



I SETTANT'ANNI DELLA COSTITUZIONE DELLA REPUBBLICA ITALIANA



Roma, 27 dicembre 1947. Il Capo Provvisorio dello Stato, Enrico De Nicola, firma la Costituzione della Repubblica Italiana.

SEDE DEL CRAL-APT

Stazione Marittima
Molo Bersaglieri 3
34124 Trieste
Direttore:
Giuseppe FATUR
Tel. Sede e Fax: 040 300363
www.cralportotrieste.com
cralportotrieste@gmail.com

* * *

ORARIO ESTIVO DEL CIRCOLO LUGLIO

lunedì e giovedì
09:00-12:30 / 15:30-19:30
martedì, mercoledì e venerdì
09:00-12:30, pomeriggio chiuso
sabato chiuso

AGOSTO

Chiusura estiva
dal 1° al 31 agosto 2018
Riapertura lunedì 3 sett. 2018
con il consueto orario:
da lunedì a venerdì
09:00-12:30 / 15:30-19:30
sabato 09:00-12:30
domeniche e festivi chiuso

* * *

ORARIO DI SEGRETERIA

martedì e giovedì
17:00 - 19:00

* * *

PALESTRA SOCIALE

Torre del Lloyd - mag. 93
via K.L. von Bruck 5
Direttore: Giorgio BIZJAK
Tel. 040 303903

* * *

BAGNO MARINO SOCIALE

viale Miramare 30
Aperto da giugno a settembre
Direttore: Maurizio ARENA
Tel. 331 2404422
Informazioni presso
Gruppo Attività Nautiche

ORARIO DI SEGRETERIA DEI GRUPPI AFFILIATI

Presso la Segreteria del CRAL
Tel. 040 300363

Gruppo ATTIVITÀ NAUTICHE

1° giovedì del mese:
17:00 - 19:00

Gruppo BALLI

Venerdì: 18:00 - 19:30
Sabato: 10:00 - 12:00

Gruppo PESCA

Tel. 040 309930
Lunedì e giovedì: 17:00 - 19:00

Sez. TENNISTAVOLO

Martedì e venerdì: 16:00 - 18:00

* * *

Presso la Palestra del CRAL
al mag. 93

Gruppo PODISTICO

Tel. 040 303903
Martedì e giovedì: 15:00 - 20:00

Gruppo SCI-MONTAGNA

Tel. 040 309892
Fax 040 3224042
scimontagna@gmail.com

Lunedì, mercoledì e venerdì:
17:00 - 19:00
Presidente: Lorenzo DEFERRI
Tel. 360 791814

Segreteria chiusa
dal 1° al 30 agosto 2018

Gruppo WINDSURF

Tel. 040 309892
Lunedì e mercoledì:
17:00 - 19:00
gruppowindsurf.ts@gmail.com

SOMMARIO

- 2** INFORMAZIONI UTILI
- 3** IL PRESIDENTE INFORMA
- 4** LA FESTA PER I SETTANT'ANNI DEL CRAL
- 5** GRUPPO ATTIVITÀ NAUTICHE
- 8** 1 GIUGNO: RIAPRE LO STABILIMENTO BALNEARE. RIAFFIORANO I RICORDI Franco Lonzar
- 10** GRUPPO SCI-MONTAGNA
- 16** IL VIAGGIO DELLA COSTITUZIONE Annapaola Porzio
- 18** GRUPPO WINDSURF
- 20** GRUPPO PESCA
- 25** GRUPPO PODISTICO
- 26** ESTATE IN MUSICA A VERONA, PADOVA E MILANO NABUCCO ALL'ARENA DI VERONA
- 27** CONCORSO LETTERARIO "LUISA POZZA", PICCOLI SCRITTORI
- 28** CONCOMITANZE. COINCIDENZE. BIZZARIE E CABALE DELLA STORIA Edoarda Grego
- 30** IN ATTESA DELLA VENDEMMIA Paolo Rusgnak



Periodico Trimestrale di Informazione CRAL - APT
(Circolo Ricreativo Aziendale Lavoratori Autorità Portuale Trieste)
34124 Trieste, Molo Bersaglieri 3 - Tel. 040 300363

