



INSIEME?!? SI PUÒ!!!

Il giornalino
dell'Associazione
Insieme si Può



info
&
web

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

Si informa che:

- stante il perdurare dello stato
emergenziale, anche la prossima
settimana offriremo gli Interventi
Straordinari in loco, con le stesse
modalità delle ultime settimane;

- nella sola giornata di **martedì
3/08** gli interventi termineranno
alle **ore 14.00** per le verifiche
dell'Equipe Educativa;

- gli interventi straordinari
presso i locali del C.S.R.E.
"Chiara Aquini" **riprenderanno
il 1° settembre** ed almeno
inizialmente con le modalità/
frequenze attualmente in essere.
Restiamo tuttavia in attesa delle
disposizioni che potrebbero
sopraggiungere;

- siamo tutti caldamente invitati
ad attenerci alle disposizioni
per il contenimento del rischio
contagio da COVID-19 e Vi
ringrazio della Vs. certa e
costante collaborazione;

- si ricorda che, come sottoscritto
dai Tutori/AdS/Familiari nel
patto di corresponsabilità
prima dell'inizio degli Interventi
Straordinari, ogni variazione
della stato di salute dell'Ospite
o di un familiare convivente, va
comunicato anche per iscritto
tramite il modulo "Allegato 6 -
Scheda variazione stato salute"
di cui avete ricevuto duplice
copia all'atto di sottoscrizione
del "Patto di corresponsabilità" e
nel caso si manifestasse febbre >
37,5°C o uno dei sintomi, l'Ospite
non potrà partecipare agli
interventi straordinari presso i
locali del C.S.R.E. "Chiara Aquini";

- per contattare il C.S.R.E.
siete pregati di continuare a
contattarmi al cellulare, al
nostro numero fisso continuerà
a rispondere il Gruppo
Appartamento;

RingraziandoVi per la pazienza
e per le attenzioni e restando
a disposizione per eventuali
chiarimenti, porgo cordiali saluti.

giorno	Spuntino di metà mattina	attività mattina	Pranzo			attività pomeriggio
			Primo	Secondo	Frutta	
Lunedì	Aperitivo con tramezzino tonno e olive		Fusilli alle olive e acciughe	Involto di melanzana	\	
	1-4-7		1-4	1-7	\	
2/8	Marco		Marco	Marco	\	
Martedì	Melone		Crostino con guacamole e salmone	Cesar salade	\	
	\		1-4	1-3-7	\	
3/8	Simone		Simone	Simone	\	
Mercoledì	Yogurt		Risotto porro e salsiccia	Insalata (pomodori, cetrioli, olive, feta)	\	
	7		6-7-9-12	7	\	
4/8	Silvia		Silvia	Silvia	\	
Giovedì	Ananas		Tostone farcito	Zucchine marinate	\	
	\		1-3-7	\	\	
5/8	Marco		Marco	Marco	\	
Venerdì	Aperitivo		Spetzle	Cappuccio e carote	\	
	\		1	\	\	
6/8	Tutti		Tutti	Tutti	\	



DA NON PERDERE

Causa maltempo lo spettacolo previsto
per il giorno 27 luglio è stato spostato a

Lunedì 30 agosto alle ore 20.30

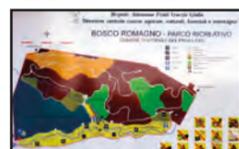
presso il Parco Marisa Troiano di Reanuzza (Reana)

La compagnia dei Riservati, in collaborazione con
Insieme si può, propone un nuovo salotto open air
dedicato alla tradizione orale del racconto dove tutti
possono condividere ciò che desiderano.
Il tutto allietato dalla musica dei giovani della **Banda
Filarmonica di Vergnacco**

Ingresso libero ma prenotazione obbligatoria

Contatti:
lacompaniadeiriservati@gmail.com

AL BOSCO ROMAGNO



**RACCONTI
sotto le
STELLE**
STORIE DAL MONDO

Lunedì 30 agosto - ore 20.30
Parco Marisa Troiano - Reanuzza (Reana del Rojale)

