oltre che sulle previsioni atmosferiche, anche sul pericolo slavine e poi scegliere degli itinerari sicuri.

Naturalmente in montagna, così come in mare, la sicurezza assoluta non c'è mai, ma bisogna fare il possibile per rendere i rischi accettabili. Bisogna partire presto al mattino (e talvolta anche di notte...) per avere più tempo e rientrare prima che si aprano i crepacci, bisogna evitare i pendii esposti e con accumuli di neve... insomma ci vuole una piccola pratica che ognuno si fa solo andando in compagnia delle guide o con amici più esperti con prudenza.

E' bene inoltre avere sempre addosso l'ARVA (apparecchio ricerca valanghe) che è un apparecchio rice-trasmittente che bisogna tenere sotto i vestiti (in maniera da

non perderlo) e che emette dei segnali ad una certa frequenza d'onda quando è in posizione di trasmissione. Si accende non appena si inizia la gita e lo si lascia sempre acceso. Nel caso malaugurato che si finisca sotto una slavina, l'apparecchio viene utilizzato in posizione di ricezione dai compagni che non sono stati travolti e dagli uomini del soccorso, che sono così in grado di localizzare la posizione degli sciatori che sono stati sommersi nel tempo più breve (... i minuti di sopravvivenza non sono poi tanti sotto la neve!).

Naturalmente per fare scialpinismo bisogna saper sciare, ma non è necessario che uno sappia fare lo scodinzolo o il corto-raggio. E' molto più utile che si sia in grado di scendere con sicurezza, anche a spazzaneve o stem-cristiania, con tutte le nevi. In certi posti è molto meglio venire giù a gambe larghe senza cadere piuttosto che fare i figurini!

Certo la neve non è sempre ideale: a volte è ventata e crostosa, a volte è proprio una pappa e non si riesce a procedere, a volte si affonda in neve fresca, ma la natura è così. E' solo l'artificio che rende uguali tutte le piste!

Quando però si incontra un pendio con una bella neve fresca e friabile, il godimento è massimo!

In generale si incomincia da brevi gite a bassa quota, quando c'è tanta neve, in modo da fare allenamento, salendo poi man mano a quote più elevate e allungando la durata e il dislivello quando si è più allenati e quando la stagione è più avanzata. Si può così sciare agevolmente fino a giugno, quando già in valle la gente è in costume da bagno a prendere il sole, mentre in alto ci sono ancora metri di neve. Purtroppo questo implica che a volte per lunghi tratti si debbano portare gli sci in spalla fino a raggiungere le prime nevi, ma la variazione della quota è talvolta come un passaggio attraverso le stagioni e in breve tempo si passa dall'estate all'inverno e viceversa, soprattutto in discesa. L'importante è essere allenati, poiché altrimenti la fatica non consente di godere né del panorama né della discesa.

Ed è così che a poco a poco ci si rende conto che la parte più importante della gita non è la discesa, ma proprio la salita, che consente, con l'andatura lenta e ritmata, di apprezzare i panorami, la natura selvaggia, i posti solitari.

A volte ci si trova proprio in posti magici e sperduti e se ci si attrezza per dormire in qualche rifugio aperto o in qualche bivacco, si passano anche delle nottate fuori dal mondo, pur essendo a volte a poche ore da casa!

Certo, bisogna essere indipendenti, portarsi da mangiare e da bere (e magari da dormire), attrezzarsi per eventuali soccorsi e a volte il carico sulle spalle non è dei più lievi, ma così si impara ad essere autonomi e a recuperare un rapporto corretto con la natura, conoscendo i propri limiti e non creando danni. Posso assicurare che, una volta che uno prova, è difficile che poi ritorni a fare le code per salire in funivia, a sciare in mezzo alla folla, a finire in mezzo ad ingorghi infernali di traffico...

Forse, leggendo questo mio articolo, c'è qualcuno che si sta chiedendo: "ma chi te lo fa fare?", ma se per caso sono riuscito a stimolare qualche curiosità e c'è chi



"OCCHIO" alla curva

Quando mi è stato chiesto di raccontarvi del mondo dei motori, dell'attività sportiva svolta, delle motivazioni che mi hanno spinto ad affrontare situazioni spesso volte difficili, ho avuto un momento di esitazione in quanto i lettori potevano trovare l'argomento poco interessante, soprattutto affrontando temi tecnici come le regole e le caratteristiche delle competizioni automobilistiche. Innanzi tutto la passione per le autovetture è nata con me, il 12 giugno 1950; fin da piccolo i miei giochi preferiti riguardavano le due e quattro ruote.

Terminato il liceo, per poter essere presente nello sport agonistico e viverlo da vicino in modo inusuale, ho deciso di far parte della squadra antincendio che operava sul circuito di Monza; i miei fine settimana erano perciò programmati con orari impossibili: sveglia alle 4,30 per essere sul posto alle 5,30 e termine del servizio alle 21 senza interruzioni.

Per me non era affatto pesante; potevo così conoscere i piloti, valutare e confrontare gli stili di guida, ammirare le vetture da corsa, apprezzare l'organizzazione e la professionalità dei vari team.

Con il conseguimento della laurea, ho potuto esercitare le funzioni di medico sulle ambulanze del servizio di pronto soccorso in pista. Successivamente ho deciso di assumere un ruolo più importante nelle corse automobilistiche conseguendo, dopo alcuni esami, il titolo di commissario sportivo regionale della CSAI, cosa che mi consente di svolgere varie attività non ultima quella di giudice e garante del rispetto delle leggi che regolano questo sport.

Tutta questa premessa vuole sottolineare che il mio passaggio alla guida di granturismo non è stato casuale e che l'essere arrivato a partecipare ad importanti corse in età non più giovane, non era una scoperta della seconda giovinezza che aveva più che altro un sapore patetico, ma l'inevitabile conseguenza di un sogno che mi aveva sempre accompagnato negli anni e che per problemi di studio e lavoro, non era stato possibile realizzare in precedenza.

Anche le esperienze nell'abitacolo delle vetture da competizione è stato graduale. Non ci si improvvisa "piloti"; sono necessari corsi di guida sportiva per acquisire precisione, rapidità di movimento e soprattutto concentrazione. Gli slalom mi hanno permesso di valutare meglio il comportamento delle vetture in condizioni "limite" rispetto a una guida veloce su strada che sempre riserva tanti pericoli ed insidie.

Dopo quattro anni con lusinghieri risultati ho deciso di fare il grande salto nelle vere corse automobilistiche in "griglia".

Vi confesso che nel 1990, appena compiuto i 40 anni, non era facile affrontare la "bagarre" con persone spesso volte più giovani di me e con tanta voglia di emergere.

Dopo il primo apprendistato, sono riuscito a vincere la Targa Tricolore Porsche (1992-93), campionato nazionale riservato a queste vetture e che si è svolto su circuiti nazionali ed esteri.

Ho nominato questo prestigioso marchio perché la Porsche è la vettura della mia vita, la fedele compagna di molte ore sulla pista e la ritengo in assoluto la miglior macchina da competizione al mondo.

La sua affidabilità, compattezza, raffinatezza tecnologica e la sua proverbiale

grinta, ne fanno un oggetto inimitabile di gran lunga superiore nel rapporto costo-beneficio, alle più blasonate Ferrari.

E veniamo alle gare a cui ho partecipato. Nel 1994 mi sono iscritto al Campionato Italiano Supercar GT per confrontarmi con vetture di altre marche e con piloti non solo dilettanti.

Ebbene, dopo venti corse (da marzo a ottobre) solo nell'ultima mi sfuggiva, e non per demerito mio ma per giochi di squadra più o meno leciti, il campionato italiano assoluto nei confronti della Ferrari. Evito ogni polemica che risulterebbe noiosa ai non addetti ai lavori e mi limito a ricordare una mia "vendetta" due mesi dopo in occasione del Motor Show di Bologna: coglievo il successo proprio sconfiggendo, sulla terra di casa, la rossa di Maranello che era data da tutti vincente.

Forse questo è stato il momento più bello della mia attività agonistica perché con pochi mezzi, aiutato da un fedele amico meccanico e da un gruppo di sostenitori, raggiungevo un risultato inimmaginabile.

Sarebbe interessante raccontarvi le vicissitudini, i momenti di grande tensione che si sono succeduti in quel giorno; proprio per questo alla fine, la gioia e la commozione sono state incredibili.

Dopo il secondo posto nel 1995 nella Targa Tricolore Porsche ed il nono posto assoluto in coppia con altri due amici piloti nella 1000 Km di Parigi, gara del Mondiale Endurance, il 1996 è stato l'anno dove ho fatto "en plain" vincendo il Capionato Italiano assoluto per vetture Granturismo e rivincendo nello scorso mese di dicembre il Motor Show di Bologna. Più di così non era possibile ottenere. Posso ritenermi più che soddisfatto per essere riuscito in una impresa sicuramente irripetibile. Sono appagato soprattutto considerando che con il mio team, definito dai giornali "casareccio", abbiamo conseguito numerosi e prestigiosi risultati limitando il più possibile i costi.

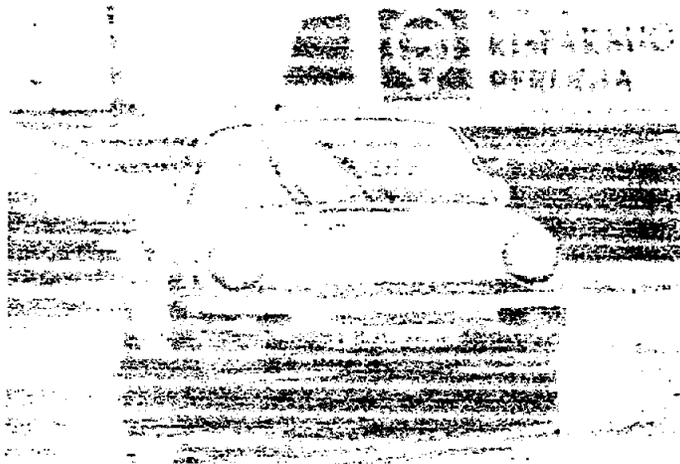
Un grande aiuto l'ho avuto dai familiari che pazientemente hanno sopportato la mia assenza nei week-end di gare.