Presidente: **Lorenzo DEFERRI**
Direttore Responsabile: **Gilberto PARIS LIPPI**
Redazione: **Mariagrazia DUSSI, Anna PREVEDEL LONZAR**
Supporto informatico: **Paolo RUSGNAK**
Supporto grafico e disegni: **diDO '91**
Editor: **Edoarda GREGO**

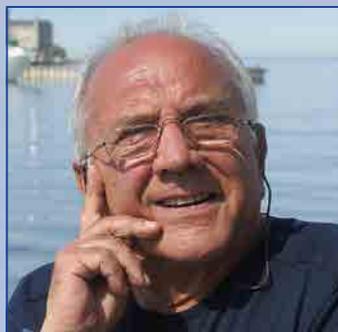
Hanno collaborato a questo numero: **Edoarda GREGO, Franco LONZAR, Annapaola PORZIO, Paolo RUSGNAK**

Registrazione n. 833/92 del Tribunale di Trieste

Impaginazione **Franco HAN** - Stampa **Art Group Graphics Trieste**

Copertina: **diDO '91 - Franco HAN**

IL PRESIDENTE *informa*



Il 27 dicembre 1947 è la data della firma della Costituzione della Repubblica Italiana.

In occasione della celebrazione del settantesimo anniversario della Carta Costi-

tuzionale, la Presidenza del Consiglio dei Ministri ha promosso delle manifestazioni molto significative in varie città italiane, fra le quali Trieste. Il compito di realizzarle è stato affidato ai prefetti delle città.

La dottoressa Annapaola Porzio, Prefetto di Trieste, si è rivolta a me chiedendo la sala Victoria per allestire la mostra “Il Viaggio della Costituzione”, inaugurata il pomeriggio del 31 maggio e visitabile fino al 20 giugno 2018. La mia risposta non poteva che essere positiva. Grazie a questa inaspettata richiesta siamo stati partecipi di un evento storico che sicuramente sarà ricordato anche in futuro.

L'occasione mi ha fatto conoscere il Prefetto, una gentile signora, che ha espresso la sua riconoscenza concedendomi l'onore di esserle accanto il giorno dell'inaugurazione alla Stazione Marittima e ringraziandomi pubblicamente, con parole di elogio, durante il discorso ufficiale del 2 giugno, Festa della Repubblica, in piazza dell'Unità d'Italia, alla quale io, purtroppo, non ero presente. Non nascondo la mia soddisfazione personale e l'orgoglio, in quanto rappresentante del CRALAPT, per aver contribuito alla realizzazione di un evento così importante.

Ritorno nell'ambito del nostro CRAL per citare e ringraziare un'autorità di “casa nostra”, il segretario generale dell'Autorità Portuale Mario Sommariva. Ancora una volta ha accolto il mio appello ed è intervenuto. Dove e come? Al Bagno Marino dove il cancello d'ingresso, lato Porto Vecchio, è stato scardinato da ignoti. E' stato un lavoro importante, soprattutto per quanto concerne la sicurezza dello stabilimento. Grazie di cuore, anche a nome dei soci che con questa realizzazione possono sentirsi più protetti.

Resto sull'argomento del Bagno Marino. Come ogni anno, alcuni mesi prima dell'apertura, ci troviamo ad affrontare tanti lavori e tante spese per rendere funzionale la struttura danneggiata dalle intemperie durante i mesi di chiusura. Le spese sono state sostenute dal CRAL, certamente un grosso impegno per le nostre finanze, ma ce l'abbiamo fatta. Per quanto concerne i lavori devo ringraziare, anche a nome di tutti i soci, Maurizio Arena. Senza la sua presenza continua, assidua, tenace, giorno dopo giorno sempre presente “sul campo”, i lavori non sarebbero stati portati a termine così bene e in tempo utile.