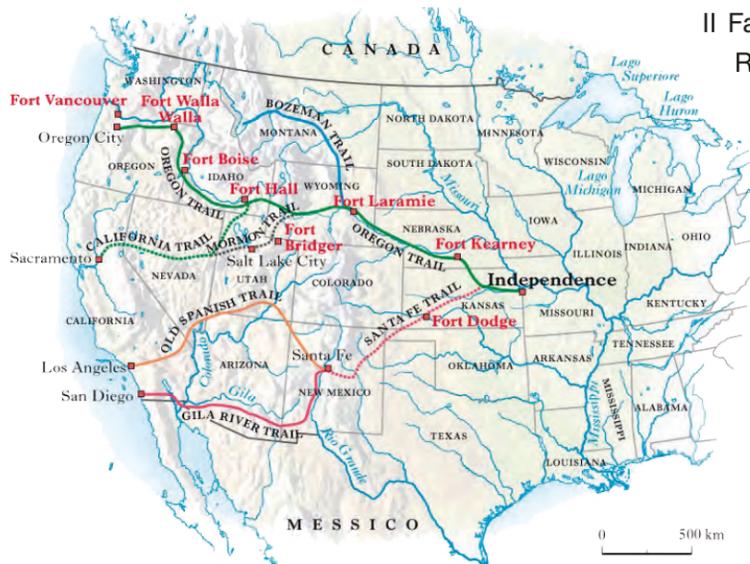
La Compagnia dei Riservati, in collaborazione con **Insieme si può**,
propone il nuovo salotto open air dedicato alla tradizione orale
del racconto dove tutti possono condividere ciò che desiderano
Il tutto allietato dalla musica dei giovani della **Banda Filarmonica
di Vergnacco**

Ingresso libero con prenotazione obbligatoria
mail: lacompaniadeiriservati@gmail.com



Il Far West

di Luigi Cericco



Il Far West comprende una vasta zona dell'America che si trova ad ovest del fiume Mississippi. Raggiunge anche la California, presa d'assalto dai cercatori d'oro. Sono regioni caratterizzate da vasti spazi, deserti, canyon e gulches, ovvero valli rocciose strette e aspre. A causa della guerra le mandrie furono abbandonate nelle mani delle donne e dei bambini e pascolavano confuse, visto che gli uomini erano impegnati a combattere. Per riorganizzare le file delle mandrie venne ideata una nuova figura, formata da giovani di età compresa tra i 18 e i 25 anni, molto bravi con i cavalli, chiamati cowboy.

I cow boy dovevano avere un abbigliamento comodo: un cappello a larghe falde utile per ripararsi dalle intemperie, camicia di lana, fazzoletto al collo per coprire la bocca dalla polvere, gilet con molte tasche, guanti per evitare bruciature, stivali stretti, appuntiti, col tacco alto. Fondamentale era la sella, che doveva essere la più comoda possibile. Gli strumenti di lavoro erano la frusta di cuoio ed il lazo.

Ricette d'oltreoceano. I Pancake

di Simone Qualizza

Se state progettando un viaggio negli Stati Uniti, preparatevi a degustare i deliziosi **pancake**, piccoli dischi spugnosi e saporiti che non aspettano altro che essere farciti con le leccornie più invitanti: la tradizione li vuole conditi con il tipico **sciropo d'acero**, un dolcificante naturale con un gusto che ricorda quello del miele. Ma accanto a questo tipico abbinamento sono ammesse tutte le varianti possibili, a patto che siano super golose: dalla **frutta fresca** o **scioppata**, alle **creme** fino alle **salse al cioccolato**. Potrete anche realizzare una versione con lo **yogurt**, light e poco calorica, oppure una versione proteica, ideali per gli sportivi. Gli americani non si fanno mancare proprio nulla e spesso accompagnano il piatto di pancake con ciuffi di panna montata, come si fa a resistere?

PREPARAZIONE

Iniziamo la preparazione dei pancake fondendo il burro a fuoco bassissimo, quindi lasciate intiepidire. Intanto dividete gli albumi dai tuorli. Versate i tuorli in una ciotola e sbatteteli con una frusta a mano, poi unite il burro fuso a temperatura ambiente e il latte a filo, continuando sempre a mescolare con la frusta. Montate il composto finché non risulterà chiaro.