I miei programmi futuri sono ancora incerti e, come per tutti coloro che praticano questo sport, legati all'apporto economico degli sponsor.

Spero, con queste righe, di non avervi annoiato; un giorno, se vorrete, vi parlerò delle sensazioni che si provano nell'abitacolo di questo tipo di vettura, immaginando di avervi di fianco in un giro di pista alla ricerca della migliore prestazione.

Antonio De Castro

Oculistica



Che cosa c'è nel Plus di



Prima un consiglio: il plus dovrebbe essere acquistato come fondamentale complemento di windows 95 soltanto se si ha un buon sistema (pentium), altrimenti l'uso degli abbellimenti grafici può facilmente comportare ad un sensibile degrado delle prestazioni di sistema. Plus funziona anche per chi possiede una macchina 486 con una memoria di otto Mb, ma è fortemente consigliabile un Pentium, per non appesantire il sistema che si trova a dovere in ogni modo gestire più eventi ed un ambiente grafico più complesso.

Plus di Windows 95 può essere suddiviso in tre parti: abbellimenti grafici per la scrivania del personal, estensioni ed aggiornamenti di software di sistema, ed il kit per il collegamento alla rete di internet.

Gli abbellimenti. Nel plus troviamo una raccolta di gruppi di abbellimenti per la scrivania (detta anche Desktop). Si tratta di file a soggetto, i quali contengono ciascuno uno sfondo molto colorato, screen saver, icone, font di caratteri, puntatori del mouse animati ed effetti sonori. Quando si seleziona uno dei soggetti es. Scienza, Animali, Mistero, Natura, Windows 95, Anni 40, ecc. è possibile comunque scegliere uno a uno componenti da utilizzare. Ad esempio si può avere lo sfondo Animali ma gli effetti sonori associati alle operazioni del gruppo Scienza di Windows 95.

Le estensioni. Nel pacchetto di plus è presente una nuova versione di " Drive Space" sistema di compressione di dischi che offre maggior velocità ed un 50% in più di compressione. Altra estensione presente nel plus è il cosiddetto Server di accesso remoto un sistema che permette di connettersi tramite modem, via telefono ad un altro computer. Il cosiddetto "Agente di sistema " è invece uno strumento che consente di pianificare l'esecuzione (Defrag, Scandisk). Si può programmarlo, ad esempio, in modo che la deframmentazione dei dischi avvenga solo a computer inutilizzato. E' anche dotato di un sistema di avvio programmabile, che notifica quanto spazio su una certa partizione del disco fisso è prossima ad esaurirsi.

Internet Explorer. Molto interessante nel plus è la fornitura del software per la navigazione in Internet, chiamato Explorer. L'installazione è completamente guidata e resta dunque molto semplice: è possibile usare Microsoft Network o qualunque provider internet (avendo di norma un accesso a pagamento). Sotto windows 95, navigare in internet è molto pratico (quando no succedono inconvenienti), dato che l'applicativo, grazie al multitasking, consente di aprire contemporaneamente più finestre e sfruttare a pieno la potenza della macchina e la banda di trasferimento dei modem veloci 28.000 bps.

Quando si "smanetta" con il proprio windows 95, ad esempio per installare delle schede di rete o del modem o programmi di comunicazione, ci si può trovare facilmente con l'explorer che non funziona più, a causa del cambiamento di alcune impostazioni o file di sistema. Il plus consente di ripetere l'ultima installazione, con apposita funzione che appare inizialmente, garantendo il ripristino dei file e delle impostazioni originali dell'explorer e della configurazione della rete. In questo modo il sistema normalmente ritorna a funzionare come per incanto con internet.



Roggetti L. Broccato ©

Ma dove corri !!!

Vado ad
iscrivermi ai corsi
che il CRAL
organizza !!!

Cartonaggio,
pasta di sale,
pittura su stoffa,
composizioni floreali.

Per ulteriori informazioni
contattare
Annalisa Verna tel. 2325



INTERNET (7)

Stimolato dalla discussione quotidiana con amici e colleghi, a cominciare da questo articolo mi occuperò di argomenti specifici, che presuppongono una certa abitudine con il mondo di Internet.

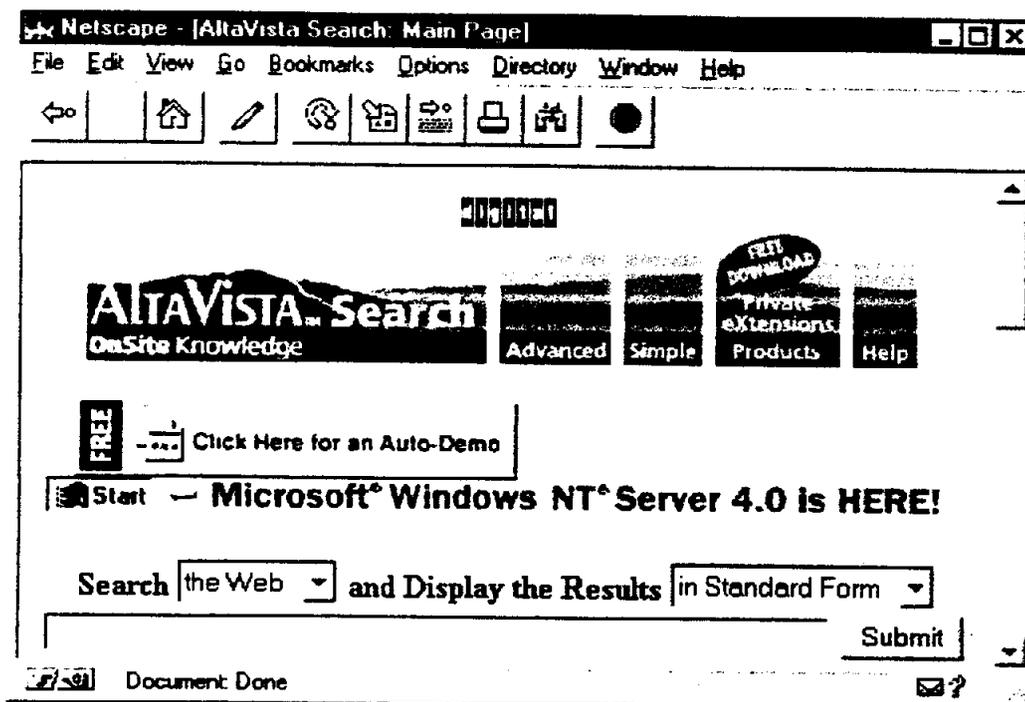
Uno dei mezzi più potenti per navigare in modo mirato nelle informazioni contenute in rete è il cosiddetto **MOTORE DI RICERCA**.

Quando ci muoviamo secondo un filo logico tra le varie informazioni, succede di trovare materiale in eccesso, difficile da controllare, sia che adottiamo la tattica di procedere in direzione di argomenti e di **categorie** precise (arte, scienza, giornali, medicina, intrattenimento, geografia, pittura, sport e così via) sia che usiamo come base di partenza **indirizzi** (URL) segnalati da manuali, da riviste o da amici.

Usando i **motori** possiamo fare richieste dettagliate, restringendo così la ricerca ai documenti che ci interessano davvero. E' un metodo di lavoro che avvia ad un uso di Internet più professionale. I due di cui mi occuperò sono fra i più noti e potenti: **Altavista e Yahoo**

Motore di ricerca: Altavista

E' uno dei più veloci e potenti, con un database aggiornatissimo.



La base di qualunque motore di ricerca è una semplice "stringa" bianca (**edit box**), in cui possiamo digitare la nostra richiesta; nella figura sopra è in pratica la lunga **casella bianca** con il pulsante "Submit" a destra. Con la freccetta rivolta in basso posta a fianco del box di "Search" si può restringere la ricerca a settori

particolari oppure estenderla a tutto il Web; a fianco del box "Display the Results" si può scegliere il modo in cui il motore ci presenterà i risultati sullo schermo.

- **esempio di richiesta "semplice":** *ferrari*. E' vaga, comprende denominazioni note e diffuse: otterrò centinaia di siti che parlano dell'auto da corsa, dello spumante, di tutti i signori Ferrari che hanno pagine sul Web e così via, rimanendo letteralmente sommerso dai documenti ottenuti;
- **esempio di richiesta con qualcosa di più:** *ferrari + "grand prix" + Monza*. E' più precisa di quella di prima, troverà documenti, immagini e suoni riferiti solo a quanto è disponibile sulle automobili Ferrari di Formula 1 in rapporto al circuito di Monza.

Una **richiesta specifica**, anche se definita ancora **semplice**, si compone usando simboli speciali (che vincolano la ricerca nei milioni di computer a disposizione nella rete). Ce ne sono di vari tipi:

- i doppi apici " "
- il segno più +
- il segno meno -
- l'asterisco *
- il punto e virgola ;

L'asterisco è un *metacarattere*; i segni più e meno sono *operatori*; il punto e virgola è un *carattere*.

Vediamo cosa comporta l'uso di questi simboli dal punto di vista della precisione di una ricerca, con un **esempio**:

- se invio la **semplice richiesta** *cancer*, avrò migliaia di indirizzi come risposta, sui più disparati argomenti riguardanti il cancro in generale;
- se invio "*breast cancer*" la ricerca si **restringerà** ai tumori maligni della mammella (le virgolette fanno capire al motore che si cerca la frase completa);
- se invio *breast;cancer* verranno ricercati tutti i documenti che contengono *breast* e *cancer* anche non vicini nel testo (grazie al punto e virgola), e dunque è meno specifica della precedente;
- se invio "*breast cancer*" **+chemotherapy** otterrò **solo** documenti che parlano della terapia medica dei tumori maligni della mammella (grazie alla combinazione tra doppi apici e segno più);
- se invio "*breast cancer*" **-chemotherapy** otterrò qualunque informazione sul cancro mammario ad **eccezione** di quelle che parlano di chemioterapia (grazie alla combinazione tra doppi apici e segno meno).

Opportunamente combinate, le richieste avanzate possono dare risultati sorprendenti.

Per richieste complesse si possono racchiudere tra **parentesi rotonde** i gruppi a cui si vuole applicare un operatore o un carattere particolare (come in una equazione algebrica semplice).

