

PAGINE IN LIBERTA'

Notiziario bimestrale dell'Associazione Vercellese Giovani Invalidi e Amici di Trino –
Direttore: Marina Boido – vicedirettore: Emanuela Locatelli – Collaboratori: Gianluca Milesi e Paola Berzano – Telefono:
0161/1921040 – Sito internet: www.avgiatrino.it – e-mail: marina.avgiatrino@email.it – avgiatrinovc@email.it –
Pubblicazione realizzata con il contributo del Centro Servizi per il Volontariato di Vercelli.

Anno 19 Numero 4

Novembre 2014

SOMMARIO

GIORNATE DEL VOLONTARIATO A VERCELLI	2
CONCERTO DELLA BANDA	3
ANGOLO DEL TECNICO	4
“LUI È TORNATO”	5-6
ECONOMIA DOMESTICA: PIANTE E FIORI AL CALDO	7-8
VITA ASSOCIATIVA	9
ANDAR PER MUSEI	10
RICORDI DI GIOVENTÙ	11
AL CUOCO ! AL CUOCO !	12
LA PAGINA DELLA SALUTE	13-14
MODI DI DIRE E BARZELLETTE	15
UN PO' DI SVAGO	16

BUON COMPLEANNO, AVGIA!!!!!!





GIORNATA DEL VOLONTARIATO A VERCELLI

Marina Boido

Domenica 28 settembre si è svolta l'ottava edizione della giornata regionale del volontariato organizzata come un grande open day delle associazioni del territorio.

Hanno partecipato all'evento ben venti associazioni. Si è prevista l'apertura straordinaria delle sedi delle associazioni, mentre i loro stand espositivi e informativi erano situati in piazza Cavour.

Alle ore 12 è stato eseguito anche un flash mob un ballo di gruppo con una coreografia preparata per l'occasione e anticipata sul profilo facebook del CSV di Vercelli.

L'Avgia, nelle persone di Paola e Rosanna, accompagnate dall'assessore ai servizi sociali Patrizia Massazza, hanno partecipato al flash Mob e alla presentazione dell'evento.

Il volontariato è un'importante risorsa sociale, perché aiuta le istituzioni nel servizio ai cittadini, e risorsa umana, perché una società è viva solo quando è attenta ai bisogni di tutti e sopperisce alle loro mancanze.



Concerto della Banda

Marina Boido

Martedì 26 agosto, nell'ambito dei festeggiamenti di San Bartolomeo, si è svolto presso il Teatro Civico il Concerto della Banda Cittadina "G. Verdi" diretta da Bruno Raiteri.

Lo spettacolo è iniziato con l'ouverture dell'"Italiana in Algeri" di Gioacchino Rossini, al termine dell'esecuzione il vice direttore Giuseppe Fracassi ha ringraziato i clarinettisti per aver brillantemente superato le difficoltà che il brano presentava.

Il concerto è proseguito con l'omaggio a Nino Rota, con tre brani famosi scritti per i film di Federico Fellini, "Amarcord", "La Strada" e "Otto e mezzo".

Durante l'esecuzione de "La Strada", Marcello Trincherò si è distinto con la sua tromba, riportando il pubblico all'atmosfera del film. Dopo le colonne sonore di Nino Rota, il concerto è proseguito con le arie delle operette, tra le quali "Tu che m'ai preso il cuor", "Luna tu" e la "Vedova Allegra". Prima di proseguire con il concerto, la banda ha suonato "Tanti auguri" ad una coppia che festeggiava i cinquant'anni di

matrimonio, facendoli e facendoci commuovere tutti. Il concerto è proseguito con le musiche di Ennio Morricone, tra le quali "Il Buono, il Brutto e il Cattivo", "Giù la testa" e "L'estasi dell'oro". Dopo le colonne sonore di Ennio Morricone, la banda ha reso omaggio a Domenico Modugno con alcune canzoni.

Durante il concerto, il vice direttore Giuseppe Fracassi ha presentato alcuni giovani musicisti che hanno debuttato nel concerto. Ha ringraziato gli insegnanti Pina Valentino e Giorgio Raiteri per il loro impegno nella scuola di musica della Banda.





