

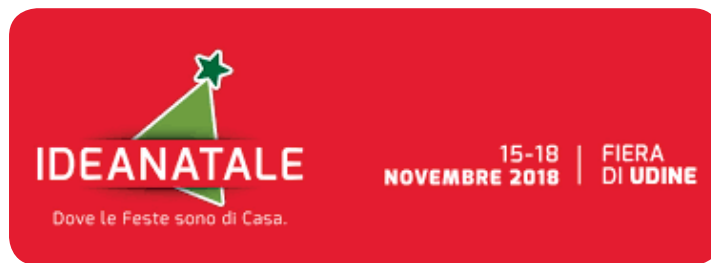


FOCUS - IDEA NATALE -

di Gianfranco Bellina

15-18 novembre Fiera di Udine

Anche per la 30^a edizione INGRESSO GRATUITO ed esperienziale. Gli italiani, nonostante tutto, cari e il Natale è l'occasione in cui questo gesto Novembre è il mese giusto per anticipare idee e dell'ultimo minuto e scegliere in tempo il regalo traguardo delle 30^a edizione forte del grande alla combinazione di nuovi e tradizionali punti di espositiva, posizionamento in calendario, visitatori in eventi anch'essi gratuiti. Ingredienti strategici che saranno riconfermati e valorizzati anche quest'anno per ribadire il ruolo che la manifestazione fieristica ha via via conquistato come strumento di promozione per le Aziende e di orientamento nelle scelte dei regali di fine anno tra idee classiche e tradizionali, addobbi e oggetti originali, abbigliamento e accessori e prelibati prodotti agroalimentari...



e una più ampia e qualificata proposta espositiva non rinunciano al piacere di fare regali ai propri assume particolare importanza e diffusione. proposte ad un pubblico che vuole evitare la corsa giusto. IDEA NATALE raggiunge l'importante successo di pubblico raccolto nel 2017 grazie forza: ingresso gratuito, qualità e varietà dell'offerta numerose occasioni di coinvolgimento dei

I CONSIGLI DI LUIGI

di Luigi Cerizzo

Il mio consiglio di oggi è...

comprate un cane o altro animale domestico! Sono proprio affettuosi. Non parlo solo di un cane o gatto; il mio consiglio vale anche per esempio per un canarino... il suo canto è bello e melodioso e fa stare tranquilli e... bene! Oppure io vi consiglio di comperare un pesce o un coniglio perché sono animali da compagnia ed è piacevole stare con loro.

Noi, da sempre, abbiamo animali in casa: abbiamo avuto la gatta Birba, due cani, entrambi di razza pastore tedesco: per prima Buck e poi Bart. Abbiamo avuto anche un cane di razza shihtzu, Nuvola e poi un secondo cane, della stessa razza e con lo stesso nome! Abbiamo due cavalli e una asina: Poldo e Tancos e Penelope, che vivono dietro al negozio ferramenta di papà. Quando arrivo a casa, Nuvola prima mi guarda giù dal terrazzo e poi va sulle scale e aspetta che io salga per salutarmi. Io sono contento di vederla e penso che anche lei sia contenta di vedere me perché mi fa le feste: lo capisco anche da come muove la coda.

FOCUS - REANA E LE SUE FRAZIONI

di Federica Benati

Reana è un comune che si trova in provincia di Udine. Di questo comune fanno parte diverse frazioni: il paese di **Remugnano**, dove noi andiamo di solito in palestra a fare attività sportiva con Natalino. In località **Morena** c'è la pizzeria Moby Dick, dove noi ragazze del gruppo appartamento andiamo a mangiare la pizza ogni tanto. Nella frazione di **Cortale, Valle e Rizzolo** scorre la roggia e ci sono alcuni mulini che si possono guardare facendo una passeggiata lungo i sentieri delle rogge. Nel periodo di Natale a **Qualso** c'è una mostra dove noi portiamo ogni anno il nostro presepio: con la lana, la stoffa, a punto croce. A fine ottobre c'è la Mostra Mercato regionale della patata a **Ribis**.

Noi ci siamo andate il 30 ottobre e abbiamo visitato la mostra con tante qualità di patate. A **Vergnacco** ogni anno c'è il Simposio Internazionale di scultura su pietre del Friuli Venezia Giulia. Quando andiamo, conosciamo gli scultori che sono all'opera e che lavorano la pietra con il martello e altri strumenti. A fine luglio, a **Zompitta**, si festeggia la "Fieste in te Tor" dove è possibile ascoltare musica e mangiare prodotti tipici friulani.

FOCUS - LA RACCOLTA DIFFERENZIATA (I PARTE) -

di Rudi Colautti (testi) e Maurizio Inguscio (trascrizione al PC)

La raccolta differenziata significa dividere tutta la spazzatura. Ma come si fa a dividere?

Si dividono

- **Carta e cartone**
- **Plastica e lattine**
- **Vetro**
- **Umido (avanzi del cibo)**
- **Secco residuo** (tutto ciò che non può essere differenziato)

Cominciamo con **CARTA E CARTONI**

Prendo la carta, la butto nel bidone della carta verde dietro il centro senza metterla nei sacchi in quanto non è richiesto. Quando è il momento si porta fuori sul ciglio della strada. Passerà il camion a raccogliere. La giornata in cui passa è il **giovedì**.

Ma quali sono i principali rifiuti da inserire? Vediamoli insieme:

- **Buste delle lettere con finestra in plastica**
- **Carta assorbente pulita**
- **Carta velina**
- **Cartoni**
- **Confezioni in cartoncino per alimenti (es: porta uova in cartone, scatole in**

cartoncino per pasta e riso, ecc.)