Vi invito a leggere, dalla pagina 5 alla pagina 8, tutte le informazioni riguardanti lo stabilimento balneare, del quale, mio malgrado, da luglio 2017 sono il Commissario, in attesa di nuove elezioni. Ho fatto questa precisazione perché alle pagine successive troverete altre informazioni concernenti il Bagno con la mia firma.

Nel corso dell'Assemblea dei soci, tenutasi nel mese di aprile scorso, avevo promesso una bella festa per i settant'anni del CRAL. Promessa mantenuta! Si farà al nostro Bagno Marino nella serata di lunedì 13 agosto 2018 (v. l'invito alla pagina successiva). Ricordo che la data della ricorrenza era il 28 novembre 2017, ma non abbiamo potuto celebrarla perché la Stazione Marittima era chiusa per i festeggiamenti in occasione dell'inaugurazione della grande nave da crociera *Seaside*.

Nel numero precedente di *tuttoCRAL* abbiamo dedicato spazio e attenzione al socio anziano Oliviero Bianchedi che ha ringraziato me e la redazione per l'onore riservatogli. Rispondiamo che l'onore è nostro per avere un socio così fedele e partecipativo.

In chiusura, a nome del Direttivo del CRAL, della Redazione e mio personale, invio le più sentite condoglianze e un fraterno abbraccio a Paolo Rusgnak, che recentemente ha avuto il grande dolore di perdere la sua cara mamma Romana, chiamata Ribella.

Buona estate e arrivederci a presto,

Lorenzo Deferrì




TRIMESTRALE DEL CIRCOLO RICREATIVO AZIENDALE LAVORATORI AUTORITA' PORTUALE DI TRIESTE
 ANNO 36 N. 4 - OTTOBRE - NOVEMBRE - DICEMBRE 2017 - Poste Italiane S.p.A. - Sped. in a.p. - 760 - 0,04 € 15

70°
anniversario CRAL-APT



1947-2017

**Il Presidente e il Consiglio Direttivo
 del CRAL APT sono lieti di invitare
 i soci ed i collaboratori
 alla serata speciale, con cena,
 organizzata per festeggiare
 i settant'anni del Circolo**

**lunedì 13 agosto alle ore 20:00
 al Bagno Marino**

**La serata sarà allietata dalla presenza
 del "Mago de Umago".**

**Per ulteriori informazioni
 si prega di rivolgersi
 in sede alla Stazione Marittima
 oppure al Bagno Marino**



Estate 2018. Immagini del Bagno Marino

gruppo ATTIVITÀ NAUTICHE



STAGIONE BALNEARE 2018

Eccoci di nuovo qui al nostro Bagno Marino per trascorrere un'altra bella estate nella nostra "oasi", o, come l'ho battezzato anni fa, nel nostro "villaggio turistico".

L'oasi per essere tale richiede sforzi burocratici e soprattutto economici; con fatica siamo riusciti a renderla più bella, più sicura e più accogliente. Malgrado le ingenti spese, e spero che di questo mi darete atto, siamo riusciti a contenere l'aumento dell'abbonamento.

Quest'anno abbiamo 3 nuovi bravissimi bagnini, Massimo, Sebastiano e il giovanissimo di terra Domenic da me battezzato "Diabolik" che segue anche i bambini e fa riposare un po' i genitori, le nonne e qualche zia (Marisa).

Anche da questa pagina, non posso non ringraziare di vero cuore il direttore del Bagno Maurizio Arena, che ha seguito tutti i lavori e corso per i vari uffici perché tutto risultasse in perfetta regola d'arte e Mario Abascia, il nostro "Marietto", che, prima alla Stazione Marittima, aiutato dall'amico Guido Milocco, e ora da solo al Bagno, continua a fare gli abbonamenti. Mario segue anche i corsi di ginnastica sulla terrazza del Bagno tenuti dalla mitica Giuliana. Confesso che senza il loro importantissimo aiuto come Commissario non so cosa avrei potuto fare.

Nella pagina precedente c'è l'invito per la festa dei settant'anni del CRAL. Sono felice che sia fatta al Bagno Marino, l'ambiente giusto per un evento dal grande significato simbolico per i nostri settant'anni di storia e di dedizione di tante persone.