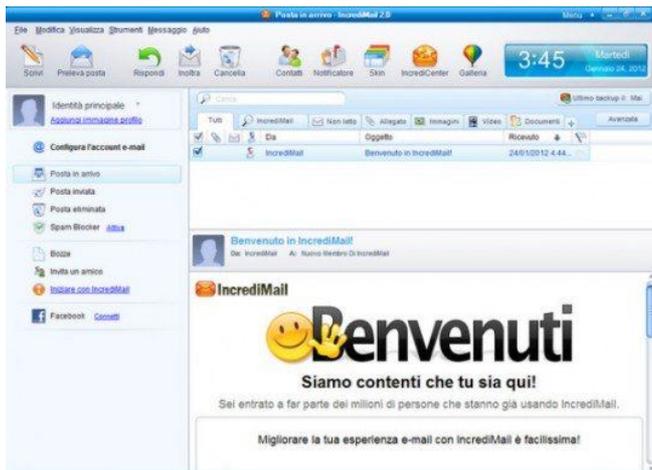
L'ANGOLO DEL TECNICO

Gianluca e Paolo

Programmi per posta elettronica

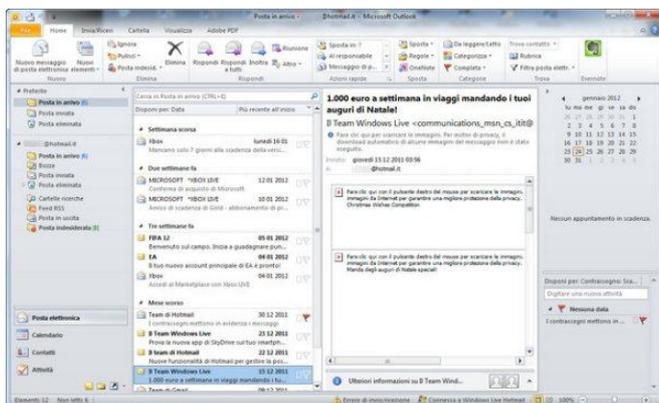
Riprendiamo la rubrica del tecnico proponendovi la rassegna dei migliori programmi per la gestione della posta elettronica.

Incredimail



Un divertentissimo programma per la posta elettronica unico nel suo genere. Riproduce nella realtà i software per le e-mail che spesso si vedono nei film, con animazioni, effetti sonori e assistenti virtuali su schermo. Include una vasta gamma di sfondi, faccine ed immagini che si possono usare per rendere le proprie e-mail simpatiche e divertenti ed è estremamente facile da usare anche per i meno esperti. Il programma è gratuito ma obbliga al cambiamento di homepage e motore di ricerca nel browser.

Microsoft Office Outlook

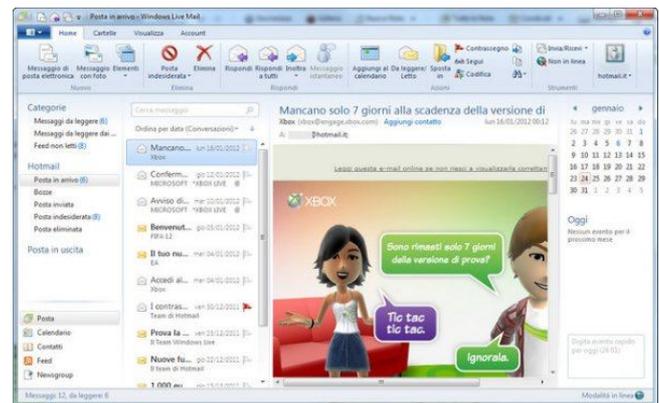


La soluzione professionale per la posta elettronica più usata al mondo. Non è solo un client per le e-mail ma un vero e proprio **Personal Information Manager** completo di agenda, calendario e tante altre funzioni molto utili che possono servire in un ufficio.

Attenzione

Il software è incluso nella versione Business della suite **Microsoft Office**. È a pagamento ma è disponibile (con gli altri programmi del pacchetto Office) in una **versione di prova gratuita** della durata di 60 giorni.