Un **altro esempio**: "*Corriere della Sera*" trova il quotidiano omonimo (grazie ai doppi apici); *Corriere +della +Sera* trova documenti che contengono tutte quelle parole e non solo quelli riferiti al quotidiano "Corriere della Sera" (solo segni più).

L'**asterisco** (*), infine, è utile quando vogliamo cercare qualcosa di cui non ricordiamo il nome completo. Un **esempio**: se non ricordiamo con esattezza un nome proprio, basta digitare soltanto la parte che si ricorda, seguita da asterisco: il motore cercherà tutte le parole che contengono le lettere che abbiamo digitato e ricostruirà la sequenza mancante (un altro es.: viol* cercherà viola, violino e così via). L'asterisco sostituisce al massimo cinque caratteri minuscoli, e deve essere preceduto da almeno tre caratteri specificati; non è necessario che sia in fine parola.

Le **richieste avanzate** (advanced query) usano gli operatori booleani AND, OR, NOT e NEAR. La funzione di AND e NOT è sovrapponibile a quella del segno + e del segno - delle richieste semplici. OR permette di ricercare documenti che contengano o un termine o un altro precisato, ma non tutti e due. NEAR è simile all'AND ma precisa che le due parole richieste devono essere vicine nella frase (distanti al massimo dieci parole).

Il motore di ricerca attribuisce un punteggio (**ranking**) ai documenti ritrovati: quanto più il punteggio è alto, tanto più è probabile che tratti dell'argomento specificato (la parola richiesta è contenuta nelle prime righe, oppure è contenuta più volte).

Una ricerca distingue tra **maiuscole e minuscole** solo se i caratteri che si usano non sono tutti minuscoli (la raccomandazione, in generale, è dunque di usare solo caratteri minuscoli).

Si può forzare il motore a ricercare specificatamente quanto richiesto solo in alcune **sezioni** di un documento.

Ad esempio: *title:Science* cerca documenti che contengono "Science" nel titolo.

Si può applicare anche a *image*: (immagini) a *link*: (collegamenti), *url*: (indirizzo), *text*: (il corpo del testo), *title*: (i titoli) e così via; oppure, negli articoli dei newsgroup, a *from*: (mittente), *subject*: (titoli), *newsgroups*: (specifici newsgroup), *summary*: (i sommari) e *Keywords*: (le liste di parole chiave).

L'ordine in cui sono usati caratteri e operatori è indifferente. Altavista non considera gli spazi vuoti e i caratteri non-alfabetici.

L'indirizzo di Altavista è: <http://altavista.digital.com>

Motore di ricerca: Yahoo

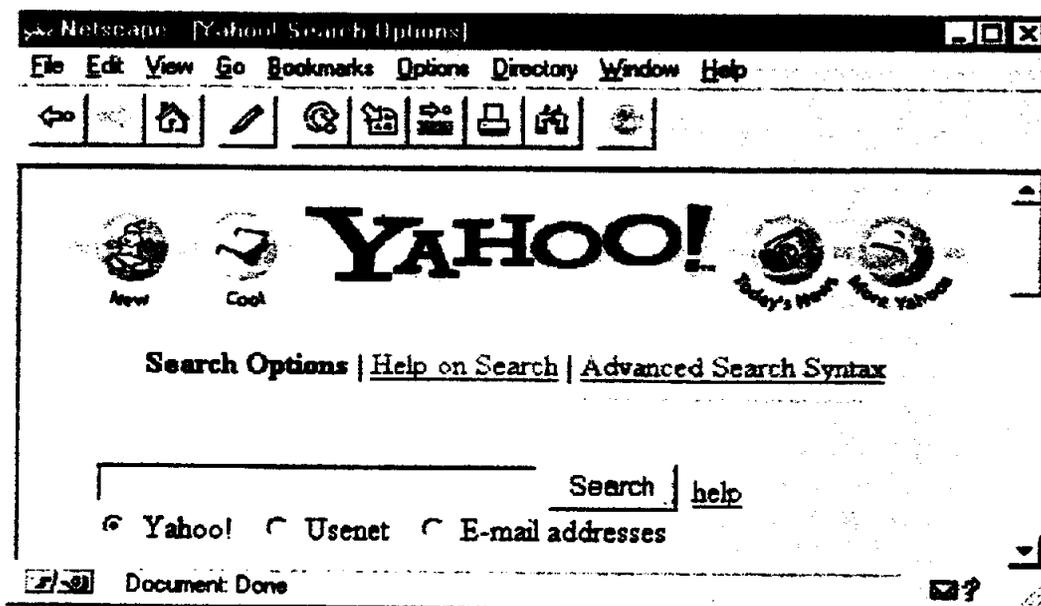
È uno dei primi e forse il più noto dei motori di ricerca, creato da studenti della Stanford University, Palo Alto, California, USA.

Contiene una utilissima e caratteristica **divisione degli argomenti per categoria**, molto pratica ed interessante.

Sono evidenti inoltre delle piccole icone (**radio button**) che possono restringere le ricerche alle News di Usenet, agli indirizzi di posta elettronica, ai nominativi oppure a determinati periodi temporali.

Si può scegliere quanti risultati devono apparire per ogni pagina visibile sul monitor.

Contiene possibilità di ricerca simili ad Altavista, con le stesse modalità.



Per specificare le zone del documento dove eventualmente limitare le ricerche, usa lettere maiuscole semplici; ad esempio: *C* (categoria), *T* (titolo), *K* (parola chiave), *L* (un collegamento ipertestuale), *B* (il corpo del documento), *U* (un indirizzo o URL).

Un esempio di utilizzo di queste lettere è il seguente: *intel* ricerca tutti i documenti che contengono "intel", mentre *t:intel* ricerca i documenti che contengono nel titolo la parola "intel".

L'indirizzo di Yahoo è: <http://www.yahoo.com>

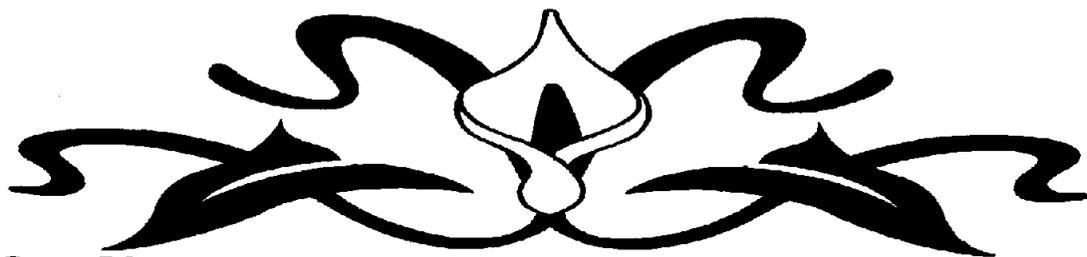
dott. Angelo Amboldi

Scheda tecnica bonsai d'appartamento: SERISSA

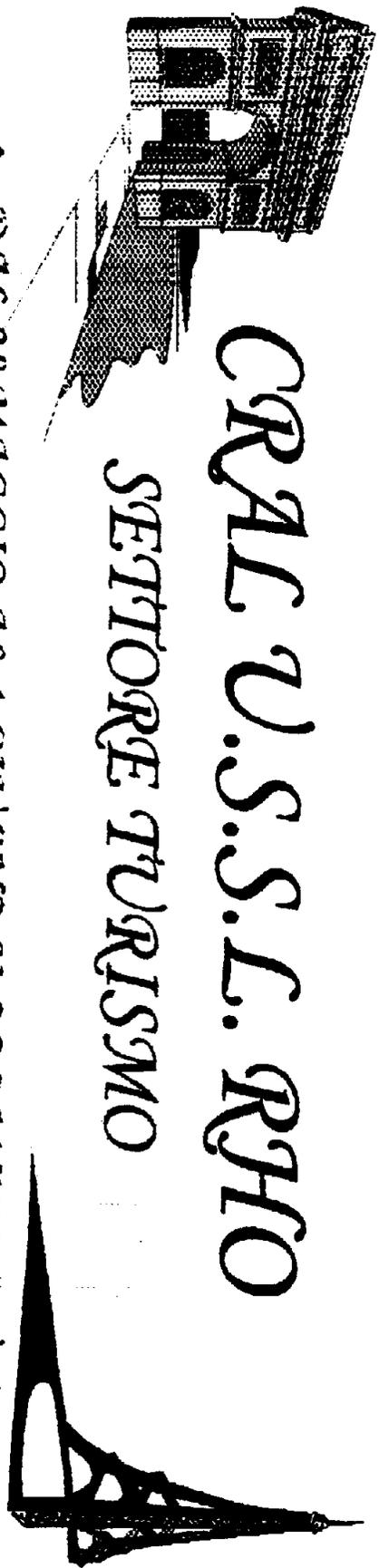
La serissa è uno dei bonsai d'appartamento più facile da coltivare, appartiene alla famiglia delle Rubiacee, originarie delle Indie, della Cina, e del Giappone. La serissa è un arbusto ramificato, glabro, a foglie persistenti, la corteccia emana un odore sgradevole, così come le radici. Da ciò l'appellativo "foetida". La specie più nota è la "Serissa Japonica", arbusto alto circa 70 cm. Viene chiamata neve di giugno per via dei minuscoli fiori bianchi o fascicolati che si sciudono da maggio a settembre.