Concludo con un sincero augurio di una buona e felice estate e ad ognuno di voi do una cordiale stretta di mano.

**Il Commissario
Lorenzo Deferri**

LA PAROLA AL DIRETTORE MAURIZIO ARENA

Ringrazio Lorenzo Deferri per l'elogio che mi ha fatto. La nostra è una collaborazione, senza di essa sarebbe difficile la riuscita di tutto.

Come ha già detto lui, ho seguito in veste di direttore del Bagno Marino tutti i lavori e vi assicuro che quest'anno sono stati ingenti a causa di due forti libecciate. Un bel pezzo di moletto che ci divide dal Bagno Ferroviario è stato portato via ed è stato subito, per sicurezza, ripristinato. Due volte, dico due, le forti raffiche di Libeccio hanno distrutto la spiaggetta, e due volte l'abbiamo portata, con camion e camion di ciottoli, alla sua normale funzionalità. Sono stati scalpellati completamente, e poi ripristinati, tutti gli intonaci dei muri e di conseguenza è stata rifatta tutta la tinteggiatura con pittura speciale resistente al sole. Sono state pitturate le scale, messi in sicurezza tutti gli scalini e cambiati completamente quelli a rischio.

Per rendere più comoda la nostra "oasi" (*copyright* Lorenzo Deferri), abbiamo acquistato ombrelloni, tavoli, sedie, dieci lettini e, per renderla più bella, tanti vasi di fiori.

Non vi tedio oltre, ho solo descritto i lavori più importanti e termino con il confessarvi che sono molto orgoglioso, malgrado la fatica, del risultato dei lavori, mi auguro che lo apprezziate anche voi.

Buona estate a tutti.

Maurizio Arena



MARIO RINGRAZIA

Approfitto di questo spazio che mi è concesso per ringraziare Lorenzo Deferri per le belle parole e per il riconoscimento al mio lavoro.

Confesso che sono stanco, ma amo tanto il mio CRAL, e la collaborazione tra noi tre è forte e indispensabile.

Grazie per il “Marietto” e anche da parte mia buona estate a tutti.

Mario Abascia



ATTIVITÀ PER LA STAGIONE 2018

In luglio e agosto promettiamo eventi che allieranno, come ogni anno, le giornate e le serate al Bagno Marino. Tutto vi verrà comunicato nella apposita locandina del Bagno.



50.a EDIZIONE DELLA BARCOLANA

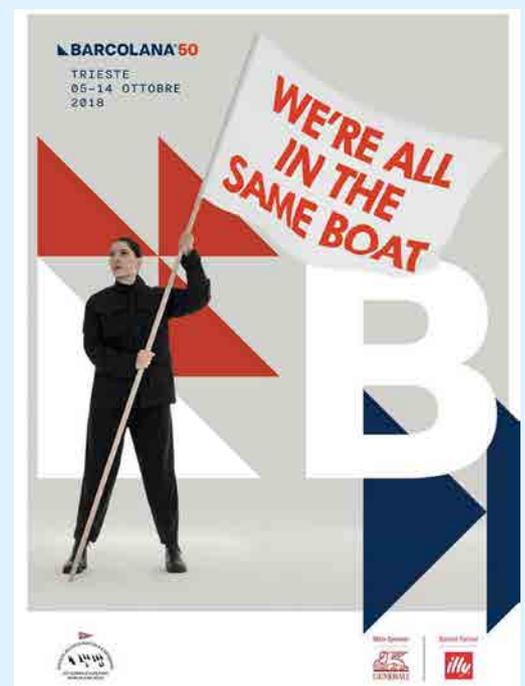
Domenica 14 ottobre 2018

Il CRAL e il Gruppo Attività Nautiche invitano i soci alla Barcolana 2018. Lo stabilimento sarà aperto in via straordinaria domenica 14 ottobre 2018 per consentire a tutti i soci di assistere allo spettacolo sempre eccezionale delle oltre mille imbarcazioni impegnate nella regata.

Quest'anno la Barcolana compie 50 anni, un'ulteriore occasione di richiamo per venire al nostro Bagno Marino dove, come ogni anno, sarà attivo il bar-ristorante con musica e tanto divertimento.