Windows Live Mail



Il programma gratuito per la posta elettronica offerto da **Microsoft**. Si tratta della versione aggiornata del buon vecchio **Outlook Express** con un'interfaccia grafica molto semplice da usare e il pieno supporto a tutti i principali provider di posta elettronica. Permette di evitare facilmente lo spam ed integra funzioni avanzate come il **calendario**, il supporto ai **feed RSS** ed altro ancora.

Il programma fa parte di **Windows Live Essentials**, il pacchetto di applicazioni gratuite realizzato da Microsoft in cui sono inclusi anche Windows Live Movie Maker, Windows Live Messenger ed altre utility molto interessanti per il sistema operativo Windows.

Per maggiori informazioni potete scrivere a: avgiatrinovc@email.it oppure visitare il sito: <http://aranzulla.tecnologia.virgilio.it/programmi-per-posta-elettronica-23782.html>



“Lui è tornato” di Timur Vermes

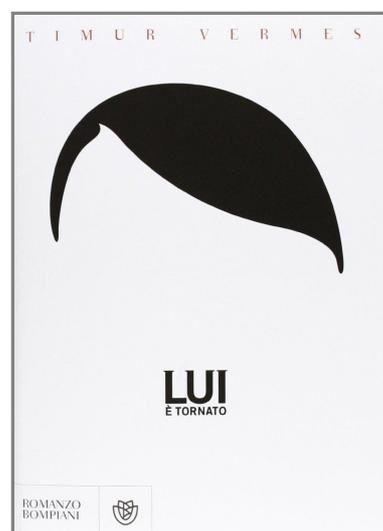
Cinzia Vanni

Tra i vari romanzi interessanti che mai mancano nella Biblioteca Civica di Trino merita attenzione quello scritto da Timur Vermes, che racconta di un improbabile risveglio di Hitler ai giorni nostri. Il protagonista, una volta resosi conto della situazione straordinaria in cui si trova, ritiene di essere stato inviato dalla Provvidenza per guidare il popolo tedesco alla felicità ed alla vittoria, e si fa strada nel mondo dello spettacolo. Benché non esiti a presentarsi alle persone come Adolph Hitler, ovviamente nessuno pensa che parli sul serio, e viene scambiato per un bravo attore comico, tanto da ottenere uno spazio in una trasmissione e da diventare in breve una celebrità. Hitler non fa che essere se stesso ed enunciare tutte le sue teorie ed idee ma, complice la superficialità della gran parte delle persone, passa per un comico che vede con occhio satirico la società contemporanea. Con il suo modo di fare riesce a crearsi un buon gruppo di collaborato-

ri, lui capisce che nessuno lo ritiene il vero Fuhrer ma riesce, con tatto e diplomazia, sfruttando anche gli equivoci che si creano, ad avere dalla sua parte un buon seguito di persone, che lo ritengono un genio e che ignorano di essere in realtà manipolate per i fini politici del capo dei nazisti. Nel romanzo si trovano tante situazioni comiche: gli equivoci, le imprese di Hitler alle prese con la tecnologia moderna, le sue perplessità sul funzionamento della moderna democrazia, i dialoghi con le persone che, non capendo chi egli sia in realtà, interpretano in maniera fuorviante quello che dice. Ne emerge una personalità contraddittoria, che da una parte è vegetariana, ama gli animali ed è contro l'aborto (ovviamente solo per quel che riguarda i futuri bimbi di razza ariana), ma dall'altra persegue il suo folle fine basato sulla superiorità di una razza sull'altra, ritiene che per ripulire il sangue del popolo sia necessaria una guerra ogni venticinque

anni, e che i bambini siano i futuri granatieri e soldati dell'esercito tedesco. Gli equivoci si susseguono in continuazione, fino al punto da venire minacciato e malmenato da un gruppo di autentici neonazisti che lo accusano di prendere in giro il loro leader e di far parte di un gruppo sovversivo di ebrei turchi! (così nel testo). Il finale non è scontato ed è abbastanza inquietante, è un monito a non abbassare mai la guardia perché, come già è successo in passato, anche chi sembra meno credibile alla fine riesce a manipolare le persone ed a coinvolgerle in un progetto che dire folle è poco. Il romanzo inoltre, e questo è solo il parere di chi scrive, ci insegna anche che, almeno nella parte occidentale dell'Europa, nonostante i burocrati che siedono in Parlamento a Bruxelles e che fanno di tutto per fare detestare l'Unione, la Società e le persone sono più o meno le stesse. Attraverso lo sguardo del Fuhrer e dell'autore, che peraltro chiaramente condanna le follie del dittatore, passa tutta una serie di trasmissioni di cucina, di reality,