Cure Colturali:

- **Luce**: la serissa vive in appartamento e richiede molta luce. In estate evitare il pieno sole.
- **Temperatura**: la pianta va tenuta in ambiente caldo, nella stagione invernale, va assicurata una temperatura tra i 15 e i 19 gradi, mentre in estate, almeno 20 gradi.
- **Ventilazione**: attenzione alle correnti d'aria che sono molte dannose.
- **Mondature**: si formano sempre sull'albero delle foglie gialle, che è di buona norma eliminare. Togliere con le forbici i rami morti, e soprattutto eliminare i polloni che si originano alla base del tronco stesso.
- **Accrescimento**: la serissa entra in riposo vegetativo in inverno, la stagione vegetativa va da aprile a settembre
- **Rinvaso**: in marzo - aprile, ogni due anni, dopo aver tagliato metà dell'apparato radicale, trapiantare prima della schiusura dei fiori.
- **Substrato**: la serissa prospera in miscugli di 1/3 di terra di brughiera, 1/3 di terra vegetale, 1/3 di sabbia
- **Legatura**: il legno della serissa è tenero, quindi l'albero si presta a tutte le forme. Si appone il filo nel mese di giugno e lo si toglie a settembre, ricominciando tutti gli anni fintanto che non si sia ottenuta la forma desiderata. In caso di ferite, spalmare mastice cicatrizzante sulla corteccia.
- **Annaffiatura**: in estate richiede più acqua che in inverno, la serissa è amante dell'umidità e le radici si asciugano velocemente, tuttavia bisogna lasciare asciugare il pane di terra tra due innaffiature.
- **Nebulizzazione**: la serissa, per le sue origini tropicali ama il caldo umido, perciò è molto importante nebulizzare tutti i giorni le foglie. Al contrario, non nebulizzare i fiori, perché l'acqua li fa appesantire. Si può sistemare il vaso su uno strato di ghiaia in un sottovaso, in questo modo l'eccesso di acqua viene eliminata e scolata tra la ghiaia, poi evaporando poco a poco, ricrea la giusta umidità atmosferica.
- **Concimazione**: dall'inizio della attività vegetativa al riposo, intervenire una volta ogni quindici giorni, non concimare in luglio e agosto, ne tantomeno dopo il rinvaso, ridurre leggermente le dosi quando l'albero è in fiore. In inverno se la serissa è in un ambiente caldo somministrare un po' di concime.



- Dott Pistone P.S



CRAL U.S.S.L. RHO

SETTORE TURISMO

◆ DAL 28 MAGGIO AL 1 GIUGNO SI ORGANIZZA UN VIAGGIO ALLA SCOPERTA DELLA CAPITALE FRANCESE

PARIGI

◆ *La Tour Eiffel, Notre - Dame, Montmartre, Les Champs Elysée, Place de la Concorde, Le Louvre, Versailles* NON SONO PIU' SOLO UN SOGNO!!!

◆ *IL COSTO E' DI E. 440.000 PER I SOCI
DI E. 550.000 PER I NON SOCI

◆ SUPPLEMENTO CAMERA SINGOLA E. 200.000

◆ *PER IL PROGRAMMA DETTAGLIATO E LE PRENOTAZIONI, DA EFFETTUARSI ENTRO IL 24 MARZO 1997, RIVOLGERSI C/O SIG. PIROLA, UFFICIO CASSA A RHO, E UFFICIO PROTOCOLLO A PASSIRANA.

◆ *ALL'ATTO DELLA PRENOTAZIONE SI DOVRA' VERSARE IL 30% DELLA CIFRA TOTALE.

Riflessioni musicali

Giulio Confalonieri, grande critico e storico della musica di un recente passato, inizia la sua ponderosa "Guida alla musica" (due volumi editi negli anni 50, dati per scomparsi e trovati fortunatamente in una bancarella di uno dei tanti mercatini domenicali) con una breve introduzione intitolata "La domanda vietata: che cosa è la musica". La risposta, ovviamente e prevedibilmente, non viene data. Dice anzi il Confalonieri: "...Ma oggi come oggi, giorno in cui scrivo, chiedersi che cos'è la musica farebbe somidere un vero scienziato o un vero filosofo. Codesti personaggi.....sacrificati alle fatiche della conoscenza, hanno identificato qua e là, in questo mondo sottoposto alla loro decifrazione, una certa quantità di INCONOSCIBILI, e hanno anzi posto la vera sapienza nell'ammettere lealmente l'incapacità umana di penetrarli". Il discorso poi divaga, ma va da se' che per l'autore la musica faccia parte di quel gruppo e sfugga da sempre ad ogni precisa identificazione. Il discorso, a questo punto parrebbe come doversi fermare e invece, poche pagine più avanti, si riapre e si sviluppa: "...io credo che da taluni, il contenuto ultimo della musica sia considerato in modo non dissimile da quello che si pratica circa il contenuto ultimo della matematica.....L'autentica analogia che io vedo intercorrere tra matematica e musica risiede nell'attributo comune di scoprire delle verità in un campo ideale, esclusivamente intuitivo, e di constatare più tardi come queste verità aderiscano ad altri piani. Nello stesso modo per cui gli assiomi e i postulati della matematica si traducono e confermano nelle esperienze fisiche, le intuizioni musicali....., trovano echi nella vita dei singoli individui, si trasformano, per chi le ascolta, in interpretazioni della vita, appaiono come profezie e come anticipazioni valedoli nel più lontano futuro. Tutto questo avviene per naturale trasposizione, senza che il nostro senso critico possa aver tempo e modo di esercitare confronti.... La musica è l'atto stesso e puro della creazione; non è successiva, ma simultanea ai sentimenti... (è) un vero complesso vitale... legata al ritmo della nostra vita, compagna di tutti i giorni, confidente di tutti i segreti. Possiamo conoscerla per un atto semplice di simpatia fisica e ideale, nello stesso modo per cui conosciamo l'aria e il pane.... Nessuna attività terrestre concede appagamento così pieno...nessun'arte compenetra più strettamente l'ascoltatore con l'autentico creatore." L'argomentazione, ancorché appesantita da un linguaggio che oggi ci appare eccessivamente retorico, è senza dubbio una delle più brillanti che mi sia capitato di leggere e forse l'unica in grado di esprimere compiutamente il nostro rapporto quotidiano con la musica senza anteporvi come irrinunciabile il pur necessario bagaglio di conoscenze tecniche. Ritrovo, e condivido con gioia, nelle parole di Confalonieri, lo stesso pensiero di Eco sul rapporto tra lettore e libro, inteso non come evento passivo, ma come un continuo e reciproco ricrearsi e modificarsi.

Questa lunga e forse noiosa parte iniziale mi è sembrata opportuna per fornire una base di riflessione su libri e film nei quali mi è capitato di imbattemi recentemente. Non so, infatti, se per una fortunata combinazione o, come temo e non vorrei, per moda, negli ultimi mesi mi è parso di apprezzare un insolito fiorire di produzioni letterarie e cinematografiche non tanto di argomento musicale, ma proprio centrate, e qui torniamo al discorso precedente, sul mistero della forza vitale della musica e su come essa possa rappresentare un mezzo potente, a volte l'unico, di espressione e comunicazione con gli altri. Due titoli di libri tra tanti: "Presto con fuoco" di R.Cotroneo (Mondadori) e "Le voci del mondo" di R.Schneider (Einaudi). Il primo dei due, in particolare, sembra riagganciarsi perfettamente al tema introduttivo. Narra, con tensione crescente, della strenua ricerca di una "calligrafia delle passioni" nello scritto della musica.... che sarebbe un'offesa accomunare a qualunque altra cosa.... insegnanti abituati a

paragonare l'accordo in do maggiore piuttosto che ascoltarlo per davvero." L'anziano protagonista e narratore, un pianista famoso (Benedetti Michelangeli??), ci appare costantemente impegnato in questa fatica che, sola, potrà dare un senso ad una vita, umana e professionale, che vette di eccelso virtuosismo non potrebbero salvare da un senso di aridità. Egli riuscirà infine a trovare quello che cerca e vuole credere che esista, attraverso un singolare parallelismo di vicende personali, nelle note a margine, nelle correzioni e nella grafia alterata del manoscritto originale della Ballata n.4 di Chopin, composta per un amore segreto e mai corrisposto. Il racconto dello scrittore austriaco (Schneider) ci trasporta invece nel mondo estremo delle sperdute valli del Voralberg, verso la fine del Settecento. In un ambiente contadino chiuso e ottuso, ritmato dai tempi della natura ed ancora infarcito di antiche credenze e superstizioni, esplode la singolare follia di Elias, personaggio tra l'umano ed il divino. Dotato di un prodigioso udito che gli consente di ascoltare "tutte le voci del mondo", dal battito d'ali della farfalla a quello del cuore dell'amata Elisabeth, e di avvicinarsi alla musica in modo incredibilmente naturale e profondo, Elias sarà in grado di esprimere il canto della propria anima e l'intensità della sua passione amorosa solo con il suono del vecchio organo della chiesa. Naturalmente non sarà ascoltato. In quella landa sperduta contano solo cose e parole semplici e l'incapacità di usare un linguaggio diverso dal suono condannerà Elias ad una solitudine disperata e dolorosa, fino ad una tragica e lenta morte quasi rituale.

Due storie completamente differenti, dunque, nelle quali musica ed essenza della vita diventano un'unica cosa, portando nell'un caso alla risoluzione della propria ansia interiore e nell'altro al più cupo isolamento.

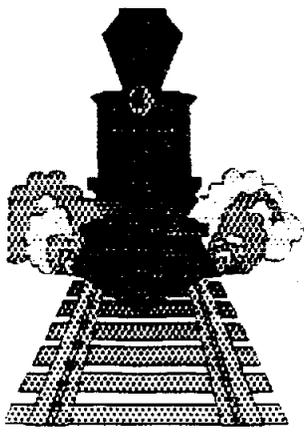
Ben diversa è la vicenda di David Hellsgott, pianista tuttora vivente, del quale si narra la storia nel film australiano SHINE.

Per lui, esecutore straordinariamente dotato, condotto alla schizofrenia dal delirio di un padre padrone, la musica diviene prima elemento scatenante della follia e poi, con la mediazione di un amore inaspettato, potente mezzo per ritrovare la propria identità frantumata e reinserirsi nella realtà.

Il film è ottimamente interpretato e sceneggiato, ma, ancora una volta, è la musica la vera protagonista principale : forza vitale negativa e positiva nel racconto e contemporaneamente supporto indispensabile per il coinvolgimento emotivo che le sole immagini, pur belle, del film non sarebbero in grado di produrre. Motivo principale è il Concerto n.3 per pianoforte ed orchestra di Rachmaninov, forse il più difficile dei quattro composti dal grande pianista russo (esistono splendide edizioni di Horowitz e di Askenazy) . Spiace (un poco) dirlo, ma grazie alla colonna sonora del film, il concerto n.3 è finito addirittura nella hit-parade dei CD più venduti negli Stati Uniti. Quanta strada dobbiamo ancora percorrere !