Unite il lievito alla farina e setacciate tutto nella ciotola con il composto di uova, mescolate con la frusta per amalgamare.

Ora montate gli albumi che avete tenuto da parte, versando poco alla volta lo zucchero e quando saranno bianchi e spumosi incorporateli delicatamente al composto di uova, con movimenti dall'alto verso il basso, per evitare di smontarli. Mettete a scaldare sul fuoco medio (non alto altrimenti non darete il tempo all'impasto di lievitare bene durante la cottura e i pancake diventeranno troppo scuri) una padella ampia antiaderente (meglio se a fondo spesso) e, se necessario, ungete con poco

burro da spandere sulla superficie con l'aiuto di carta da cucina. Versate al centro del pentolino un mestolino di preparato, non ci sarà bisogno di spanderlo.

Quando inizieranno a comparire delle bollicine in superficie e la base sarà dorata, giratelo sull'altro lato per mezzo di una spatolina, come se fosse una crepe o una frittata, quindi fate dorare a sua volta anche l'altro lato, dopodiché il pancake sarà pronto.

Proseguite così con il resto dell'impasto e man a mano disponete i pancake su un piatto da portata, impilateli uno sopra l'altro. Con queste dosi dovrebbero formarsi all'incirca 12 pancake. Serviteli caldi e cosparsi di sciropo d'acero. Potete accompagnare i pancake con della frutta fresca o scioppata di vostro gusto.

CONSIGLIO

Per guarnire o accompagnare i pancake, oltre allo sciropo d'acero (Maple Syrup) usato dagli americani per la maggiore, potete usare miele, Nutella, creme varie, burro d'arachidi, marmellate, panna semi-montata o acida, frutta fresca o scioppata!



INGREDIENTI PER 12 PANCAKE

- BURRO 25 G
- FARINA 00 125 G
- UOVA MEDIE 2
- LATTE INTERO FRESCO 200 G
- LIEVITO IN POLVERE PER DOLCI 6 G
- ZUCCHERO 15 G

PER GUARNIRE

- SCIROPPO DI ACERO Q.B.

Vacanza in Val Pesarina

di Chiara Fontanini

Dal 19 al 24 luglio insieme a mia sorella e mio fratello, ho fatto una vacanza in Val Pesarina. Abbiamo fatto diverse cose. Vi accenno di alcune tappe fatte:

- **Passeggiata a Prato Carnico**, passaggio per il ponte tibetano: si trova su un sentiero all'interno del bosco; bellissimo
- **Stavoli di Orias** (m. 1011) C'è un sentiero dove siamo andati a camminare. Abbiamo trovato dei cassoni vecchi e ci siamo fermati a fare delle foto insieme a mia sorella e mio fratello. Mi piace molto vedere tanto prato verde e dei fiori.
- Passeggiata verso la **Cascata di Fuas** (m. 880) nel comune di Prato Carnico. C'è un sentiero dove abbiamo camminato per andare alla cascata. Purtroppo la strada era interrotta e siamo dovuti tornare indietro.

- **Rifugio De Gasperi** (m. 1770) Una lunga camminata fino al rifugio, abbiamo mangiato, abbiamo riposato e siamo quindi tornati indietro
- **Rifugio Chiampizzulon** (m. 1628) da piani di Vais (Rigolato) abbiamo fatto una bella passeggiata per il sentiero
- **Pesariis**. Passeggiata per vedere i vari orologi del paese.
- **Ciarcivento**, Mosaici, dipinti, foto, ceramiche sulle facciate delle case, la Bibbia a cielo aperto; praticamente una storia religiosa che parla sempre del signore. Sono racconti scritti sulle pareti delle case. Abbiamo visto inoltre un museo sempre a tema religioso con quadri sulla Madonna.

Mi è molto piaciuta questa vacanza a Pesariis. Eravamo alloggiati in un Hotel dove sul muro c'era un orologio con le costellazioni, i pianeti e i mesi.