di trasmissioni comiche sulla cui qualità è legittimo dubitare. Inoltre il modo di educare i figli, lo stile di vita della gente, il proliferare di tanti piccoli partiti, le risse dei partiti principali, sempre a caccia di consensi e dal ritmo di lavoro molto lento, fa capire come non ci sia poi così tanta differenza tra l'Italia e la Germania, che i Media definiscono locomotiva d'Europa e fulgido esempio di buon funzionamento. Non bisogna mai banalizzare, inoltre questo non autorizza a pensare che le follie hitleriane siano legittime, però aiuta a capire che forse nella nostra essenza siamo più europei di quanto non pensiamo. "Lui è tornato" è un romanzo divertente, intelligente, che fa riflettere e che merita di essere letto.





ECONOMIA DOMESTICA: PIANTE E FIORI "AL CALDO"

Vento e freddo sono nemici del giardino e dell'orto che, se non protetti adeguatamente in questa stagione, e ancora durante l'inverno, rischiano di essere danneggiati. Anche se molte piante sopportano il freddo, tutte soffrono in presenza di temperature particolarmente basse. E mentre la parte aerea potrebbe germogliare di nuovo in primavera, grazie a una buona potatura, se a gelare è la radice, è da considerarsi morta. Come evitare che ciò accada?

Accorgimenti giusti

Il primo consiglio è **esporre le piante in direzione sud**, anche durante i mesi invernali: così facendo avranno il maggior numero di ore di luce e tepore. Prima di procedere con metodi di protezione, è utile concimare con un prodotto specifico a rilascio lento, che permetta di ottenere il nutrimento per lunghi periodi attraverso le innaffiate. **Per chi ha il giardino, un metodo consigliato è il cannicciato di bambù**: si tratta di una parete realizzata con canne di bambù che crea una protezione dal fred-

do. Questa soluzione, però, è sconsigliata se abitate in un luogo molto ventoso. Altro strumento efficace è il **bambù costruito lungo il fusto** di ogni singolo arbusto: è utile se avete piante lunghe che non sarebbero protette da una struttura a tutta altezza.

Tra le soluzioni c'è anche la plastica

Un metodo alternativo al bambù è **l'agritessuto, efficace soprattutto perché ha una trama traspirante**, ottima per proteggere la pianta dalle basse temperature e per penetrare la luce del sole e l'acqua piovana, in modo non troppo invasivo. Uno dei rimedi più adottati, tuttavia, è il **telone di plastica**, che però non garantisce il passaggio d'aria e la fotosintesi. Crea, inoltre, all'interno un alone di umidità dannosa e stagnante che, a lungo andare, rischia di procurare danni facendo morire le piante.

Calore di casa

La soluzione migliore è **riparare le piante all'interno**. Quindi, se disponete di un androne o di un piccolo spazio protetto sul bal-

cone di casa, soprattutto nei periodi in cui arrivano gelo e neve, è opportuno sistemare le piante in questi luoghi.

È bene fare questo spostamento soprattutto per le piante giovani, quelle che avete acquistato da poco, perché sono abituate a un clima da serra e non affatto preparate a queste temperature. Non solo: un minimo di calore può essere vitale. Il posto ottimale sarebbe vicino al muro e in terra, evitando mensole in alto che le espongono ancor di più al freddo.

Acqua con moderazione

È molto importante **evitare ristagni d'acqua** con il gelo ghiaccia tutto in poco tempo. Controllate ogni giorno il terreno, che deve essere asciutto, e innaffiate con una frequenza minore rispetto a primavera ed estate.

Rimedi naturali e coperture in agritessuto

Per tenere ancora più al caldo la vostra pianta, potete metterla in un contenitore più grande, creando uno **strato di paglia sul fondo** e riempiendo con **trucioli di legno e altra paglia**.