Enrico Tavani
Anatomia Patologica



CRAL U.S.S.L. RHO

SETTORE TURISMO

SABATO 12 APRILE SI ORGANIZZA UNA GITA COL TRENINO DELLE CENTO VALLI

PARTENZA PER **DOMODOSSOLA**, DOPO UNA BREVE VISITA DELLA CITTÀ. PARTENZA IN TRENO PER UN PIACEVOLE VIAGGIO PANORAMICO IN VAGONI STORICI DEI PRIMI ANNI DEL NOSTRO SECOLO. LA PRIMA TAPPA SARA' **S. MARIA MAGGIORE** DOVE SI AVRA' DEL TEMPO A DISPOSIZIONE E CI SI FERME' PER IL PRANZO. NEL POMERIGGIO SI RIPRENDE' IL TRENO DAL QUALE SARA' POSSIBILE AMMIRARE IL MERAVIGLIOSO PANORAMA OFFERTO DALLE CENTO VALLI. ARRIVO A **LOCARNO** E TEMPO A DISPOSIZIONE PER VISITARE QUESTA RIDENTE CITTÀ' ALL'ESTREMITA' SETTENTRIONALE DEL LAGO MAGGIORE; AL TERMINE RIENTO A COLOGNOLA E PARTENZA PER RHO.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: £. 70.000 PER I SOCI
£. 86.000 PER I NON SOCI

LA QUOTA COMPRENDE: PULLMAN - BIGLIETTO TRENINO - PRANZO IN RISTORANTE.

MENU':

- Assaggi dello chef (antipasti assortiti)
- Tagliolini Miramonti (panna, zafferano, prosciutto crudo e zucchine)
- Spallotto di vitello al forno con contorni di stagione
- Torta degli amici
- Caffè
- Bevande (1/4 di vino e 1/2 di acqua)
- Ogni ospite riceverà in omaggio una cartolina del trenino e le signore un piccolo bouquet di fiori secchi.

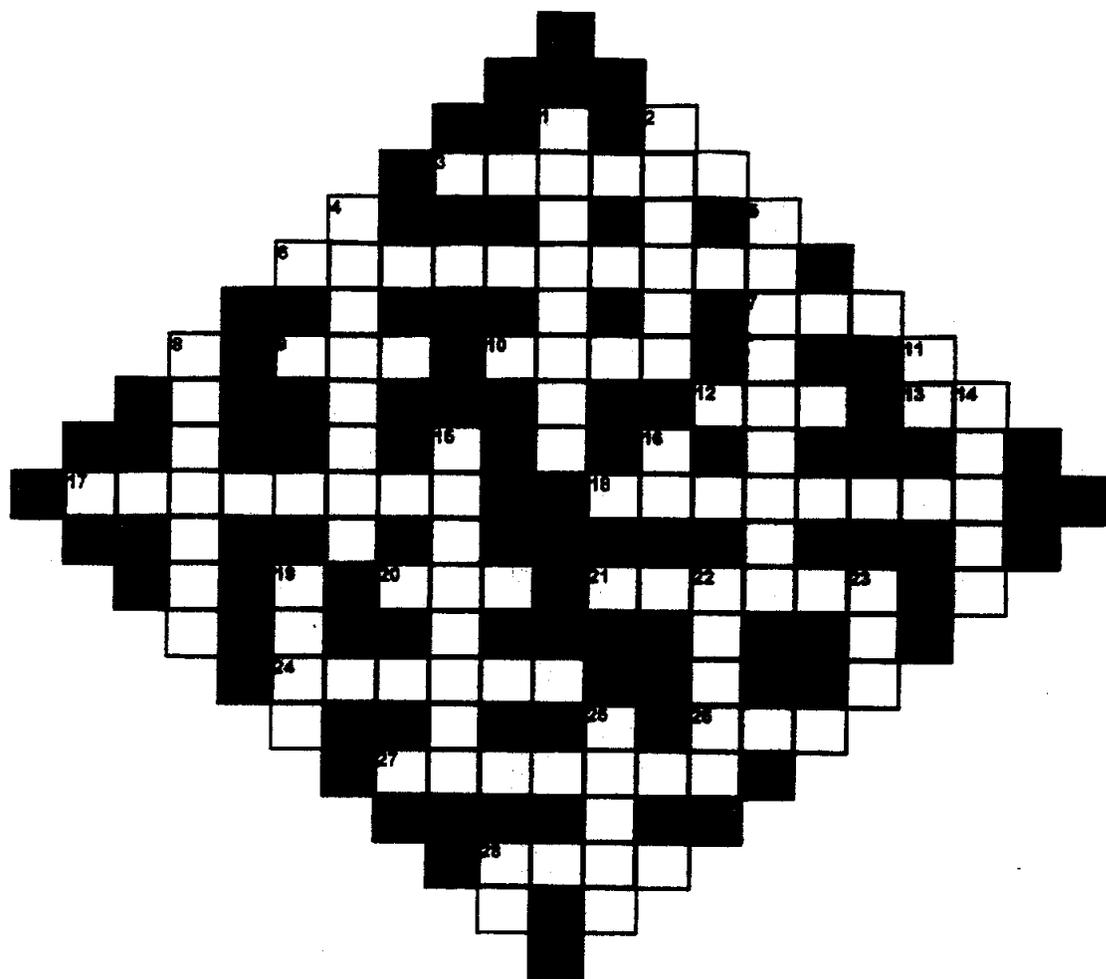
PER LE ISCRIZIONI DA EFFETTUARSI ENTRO IL **19 MARZO 1997**

P.O. RHO - SIG. PIROLA - UFFICIO CASSA

P.O. PASSIRANA - UFFICIO PROTOCOLLO

Partenza dall'Ospedale di Rho alle ore **7,30**

PASSATEMPO



ACROSS

3. LASORELLA DELLA TELEVISIONE
6. IL COMMENDATORE MI CONSENTA
7. ARTICOLO PER SPORTIVI
9. NOTA MUSICALE
10. IL VENTO DI TRIESTE
12. CROCE ROSSA ITALIANA
13. DOPPIO ZERO
17. RETE INFORMATICA
18. E' ANCHE UN MINISTRO, E RAGIONIERE
20. EDEMA POLMONARE ACUTO
21. GIORNO FUTURO
24. NON MODERNO
26. SCUOLA INFERMIERI PROFESSIONALI
27. GROSSA GOMMA
28. VI E' LA TORRE CHE PENDE

4. GLI ABITANTI DI TREPALLE
5. PIU' SI TIRA PIU' SI ACCORCIA
8. FA PARTE DELLA REDAZIONE DEL GIORNALINO
11. SIGLA DI SONDRIO
14. UN RICOVERO PER PECORE
15. LO HA LA VECCHIA LAMPADA AD OLIO
16. NOTA, ARITMIA CARDIACA
19. PALLA IN RETE
22. IL TOPO DEL COMPUTER
23. INFARTO MIocardico ACUTO
25. LO HA SEMPRE DURO
28. PRESSIONE ARTERIOSA

DOWN

1. E' FAMOSA IN VALTELLINA
2. LA CITTA DI ROMEO E GIULIETTA

Italian

y	c	a	l	z	o	n	e	f	y	t	r	d	h	p
x	i	n	m	g	z	k	z	c	o	j	j	i	o	y
i	n	g	d	o	d	v	i	m	e	x	p	t	s	p
n	o	a	p	l	s	p	a	g	h	e	t	t	i	n
i	l	s	i	n	s	t	i	r	p	i	j	o	w	l
z	e	a	z	n	o	l	a	p	u	t	o	c	g	z
z	n	l	z	s	o	i	e	c	m	a	j	i	n	m
a	n	v	a	i	r	r	s	e	c	l	n	n	o	f
r	a	u	v	e	o	o	a	d	z	i	o	a	c	j
t	c	a	z	n	r	t	a	c	h	a	o	m	c	c
e	r	z	i	p	b	l	x	c	a	n	d	l	h	i
t	i	i	e	a	a	c	c	x	f	m	l	e	i	f
p	g	r	l	s	t	u	s	j	b	r	e	a	d	d
p	x	l	m	t	z	i	q	j	u	s	s	e	g	n
j	d	m	b	a	c	k	b	z	e	x	w	k	n	s

Bread

Calzone

Canneloni

Cheese

Gnocchi

Italian

Lasagna

Macaroni

Manicotti

Meatball

Mostaccioli

Noodles

Pasta

Pepperoni

Pizza

Pizzeria

Prosciutto

Ravioli

Salad

Spaghetti

Spicy

Tetrazzini

Tomato Sauce

Zucchini

Compagni di viaggio

Ma se tornando non m'hai salvato, a niuno in terra salvarmi è dato.
(scena VI, la Traviata di Giuseppe Verdi)

Madame Bovary di Flaubert

Madame Bovary ha costituito il primo e più clamoroso caso d'intervento censorio pubblico ai danni di un'opera moderna: con la sua pubblicazione, infatti, giunse insieme al successo l'incriminazione per oltraggio alla morale pubblica e alla religione, da cui peraltro lo scrittore fu assolto. Emma Bovary, è ormai divenuta per tutti il simbolo del disagio e dell'insofferenza borghese: sin dalla sua entrèe si presenta come una creatura che scalpita che sta smaniosamente cercando qualcosa e si sta cercando. E' un vampiro che si nutre di sangue altrui e del proprio. Morirà alla fine del suo stesso vampirismo, capace solo di procurarle solo appetiti e desideri sempre crescenti ed un'infelicità sempre più vorticoso. Flaubert, pare osservarla con una scrittura povera, funzionale, falsa per eccessiva verità dei particolari superficiali a causa dello sminuzzamento, per così dire dell'osservazione.