- **Contenitori cartonati per bevande (es: per latte, per succhi di frutta, per vino, ecc.)**
- **Etichette di carta per indumenti**
- **Fogli di carta**
- **Fotocopie**
- **Giornali e riviste**
- **Libri**
- **Quaderni**
- **Riviste**
- **Sacchetti di carta**
- **Scatolame di cartone**
- **Scontrini di carta normale**
- **Volantini pubblicitari**



FOCUS - SPORT INTEGRATO

di Monica Aldegheri

Ormai da qualche anno (*quest'anno cominciamo proprio lunedì*) noi dell'Associazione' partecipiamo ad un progetto che si chiama "Sport Integrato". Un gruppo di noi, una volta alla settimana va in una palestra (*quest'anno è stata scelta la Tiepolo*) a fare ginnastica e giocare insieme ad un professore di educazione fisica di nome Leonardo (*Leo*) e ai suoi allievi della scuola Zanon. Una volta arrivati, andiamo a metterci la tuta e le scarpe da ginnastica, entriamo in palestra e Leo fa l'appello per vedere chi c'è e chi non c'è. Quindi cominciamo l'attività vera e propria. Insieme agli studenti (*che hanno dai 15 ai 18 anni*) cominciamo a scaldarci facendo un po' di corsetta.

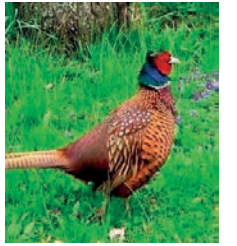
Ci dividiamo in gruppi misti e ogni volta Leo ci fa fare dei giochi diversi. Per esempio giochiamo a Basket, a Calcio, Ping Pong, Baseball oltre a tanti giochi che si inventa lui. L'attività la facciamo dalle 14.00 alle 15.15. Mi piace molto perché mi rilassa stare insieme agli studenti che sono molto simpatici e carini.

FOCUS - IL FAGIANO

di Luigi Cerico

Il fagiano comune è originario delle regioni che si estendono dalle rive orientali del Mar Nero.

Il maschio ha il piumaggio e la coda maggiormente vivace, il fagiano comune fa parte dell'ordine dei galliforme e della famiglia dei Fasianidi. Il fagiano nidifica a terra in un nido poco profondo, la femmina depone dalle sei alle dodici uova. Alla volta nati, i pulcini crescono velocemente e, nel giro di due o tre settimane al massimo, diventano adulti e sono in grado di volare autonomamente. Essi rimangono comunque sotto la protezione dei genitori (*il maschio che può misurare 66 a 89 cm mentre la femmina non supera i 63 cm*). Il corpo è piuttosto slanciato, con la testa piccola e la coda lunga composta da sedici o diciotto penne, le ali sono corte. Il Fagiano comune ha dimostrato tuttavia una spiccata adattabilità e flessibilità ambientale, colonizzando disparati ambienti in tutti i luoghi in cui è stato introdotto, dalle valli fluviali, ai campi coltivati, fino ai parchi e giardini urbani di diverse città italiane.



Questo uccello è comunque molto legato, specie nelle aree dove è stato introdotto, alle coltivazioni dell'uomo, nonché alla presenza di alberi o arbusti per l'apolo notturno.

Se anche quest'anno vorrai accordarci la Tua fiducia, sapremo mettere a frutto il tuo aiuto in modo trasparente e concreto. Nella Tua dichiarazione dei redditi, indica il codice fiscale della nostra Associazione!

94019500308

Associazione INSIEME SI PUO' - Onlus
 c/o Casa "Chiara Aquini" - via Vittorio Veneto, 136 - 33010 Reana del Rojale (UD)
 T/F 0432 857786 - E isp@associazioneinsiemesipuo.it - W www.associazioneinsiemesipuo.it

Puzzle su Spiderman realizzato da Luigi



L'ANGOLO DELLA COMUNICAZIONE
 di Alessio Cantarutti - Coordinatore Responsabile -

Si comunica che:

- chi parteciperà all'attività di "Passeggiata in Natura", è pregato di indossare scarpe da ginnastica/scarponcino e abbigliamento adeguato;
- si ricorda di provvedere allo spazzolino, dentifricio, cambio completo e quanto necessario per la vita in C.S.R.E.;
- vista la stagione autunnale, siete pregati di fornire un cambio per i lavori esterni di giardinaggio.

Restando a disposizione per eventuali chiarimenti, porgo cordiali saluti.

PROGRAMMA E MENU' DELLA PROSSIMA SETTIMANA					
Giorno	Attività Mattina	Pranzo		Attività Pomeriggio	Merenda
		Primo	Secondo		
LUNEDÌ 19/11	Attività	Crema di asparagi	Pomodori ripieni con crocchette	Attività	Mandarini
		1, 7	1, 7		/
		Luca	Luca		Luca
MARTEDÌ 20/11	Attività	Tortellini prosciutto e funghi	Carote lesse e tegoline	Tempo Libero	Yogurt al caffè
		1, 3, 7	/		7
		Luigi	Luigi		Luigi
MERCOLEDÌ 21/11	Attività	Gulasch con patate	Cavolfiori	Attività	Omelette alle noci
		/	/		1, 3, 7
		Savina	Savina		Savina
GIOVEDÌ 22/11	Attività	Tagliatelle al salmone	Finocchi all'arancia	Oggi propongo IO	Gelato
		1, 3, 4, 7	/		1, 3, 7
		Emanuela M.	Emanuela M.		Emanuela M.
VENERDÌ 23/11	Attività	Risotto alla zafferano	Ricotta e broccoli	Attività	Thè e biscotti
		7	7		1, 3, 7
		Silvia	Silvia		Silvia