Questo ricovero terrà le radici al sicuro. Da proteggere, così, vi rimarrà solo il fusto per il quale potete tranquillamente ricorrere all'agritessuto.

Se, invece, avete solo bulbi e piccole piantine, potete mettere un vaso rovesciato che faccia da copertura. Questa protezione va bene per la notte, ma deve essere rimossa durante il giorno per assicurare la giusta dose di sole e aria.





VITA ASSOCIATIVA

Marina Boido

Domenica 5 ottobre l'A.V.G.I.A. ha festeggiato 25 anni dalla sua fondazione.



La giornata ha avuto inizio con la Santa Messa in Parrocchia, concelebata da Don Piero Busso, parroco di Trino e da Don Alberto Colombo, Presidente della nostra Associazione. Insieme a noi hanno festeggiato anche AIDO e FIDAS per la giornata nazionale. Per animare la Santa Messa, durante l'offertorio abbiamo portato all'altare, oltre al Pane e al Vino, anche alcuni oggetti di nostra produzione: le icone, il giornalino, il découpage e le fotografie più rappresentative dei bei momenti trascorsi insieme. Anche l'AIDO ha animato la Santa Messa con un bellissimo balletto eseguito dalle ragazze di Daniela Gardini, sulle commoventi note di "La vita è un dono" di Renato Zero. Nel pomeriggio, abbiamo accolto i rappresentanti del comune e del-

le associazioni che in questi 25 anni ci sono state vicine, i soci e i tanti amici presso la nostra sede per festeggiare con noi l'anniversario. Prima di iniziare il rinfresco il nostro presidente Don Alberto Colombo ha parlato di come è nata l'Avgia e dell'arricchimento non solo sociale ma personale che si ha nel donarsi agli altri con il cuore. Sul tavolo del rinfresco, campeggiava una bellissima torta alla panna con la scritta 25 in cioccolato.

Per il nostro anniversario abbiamo ricevuto il bellissimo dono della condivisione tra amici e al termine della festa anche il mini concerto da parte dei nostri coinquilini della banda cittadina Giuseppe Verdi.

Grazie di cuore a tutti.

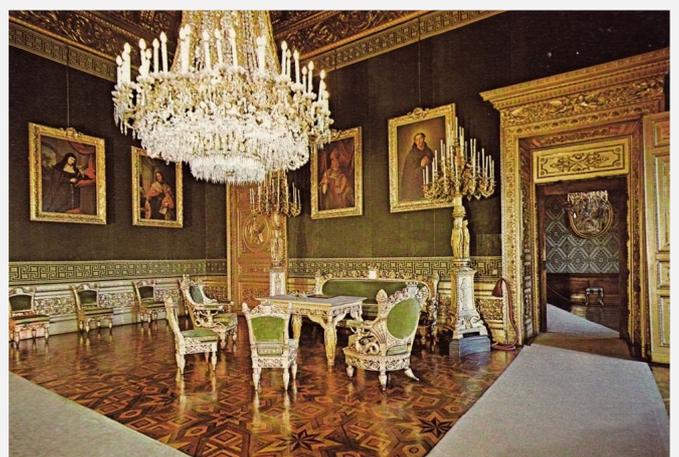




ANDAR PER MUSEI: IL PALAZZO REALE DI TORINO (1° Parte)

Il Palazzo Reale di Torino è la prima e più importante tra le residenze sabaude in Piemonte, teatro della politica del regno sabauda per almeno tre secoli. È collocato nel cuore della città, nella Piazzetta Reale adiacente alla centralissima Piazza Castello, da cui si dipartono le principali arterie del centro storico: via Po, via Roma, via Garibaldi e via Pietro Micca. Rappresenta il cuore della corte sabauda, simbolo del potere della dinastia e, congiuntamente alle altre dimore reali della cintura torinese, come la reggia di Venaria Reale, la Palazzina di caccia di Stupinigi o il castello del Valentino, è parte integrante dei beni dichiarati dall'Unesco quali Patrimonio dell'Umanità. Il palazzo, destinato a residenza reale, venne progettato tra la fine del Cinquecento e l'inizio del Seicento da Ascanio Vittozzi. Alla morte di quest'ultimo, i lavori vennero affidati, durante la reggenza di Cristina di Francia, a Carlo di Castellamonte. La facciata presenta una parte centrale affiancata da due ali più alte, secondo il progetto seicentesco