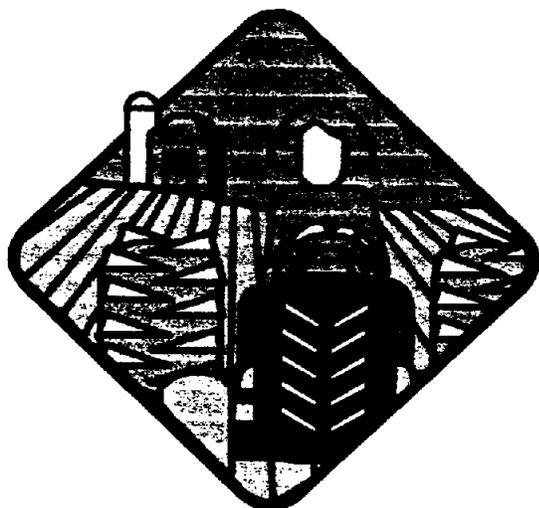
La variante di Lunerberg di Paolo Maurensing

Un colpo di pistola chiude la vita di un ricco imprenditore tedesco. E' un incidente? un omicidio? L'esecuzione di una sentenza?. E per quale colpa?. La risposta vera è un'altra: è una mossa di scacchi. Dietro a quel gesto si spalanca un inferno dalla forma di una scacchiera. Risalendo indietro, mossa dopo mossa troveremo due maestri del gioco, opposti in tutto ed animati da un odio inesauribile, che attraverso gli anni e i cataclismi politici pensando soprattutto ad affilare le proprie armi per sopraffarsi. Che uno dei due sia ebreo e l'altro sia stato un ufficiale nazista è solo uno dei vari corollari del teorema. Un gran maestro del gioco, Kasparov, disse una volta: gli scacchi sono lo sport più violento che esista.



Dott. Pistone Pronto Soccorso

Voglia di freschezza



La primavera porta con sé il risveglio dell'orto e le fresche verdure, quei primizie suggeriscono piatti e tradizioni di un tempo quando il proverbio meneghino " Succ e melòn a la sua stagiòn " aveva ancora un senso letterale. Oggi sulla nostra tavola troviamo tutto l'anno la totalità delle verdure che un tempo venivano consumate solo nella loro stagione, ed era un sapore diverso. L'abbondanza però di questi giorni di verdure novelle mi ha riportato alla mente alcune ricette classiche della tradizione contadina. Per l'esattezza si tratta di due torte di verdura ed una zuppa, tipica delle colline comasche, detta dell'imbroglìo.

Questa zuppa, vuole la tradizione, veniva preparata con le verdure freschissime e novelle nate sul versante della collina rivolto verso il sole nascente e raccolte, ancora umide di rugiada, dalle fanciulle in età da marito che, preparata la minestra, la propinavano poi, quale filtro d'amore ai bei giovani del villaggio, che di esse si innamoravano perdutamente sino a sposarle. Occorrerà, prima di tutto, far soffriggere in una pentola con una nocciola di burro qualche cipollina tritata ; poi si unisce qualche pomodoro spaccato con le mani, poi ancora si versano tutte le verdure tritate, e sopra acqua tiepida già salata sino a coprire il tutto. Si lascia borbottare in pentola per un po' e poi si aggiunge un battuto di lardo con aglio e basilico. Ancora trenta minuti di cottura e il filtro magico è pronto da servire caldissimo con fette di pane abbrustolito.

ZUPPA D'IMBROGLIO :

600 g di verdure primaverili
60 g di burro
2 cipollette
qualche pomodorino
50 g di lardo
2 spicchi d'aglio
qualche foglia di basilico
sale

TORTA DI VERDURE ALLA LIGURE

12 zucchine
6 cipollette
4 uova
40 g di burro
80 g di olio extravergine
prezzemolo
maggiorana
60 g di crema di latte
grana padano
pangrattato
sale
pepe

La prima torta di verdure che vado a proporvi è tipica dell'entroterra ligure. Scaldate metà dell'olio e il burro in un tegame, unite la cipolla tritata, aspettate che arrivi quasi a disfarsi, a fuoco basso, senza mai prendere colore, aggiungendo magari un mestolino di brodo di pollo. Unite le zucchine tagliate a rondelle o a dadini e lasciatele cuocere, rimestando di tanto in tanto finché diventino morbidissime, quasi disfatte anch'esse. Togliete il tegame dal fuoco e lasciate intiepidire, unite poi prezzemolo e maggiorana, la crema di latte, che sostituisce l'introvabile, per i più, *prescinseua* : nome ligure del residuo del caglio del latte. Unite ancora all'impasto le uova sbattute con 2 o

3 cucchiaini di formaggio, una presa di sale e una di pepe. Mescolate il tutto ottenendo un composto morbido ma consistente. Finalmente ungerete una teglia di olio e vi verserete il composto che porrete in forno per 15 - 20 minuti.

Se la torta appena descritta potrebbe fare da antipasto alla nostra zuppa la torta di zucchini alla napoletana e decisamente da considerarsi un secondo piatto.

Mondate, tagliate a fette larghe ma sottili le zucchini, infarinatele e friggetele in olio caldissimo. Avrete preparato, intanto, una bella salsa di pomodoro, scaldando in un tegame 3 cucchiaini di olio e 3 di strutto aggiungendo la cipolla tritata, e quando questa appassisce e incomincia a disfarsi, unirete i pomodori, aperti per togliere acqua e semi, e spezzettati, sale, pepe e basilico. A cottura ultimata passerete al setaccio la salsa che dovrà risultare piuttosto densa. Siamo alla conclusione: in una

tortiera versate una cucchiainata di salsa e distribuitela su tutto il fondo della teglia, fate sopra uno strato di zucchini, copritele con sottili fette di mozzarella emettete altra salsa. Continuate così sino ad esaurimento degli ingredienti e facendo in modo che l'ultimo strato sia di mozzarella e salsa. Mette in forno caldo per 20 minuti circa in modo che il tutto si scaldi e legghi.

Con questi piatti non resta che abbinare un vino bianco leggero ma aromatico quale un traminer servito non troppo freddo.

TORTA DI ZUCCHINE ALLA NAPOLETANA

8 - 10 zucchini
800 g di pomodorini da sugo
1 cipolla
150 g di mozzarella di bufala
basilico
farina
olio extra vergine
strutto
sale
pepe



Alla prosima.....

Marco Bassi

Attività future Gruppo Click 96.

A seguito del successo che ha ottenuto il 1° Concorso Fotografico (notevole la partecipazione sia qualitativa che quantitativa), il Gruppo Fotografico Click 96 intende promuovere per il 1997 un secondo Corso di Fotografia nei mesi di marzo-aprile organizzando anche una estemporanea Fotografica presso una località da definire.

E' intenzione dei componenti del Gruppo Fotografico partecipare a Concorsi Fotografici regionali e nazionali.

Per ulteriori informazioni rivolgersi a :

* Cecchetti Giuseppe - Anatomia Patologica int. 2243

* Veronelli Tarcisio - Farmacia Interna int. 2219

Nello scorso mese di dicembre, presso l'Aula Magna di Villa Citterio, sono stati premiati i vincitori del 1° concorso fotografico dell'USSL 33. Al concorso, organizzato dal gruppo "Click 96" e con tema "Immagini delle vacanze", hanno partecipato 25 concorrenti con un centinaio di fotografie.

Gli esperti componenti della giuria hanno assegnato il **1° premio a Gabriella Platania**, il **2° a Dolores Riccardi** e il **3° a Walter Ciraulo**. I vincitori sono stati premiati dal Presidente del CRAL USSL 33 RHO.

Inoltre sono state segnalate altre opere presentate da: Ambrosiani Luciana, Borin Franca, Chelini Carlo, Colonico Santo, Giudici Paola, Lacavalla Rossana, Paladini Tony, Parini Enrica, Pastori Angelo e Pavia G.Franco.



CENTRO ESTETICO ABBRONZATURA



Beauty Planet

RHO CENTER - C.so Europa Ang. Via Capuana Tel.02/930.52.09

Ai Soci CRAL della USSL n° 33 di Rho sono riservate le seguenti condizioni:

- ⊖ 10 % di sconto sui trattamenti abbronzanti
(visore trifacciale - lettino - doccia solare)
- ⊖ dal 20 al 30 % di sconto sui trattamenti estetici
(depilazioni - pulizie viso ecc.)

Tali condizioni verranno applicate nei giorni di *Martedì - Mercoledì - Giovedì*

Presso il nostro centro si effettuano check-up viso e corpo gratuiti e personalizzati a tutti i **dipendenti** USSL n° 33 di Rho.

Pesca alla trota

Purtroppo in questi ultimi anni, a causa dell'inquinamento dei corsi d'acqua e relativa rarefazione della fauna ittica, per pigrizia e anche per il portafoglio (costo benzina), molti pescatori preferiscono recarsi a pescare nei laghetti a pagamento molto numerosi nella nostra zona. Questi laghetti non sono quelli in cui uno butta l'amo ed accorrono un nugolo di trote, tutt'altro, è anzi facile tornare a casa col cestino vuoto perché sembra che le trote abbiano frequentato un apposito corso per non farsi prendere.

In questi mesi (gennaio, febbraio, marzo) occorre tenere presente che la trota iridea, preda principe in questi laghetti, vive bene in acque attorno ai 10 - 12 gradi centigradi, quindi i suoi movimenti sono dettati in gran parte dalla necessità di trovare l'ambiente migliore in cui vivere.

Può bastare una notte di gelo per spingere le trote a bloccarsi sul fondo o nei sottoriva più riparati, oppure un paio di giorni relativamente miti per farle risalire, è quasi impossibile quindi stabilire una regola; "del resto nella pesca non esistono regole fisse".

Comunque si può tentare con canne piuttosto robuste e versatili della lunghezza fra i 3,80 e i 4,20, la pesca si svolge soprattutto con gli affusolati galleggianti piombati di plastica o balsa, che molti chiamano "sbirulini". Nel recupero in acqua, il loro involucro esterno realizzato in materiale galleggiante, neutralizza il peso della zavorra sistemata all'interno facendo viaggiare la lenza a mezz'acqua ed evitando che precipiti subito sul fondo durante le pause o l'abboccata.

In questo periodo le esche consigliabili sono le camole del miele oppure grossi vermi di terra, con un filo dello 0,18 ed un mulinello a recupero veloce.