di Carlo Morello. Le sale del piano nobile sono decorate dalle immagini allegoriche che celebrano la dinastia reale, realizzate dalle mani di diversi artisti. Alla fine del Seicento Daniel Seiter viene chiamato per affrescare il soffitto della Galleria, che verrà chiamata anche Galleria del Daniel, e Guarino Guarini edifica la Cappella della Sindone per ospitare la preziosa reliquia. Nel Settecento viene chiamato, per alcuni interventi di modifica, l'architetto Filippo Juvarra. Egli realizza per il Palazzo la Scala delle Forbici costituita da doppie rampe e il Gabinetto Cinese decorato dagli affreschi settecenteschi di Claudio Francesco Beaumont, artista di corte durante il regno di Carlo Emanuele III.



RICORDI DI GIOVENTÙ

Carlo Bocchero

Mi è stato chiesto di mettere per iscritto alcuni ricordi di quando a ventisei anni mi ero messo in testa di partire come volontario per i paesi di missione. Ho esitato un po' ma poi ho pensato che la mia esperienza avrebbe potuto servire ad altri per non ripetere i miei errori. Come ho già accennato, a ventisei anni con un diploma di infermiere psichiatrico in tasca e un po' di buona volontà mi sono rivolto ad una associazione di volontari (la LVIA di Cuneo) che di primo acchito mi mandò per sei mesi ad Anversa per fare un corso di malattie tropicali presso l'Istituto Principe Leopoldo. Fin qui tutto bene. In compagnia di un altro aspirante volontario italiano ho fatto del mio meglio per seguire i corsi in lingua francese e ho conseguito il diploma. Al mio ritorno a Cuneo pensavo di essere presto inviato in qualche paese dell'Africa per esercitare il mio servizio di volontario. Ma i responsabili dell'Associazione nicchiavano accampando diverse scuse e motivazioni, alcune plausibili altre meno. Fatto sta che trascorsi più di un anno nell'attesa dell'invio passando i mesi un po' in famiglia e un po'

in una casa in una località vicina a Cuneo che ospitava gli aspiranti volontari. A un certo punto mi stancai di aspettare ed organizzai, senza consultarmi con i responsabili dell'associazione, un viaggio in Senegal dove sapevo che c'era una comunità di volontari dell'LVIA. La mia permanenza in Senegal durò una settimana. Fui accolto bene e mi ricordo ancora perfettamente i nomi delle località che ho visitato, ma i responsabili di Cuneo mi fecero subito rimpatriare. Dopo questa esperienza, un po' frustrante a dire il vero, nel febbraio 1974 fui inviato a fare volontariato presso il Cottolengo di Torino. Qui conobbi una bella realtà che mi arricchì molto non solo spiritualmente. Ma il mio pensiero era sempre quello di andare in Africa. E allora ad un certo punto partii per Roma per andare a verificare presso il Ministero degli Esteri la mia posizione riguardo all'esonero dal servizio militare. E qui mi ammalai seriamente e fui ricoverato in ospedale. Al mio ritorno in famiglia dopo la degenza, voltai completamente pagina e non pensai più di andare in Africa.



AL CUOCO ! AL CUOCO !

TORTINO AL CIOCCOLATO

Ingredienti per 6 persone

220 gr di cioccolato fondente al 70 per cento

60 gr di farina 00

150 gr di zucchero semolato

60 gr di burro

6 uova

Zucchero a velo

Preparazione:

Rompete il cioccolato a pezzetti non troppo grandi e tagliate 50 grammi di burro a cubetti medi. Sciogliete il cioccolato a bagnomaria. Ponete il tutto sulla fiamma media e fate scaldare in modo che il burro e il cioccolato si fondano.

Rompete le uova e separate il tuorlo e albumi. Dividete lo zucchero in due parti uguali e mettetene metà nei tuorli. Con le fruste elettriche montate finché otterrete una massa spumosa e chiara. Togliete il cioccolato

dal bagnomaria e lasciatelo intiepidire. Montate gli albumi con il rimanente zucchero.

Unite il cioccolato ai tuorli montati, aggiungete delicatamente la farina facendo attenzione a non smontare il composto e unite gli albumi montati, con un movimento dal basso verso l'alto.

Imburrate otto stampini monoporzione e versateci il composto. Infornate in forno già caldo, a 180° per 7 minuti. Sfornate e servite dopo aver cosperso di zucchero a velo.





LA PAGINA DELLA SALUTE: Rafforza così le tue difese!

Il sistema immunitario è costituito da un insieme di sostanze chimiche prodotte dall'organismo e da cellule che hanno funzione di riconoscere ed eliminare elementi estranei e potenzialmente pericolosi, come virus, batteri, funghi microscopici, parassiti, cellule alterate ecc..., che possono provocare malattie.



La cosa che dovete sapere è che esiste un **sistema immunitario innato**, che protegge in generale da eventuali pericoli esistenti, senza distinguere e riconoscere gli elementi pericolosi l'uno dall'altro: li attacca e basta. Si tratta di una prima linea di difesa costituita per esempio dalla pelle (che funge da barriera contro virus, batteri e simili), dalle mucose, dalla saliva, da alcuni tipi di globuli bianchi (per esempio natural killer, macrofa-

gi, granulociti). Il sistema di difesa innato, quando incontra un elemento pericoloso, pone l'organismo in stato d'allerta, stimolando così il **sistema immunitario acquisito**. Quest'ultimo riconosce specificamente eventuali nemici e li elimina in modo mirato. È il sistema di difesa acquisito che permette, per esempio, al vostro corpo di riconoscere anche a distanza di anni virus e batteri che vi hanno provocato una malattia (la varicella, il morbillo, ecc...) e di eliminarli evitandovi di ammalarvi una seconda volta, perché conserva una memoria dei nemici già incontrati. **Tutte le cellule del sistema immunitario vengono prodotte nel midollo osseo (il tessuto che si trova all'interno delle ossa piatte) o nel timo**, un tessuto che si trova nell'addome, e tengono sotto controllo tutto l'organismo perché sono trasportate dal sangue. **Il primo consiglio è quello di fare attività fisica**. Le ultime ricerche hanno dimostrato che praticare un'attività fisica, moderata ma costante, dimezza la durata dei malanni

stagionali. Probiotici e cibi ricchi di vitamine del gruppo B, di zinco e di selenio, possono dare una mano a rafforzare le difese. I probiotici sono batteri buoni che si trovano ad esempio nello yogurt e nel latte fermentato, che migliorano la flora intestinale creando un ambiente locale ideale. Le vitamine del gruppo B (che si trovano soprattutto nella carne, nel pesce, nei cereali, nel latte) aiutano ad aumentare le cellule di difesa e a "riparare" più velocemente le cellule respiratorie colpite dai germi. Anche lo zinco e il selenio possono fare molto contro i virus autunnali perché aumentano le capacità difensive delle cellule del sistema immunitario. Si trovano soprattutto nella carne, nel pesce e nelle uova. Ci sono situazioni in cui le difese possono calare e in cui si può quindi essere più esposti a virus, batteri e si-

mili. Le cause sono diverse, ma le più comuni sono legate a situazioni di sovraccarico del sistema immunitario. Se si è appena stati malati, per esempio, le difese possono essere ridotte perché sono state impegnate a combattere la malattia da cui si è appena guariti e si devono ricostituire. Anche lo stress può giocare brutti scherzi, perché è dimostrato che un eccesso d'impegni può influire negativamente sulla disponibilità delle cellule e delle sostanze di difesa, aumentando il rischio di ammalarsi. Infine il freddo, che può bloccare le ciglia che rivestono il sistema respiratorio e che di solito muovendosi respingono l'attacco di virus e batteri di stagione. Se le ciglia si bloccano, i germi possono penetrare più facilmente nelle vie respiratorie e causare raffreddore, faringiti, tonsilliti, bronchiti.