Un sistema molto valido per la ricerca del pesce è il cosiddetto conto alla rovescia. Dopo aver eseguito il lancio, non appena la zavorra cade nell'acqua, il pescatore chiude l'archetto del mulinello e incomincia a contare con cadenza il più possibile regolare durante la discesa del piombo. Può sembrare ridicolo ma qualche precisino fa uso di un cronometro ma non mi sembra il caso.

I primi recuperi si possono cominciare dopo aver contato fino a tre poi si passa a quattro e così via fino a quando non si sente l'abboccata e, se per caso non si sente niente, è consigliabile prendere la strada del bar che solitamente è vicino al laghetto a scaldarsi e mangiare un bel panino.



Rambaldi Armando
Pronto Soccorso

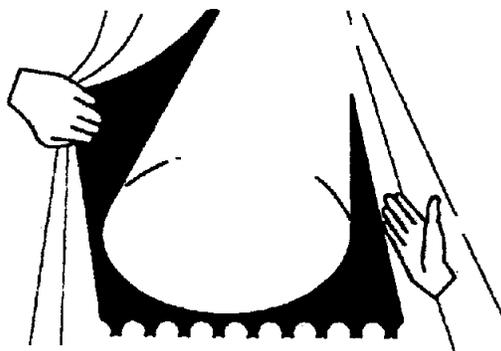
Parma, Bergamo, Torino ... in cerca di Lirica

Il viaggio a Parma, dove sabato 25 gennaio abbiamo assistito a un'ottima rappresentazione della "Traviata" di G. Verdi, è decisamente riuscito. Chi avrebbe immaginato che tra i nostri colleghi ci fossero tanti appassionati di Lirica: tanto numerosi che purtroppo non abbiamo potuto esaudire tutte le richieste, in quanto superiori alla disponibilità dei posti offerti dal Regio. E così, approfittando della giornata senza nebbia, schivando i blocchi dei contadini e dei loro trattori, senza ricevere sassate dai cavalcavia, abbiamo passato un'ottima serata nella città emiliana. Visto che è così difficile ottenere posti alla Scala di Milano (che comunque rimane la nostra meta giustamente più ambita) abbiamo in mente di guardarci attorno e scoprire in provincia (Parma, Bergamo, Torino...) l'opportunità di qualche originale uscita. Gli appassionati di lirica non hanno quindi da lamentarsi: si è pensato anche a loro. Dopo la Traviata ecco l'Aida in "operama": un palcoscenico di 1.200 metri quadrati con più di 700 interpreti in scena con alla testa un cast di cantanti di fama mondiale, un'orchestra di 70 elementi, un coro di 80 cantanti, 30 danzatori e più di 500 comparse. Al Forum di Assago il 13/14 marzo un bel gruppetto di nostri iscritti apprezzerà oltre alla musica un'opera d'arte completa, in una versione di emozionante grandiosità.

Intanto, per restare nel tema della Lirica, stiamo pensando fin d'ora a uno spettacolo all'arena di Verona. Chi non conosce l'Arena ha l'occasione di un'altra esperienza interessante. Si tratta di uno dei maggiori anfiteatri romani superstiti dove nei mesi estivi vengono rappresentate le opere liriche più famose. Quest'anno è la volta della Madama Butterfly di Puccini per la quale stiamo organizzando una spedizione a luglio. Comunicheremo con tempestiva puntualità condizioni, tempi e modalità per permettere a tutti di non perdere una simile occasione.

Dopo aver privilegiato in passato il teatro, relegando la musica classica alle rare occasioni scaligere, quest'anno abbiamo verificato che gli appassionati non mancano, per cui intendiamo in futuro dare un maggior spazio anche alla concertistica. E ancora una volta siamo confortati dal discreto risultato ottenuto con la proposta del Concerto al Conservatorio di Milano, domenica 23 febbraio. Abbiamo scelto un programma facile, che prevedeva musiche di Rossini, Stravinsky, Gershwin. Il successo è stato assicurato. Qualcuno ha scoperto un mondo nuovo del tutto sconosciuto, per cui ci sentiamo impegnati per il futuro a venire incontro alle richieste anche in questo settore musicale.

Marino Rita
Distretto di Lainate



CLASSIFICA 3° TORNEO DI BOWLING

Il 6 febbraio 1997 ha preso avvio il Torneo di Bowling, con la partecipazione dei soliti "aficionados" più qualche nuovo acquisto.

Come al solito più uomini, ma attenzione !!! Birilli tremate le Bowleriste "sono tomate". Ebbene sì, le donne si sono battute fino all'ultimo birillo con tenacia e qualche gufamento. Tutto questo non è bastato alla signora Fava Lucia che dopo la prima partita da dimenticare (solo 93 birilli), nella seconda non è riuscita a fare un ultimo strike che le avrebbe permesso di arrivare al 1° posto superando l'onnipresente Adami Catia (che monotoni)!!

Terza sul podio ancora la signora Faccia Luigia (a 20 birilli dalla prima) che staccava di due birilli la signora Dondoni Laura in sorprendente miglioramento.

Per gli uomini quasi lo stesso podio dell'anno scorso.

Primo il solito Rossoni Fiorenzo e adesso che è in pensione avrà più tempo per "inquadrare" meglio i birilli. Secondo la sorpresa Mascia Salvatore che, lavorando in radiologia, è riuscito a "impressionare" nella sua mente la giusta traiettoria per la sua boccia. Terzo il solito Radrizzani Damiano che, rispetto all'anno scorso, gli basterebbe solo la boccia forata su misura per dare del filo da torcere anche a me.

Sì, perché allo scrivente è stato proibito di giocare, forse perché sono un professionista? (La scuola è aperta a tutti)!

Per finire la lista dei "soliti noti", quarto è arrivato il signor Paleari Gianluca che pur curandosi il suo "strano" mal di schiena non è riuscito a mostrare il suo vero valore!? Bah!!! Comunque ... allenatevi la prossima gara si terrà il 10/4/97.

Castronuovo Giacomo
Trasporti

CLASSIFICA DOPO LA 1° GARA

UOMINI	punti	DONNE	punti
1) ROSSONI FIORENZO	323	ADAMI CATIA	222
2) MASCIA SALVATORE	273	FAVA LUCIA	218
3) RADRIZZANI DAMIANO	270	FAUCI LUIGIA	202
4) PALEARI GIANLUCA	252	DONDONI LAURA	200
5) RISCHIO PIETRO	240	BERGANTIN ROSY	199
6) SORENTINO FRANCESCO	232	MAINARDI ANNA	173
7) FERRARIO ROBERTO	230	BARBIERI GIOVANNA	166
8) RINGOLI ANGELO	229	PICCININI GIACOMA	155
9) GUARALDO CESARE	225	CARRINI CARMELA	142
10) DE MAIO MARIO	214	MAMMOLA ROSANNA	131
11) ROSSONI THOMAS	211	VIGNI MARISA	93
12) PEROTTA GIANNI	210		
13) CIRAULO WALTER	199		
14) MONTORFANO GIORGIO	196		
15) SESSA MASSIMILIANO	195		
16) RUGA ROBERTO	186		
17) DI TRINCA ALDO	179		
18) ZUCCA TORQUATO	167		
19) PALADINI TONY	155		
20) PONZIANELLI ALBERTO	154		
21) LONGARI BENITO	136		

UN ANNO SUI PEDALI

Cari amici, come regola ogni anno il nostro gruppo si accinge a riprendere l'attività ricreativa dimenticata all'inizio dell'ormai passato inverno.

Come punto di ritrovo per stilare il nuovo programma di attività ciclistica, abbiamo scelto un caldo ristorante alle porte della nostra città. Con ciclisti e amici del gruppo abbiamo ripercorso le avventure dello scorso anno, delle manifestazioni svolte sotto la pioggia, di forature, cadute e stanchezze patite durante i nostri raduni, gran fondo o gite, organizzate sia da parte nostra o da altre società.

Durante la serata, tra tagliatelle salame e una fetta di polenta, si è colta l'occasione per premiare coloro che nell'anno 1996 hanno totalizzato il miglior punteggio, vale a dire: **Morelli Alfredo (Emoteca) ex equo Rossetti Donato (Dispensa Rho)**

Tra applausi e brindisi, il gruppo decideva di rimandare il "dibattito" sui futuri programmi al giorno 24/1/97.

In questa data sono stati approvati i programmi dei raduni CRAL per le sezioni Cicloturismo e Mountain Bike come dal sottoriportato elenco.

Inoltre si sono stabiliti nuovi criteri per l'assegnazione del Titolo di Campione Sociale che prevede l'utilizzo di una classifica chilometrica, ossia i punti assegnati ad ogni singolo corridore saranno pari a chilometri percorsi sia nei raduni CRAL che nei raduni o Gran Fondo F.C.I. a cui si partecipa come componenti della SQUADRA CICLISTICA del CRAL.

E' stato approvato anche l'aumento delle prove a cui partecipare per usufruire delle facilitazioni e premi CRAL. Infatti da quest'anno ogni iscritto dovrà partecipare ad almeno sei raduni CRAL o F.C.I., fermo restando che le prove della F.C.I. valgono solo se vi si partecipa come componente la squadra CRAL USSL RHO.

Naturalmente sia per la classifica che per le facilitazioni, le prove saranno ritenute valide solo se portate a termine.

MOUNTAIN BIKE

DOMENICA	2/3/97
DOMENICA	6/4/97
DOMENICA	4/5/97
DOMENICA	1/6/97 o 8/6
DOMENICA	6/7/97
DOMENICA	3/8/97
DOMENICA	7/9/97
DOMENICA	5/10/97

CICLOTURISMO

DOMENICA	16/3/97
DOMENICA	20/4/97
DOMENICA	18/5/97
DOMENICA	15/6/97
DOMENICA	20/7/97
DOMENICA	17/8/97
DOMENICA	21/9/97
DOMENICA	19/10/97

N.B.: Il programma e la conferma della data sarà esposto nelle apposite bacheche. Per informazioni contattare: MOUNTAIN BIKE - Dario 2489, Fausto 2295.

STRADA - Donato 2207, Renato 2491.

Ecco alcuni luoghi dove si svolgeranno le gite in MONTAIN BIKE:

Parco del ticino, parco delle Groane, Pian Bosco e Mottarone.