MODI DI DIRE E BARZELLETTE

Tanto va la gatta al lardo che ci lascia lo zampino Chiunque compia ripetutamente un'azione, generalmente ritenuta proibita, alla fine rischia di subire conseguenze altamente sconvenienti. Si ritiene, tra le varie ipotesi circolanti in ambito popolare, che questa espressione sia ricollegabile ad un evento probabilmente frequente in passato, quando il lardo veniva affettato sul tagliere con la mezzaluna, e poteva occorrere che il gatto domestico di turno tentando furtivamente di sottrarne dei pezzi con le zampe finisse per perderle accidentalmente.

BARZELLETTE

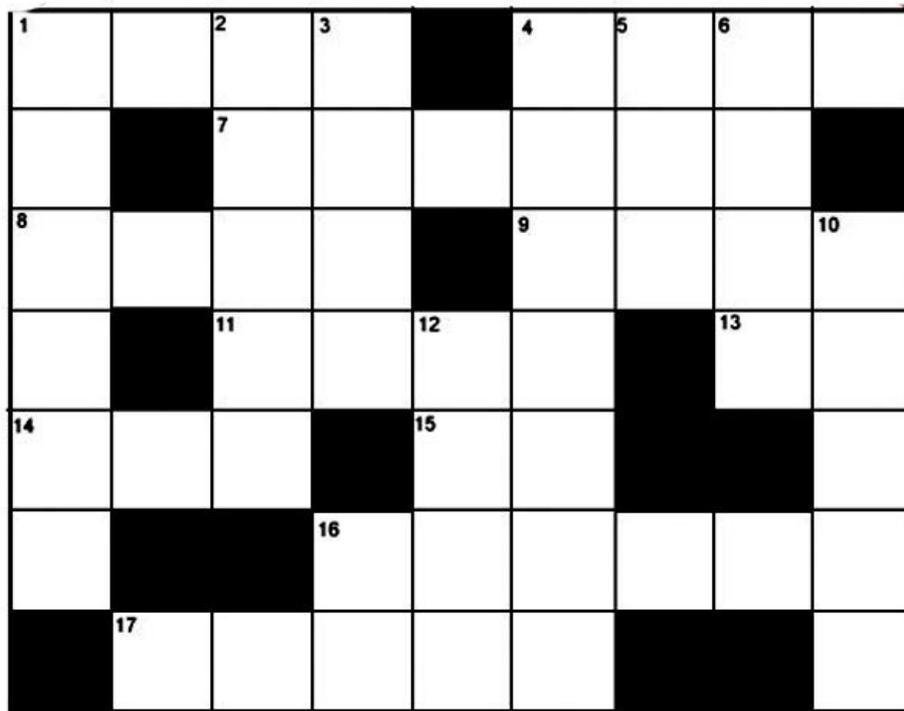
Alla mensa ufficiali, prende posto il capitano. "Cosa comanda, signor capitano?" chiede il carabiniere di turno. "Lo sai benissimo che comando la terza Compagnia!"

Due Carabinieri scoprono tre granate a mano per la strada e decidono di portarle al comando. "e se ne esplosione una..?" - Chiede il più giovane - "Non ha importanza" - Lo rassicura l'altro - "Diremo che ne abbiamo trovate solo due..!"

Perché i carabinieri non vanno mai a fare il tiro al piattello? - Perché le mogli non sanno come cucinarli.



UN PO' DI SVAGO



ORIZZONTALE

- 1) ANIMALE AMICO DELL'UOMO
- 4) IL CONTRARIO DI FALSO
- 7) OGNI PIANETA SEGUE LA SUA
- 8) SI STRINGE PER FARE PACE
- 9) RIFUGIO DEGLI ANIMALI
- 11) E' BIANCA E FREDDA
- 13) PREPOSIZIONE ARTICOLATA
- 14) NE HA TANTI CHI HA LA PELLE CHIARA
- 15) META' OLIO
- 16) IL...POLLICE DEL PIEDE
- 17) LA CASA DEGLI ESCHIMESI

VERTICALE

- 1) VI ARDE LA LEGNA
- 2) IL 2 OTTOBRE E' LA LORO FESTA
- 3) PUO' ESSERE SUPER
- 4) IL FIGLIO DELLA MUCCA
- 5) OGNI ANNO...AUMENTA
- 6) GRACIDA NELLO STAGNO
- 10) IL LETTO DEL FIUME
- 12) CON IL VENTO LO PRENDE L'AQUILONE
- 16) META' ALCE