I cicloturisti seguiranno un programma graduale di preparazione alle gran fondo, con uscite con difficoltà e lunghezza crescente, con lo scopo di arrivare agli appuntamenti previsti nella miglior forma possibile.

AVVISO

Si informano i soci che verranno organizzati

CORSI di RICAMO a TEMA

Che si terranno presso il Salone (ex Convitto) sito al secondo piano del P.O. di Passirana dalle ore 17.30 alle ore 19.30 secondo le seguenti modalità :

◆ *Punto croce e preparazione dei tessuti*

5 - 12 - 19 Febbraio e 5 Marzo '97

Soci £ 80.000

Non soci £ 100.000

◆ *Ricamo su tessuto filato*

10 - 18 - 25 Marzo '97

Soci £ 72.000

Non soci £ 90.000

◆ *Ricamo ad intaglio*

5 - 10 - 17 Aprile '97

Soci £ 72.000

Non soci £ 90.000

◆ *Ricamo a punti liberi*

9 - 16 - 23 Maggio '97

Soci £ 60.000

Non soci £ 75.000

- *Il costo del corso, a persona, è comprensivo del materiale (stoffe, filati, schemi etc.) che verrà fornito ad ogni partecipante dalla insegnante Sig.ra Cattaneo Letizia.*
- *Le prenotazioni dovranno essere effettuate entro una settimana prima dell'inizio del corso prescelto e saranno ritenute valide se accompagnate dal versamento di una quota pari a £ 30.000.*

Rivolgersi :

P.O. di Rho

sig. Pirola - Palazzina Amministrazione

P.O. di Passirana

Ufficio Protocollo

Per informazioni più dettagliate sui programmi dei corsi rivolgersi alla Dr.ssa Di Silvio

DBBB Arese Tel. 93582414

♠♥ La Pagina del bridge. ♦♣

Diventano sempre più avvincenti e anche più mattiniere le sedute di perfezionamento del corso di bridge per principianti, iniziato nell'anno scorso. A consacrare il sauperamento della fase iniziale del corso si è aggiunto al nostro gruppo l'erede naturale di Pabis-Ticci, capostipite indiscusso del "fiori romano". Si segnalano confortanti miglioramenti nel gioco della carta e nell'impostazione dei giochi di difesa, mentre non risulta ancora memorizzato lo schema licitativo distribuito.

Il problema seguente presenta non poche difficoltà a carte coperte, ma, osservando attenamente la distribuzione e manovrando accuratamente, è possibile difendere in Sud il contratto di sette quadri. Ovest attacca con Q 2.

N ♠ A Q 3
O ♥ A Q 6 4
R ♦ J 10 7
D ♣ A 7 3

O ♠ K 8 7 2
V ♥ K 9 8 7 5 2
E ♦ 4 2
S ♣ J
T

E ♠ J 9
S ♥ J 10 3
T ♦ Q 6 5
♣ Q 9 8 6 4

S ♠ 10 6 5 4
U ♥ —
D ♦ A K 9 8 3
♣ K 10 5 2

dott. Maurizio Cugno

ANCHE NOI CI PROVIAMO

Cari amici, parliamo un po' di calcio, prima di quello serio che vede la Juventus dominare il campionato.

Qual'è il segreto?

Una difesa ferma, bloccata (Ferrara e Montero super) un centrocampio agile e ragionatore con un attacco pericoloso pur senza Boksic infortunato.

Questo alla faccia degli "zonofili" puri che stanno fallendo su tutti i fronti.

Hodgson, con la sua difesa in linea colleziona una serie di pareggi inutili, Zeman e Galeone hanno perso la poltrona, Sacchi, dopo aver fatto ridere in azzurro, continua a farlo in rossonero. L'unico che resiste è Eriksson che, però, pratica una zona mista, riveduta e corretta e che può contare su uno degli ultimi fuoriclasse nostrani: Mancini.

Un campionato, comunque, mediocre che ha perso, per scelte sbagliate, giocatori fondamentali come Zola e allenatori eccezionali come Capello che sta riportando in auge il Real dopo averlo fatto con il Milan.

Ora passiamo al calcio più casareccio, quello nostrano.

E' più casereccio, ma non meno competitivo.

E' questa competitività che ci ha consentito, alla ripresa del girone di ritorno e dopo la pausa natalizia invernale, di infilare tre vittorie consecutive utili per inserirci nelle lotte al vertice. Ricordo ai lettori che quest'anno con la formula dei play-off è sufficiente entrare tra le prime quattro per partecipare alle finali.

La squadra, comunque, con i ritorni costanti di Moioli, Pacilli, Vismara e il completo recupero dell'ex-militare Campoleoni ha ritrovato lo spirito di una volta, a riprova che la forza è nella tradizione ed è a questa che i nuovi arrivati devono ispirarsi per proseguire, ricordando che bisogna sacrificarsi e soffrire anche in campo come nella vita, perché l'importante è vincere non partecipare.

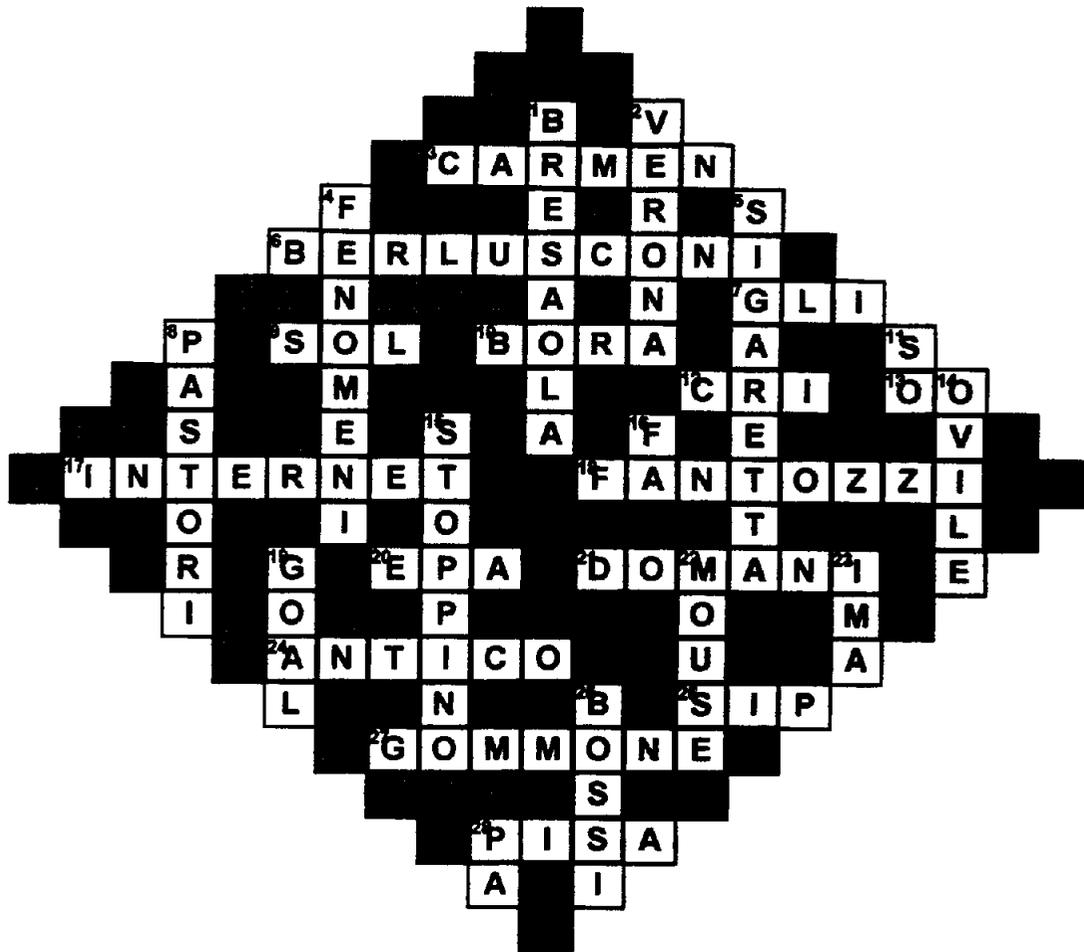
Voglio fare un complimento anche alla squadra femminile. Vedo le ragazze il mercoledì sempre numerose e motivate; questo fa ben sperare per il futuro calcistico e sportivo dell'Ospedale di Rho.

Un saluto.

Angelo Cetta
Amb. Odontoiatria



PASSATEMPO



ACROSS

- | | |
|---|---|
| <p>3. LASORELLA DELLA TELEVISIONE</p> <p>6. IL COMMENDATORE MI CONSENTA</p> <p>7. ARTICOLO PER SPORTIVI</p> <p>9. NOTA MUSICALE</p> <p>10. IL VENTO DI TRIESTE</p> <p>12. CROCE ROSSA ITALIANA</p> <p>13. DOPPIO ZERO</p> <p>17. RETE INFORMATICA</p> <p>18. E' ANCHE UN MINISTRO, E RAGIONIERE</p> <p>20. EDEMA POLMONARE ACUTO</p> <p>21. GIORNO FUTURO</p> <p>24. NON MODERNO</p> <p>26. SCUOLA INFERMIERI PROFESSIONALI</p> <p>27. GROSSA GOMMA</p> <p>28. VI E' LA TORRE CHE PENDE</p> | <p>4. GLI ABITANTI DI TREPALLE</p> <p>5. PIU' SI TIRA PIU' SI ACCORCIA</p> <p>8. FA PARTE DELLA REDAZIONE DEL GIORNALINO</p> <p>11. SIGLA DI SONDRIO</p> <p>14. UN RICOVERO PER PECORE</p> <p>15. LO HA LA VECCHIA LAMPADA AD OLIO</p> <p>16. NOTA, ARITMIA CARDIACA</p> <p>19. PALLA IN RETE</p> <p>22. IL TOPO DEL COMPUTER</p> <p>23. INFARTO MIocardico ACUTO</p> <p>25. LO HA SEMPRE DURO</p> <p>28. PRESSIONE ARTERIOSA</p> |
|---|---|

DOWN

1. E' FAMOSA IN VALTELLINA
2. LA CITTA DI ROMEO E GIULIETTA