Per informazioni rivolgersi entro il 30 settembre al Bagno Marino, e, dopo tale data, alla Stazione Marittima.

Il CRAL APT, come da tradizione, è lieto di invitare alla festa gli amici dell'UNITALSI per godere insieme la grande festa del mare.



...PRIMA DEI LAVORI DI RESTAURO



I giugno: riapre lo stabilimento balneare. Riaffiorano i ricordi

Franco Lonzar

A volte, come improvvise aurore boreali, ritornano i ricordi! Era da poco finita la seconda guerra mondiale, quindi parliamo di circa la metà degli anni quaranta e a tale periodo risalgono i miei primi ricordi dello stabilimento balneare dell'EAPT (*par-don*, allora Magazzini Generali). Trattandosi di una struttura strettamente collegata al Porto Vecchio, aveva subito numerosi danni causa i bombardamenti aerei. Tra le poche immagini che mi sono rimaste nella mente, ricordo una baracca costruita con tavole di legno scuro che serviva da spogliatoio e da riparo in caso di maltempo. All'interno di essa c'erano degli appendini per i vestiti ed era situata grosso modo al centro del bagno.

Si entrava al bagno dal lato del porto ed io venivo con mio padre. Il ricordo più vivo di quel periodo è il filo spinato che divideva il bagno dei MM.GG. da quello del Dopolavoro Ferroviario; un giorno, giocando con il mio papà a spruzzarci dell'acqua, indietreggiando sono finito contro. Per fortuna soltanto qualche graffio e uno spavento enorme. Altri ricordi non mi sovengono, la mente è davvero strana, talora mi affiora la presenza di un meraviglioso cane lupo con il quale talvolta giocavo.

Ora saltiamo alla fine degli anni cinquanta quando ho ripreso a frequentare lo stabilimento balneare rimesso a nuovo! Venivo con mia madre e, essendo più grande, i ricordi sono più chiari.

Dove ora c'è il bar-ristorante era situata una piccola vasca con della sabbia dove noi fanciulli davamo sfogo alla fantasia costruendo castelli, oppure facendo delle piste su cui giocare con i "piattini", tappi in ferro delle bibite capovolti, un gioco molto in voga fra noi ragazzini. Successivamente la vasca della sabbia è stata tolta anche perché, vera o falsa che fosse, correva la voce che dentro la sabbia si nascondesse il virus della micidiale malattia della poliomielite che allora colpiva tanti giovani, finché un meraviglioso medico, a cui non

finiremo mai di dire grazie, scoprì il vaccino che prese il suo nome, di "Sabin".

Lato mare, dove attualmente si trova la postazione del bagnino, c'era una passerella, e di fronte, a circa tre, quattro metri, una piattaforma alta tre metri da cui ci si poteva esibire con tuffi e piroette. Alla fine del bagno, verso Trieste c'era un moletto che si spingeva verso il mare ed io, sempre appassionato di pesca, passavo le mie giornate con la *togna* (lenza) sperando che qualche preda abboccasse! Onestamente devo ammettere che allora il mare era molto più pescoso di oggi, per cui spesse volte la cena era assicurata, soprattutto da *spari*. Purtroppo il moletto era conteso anche da un gruppo di studenti universitari, anche loro appassionati di questo sport. Ma era sintomatico il fatto che non si chiamavano per nome, ma, in previsione della futura laurea, erano: il dottore, l'ingegnere, l'avvocato, ecc.

Ho sempre vivo nella memoria che all'ora di pranzo, arrivava dal porto un personaggio con una giacca bianca che trainava un carretto con due "bidoni" dentro i quali c'era il pranzo per i dipendenti dei MM.GG. che usufruivano del bagno durante la sosta pranzo. Noi ragazzini, che con i dipendenti non c'entravamo nulla, con una certa qual dose di faccia tosta ed un po' di vergogna, ci avvicinavamo per chiedere sottovoce se caso mai fosse avanzato qualcosa anche per noi. Qualche volta ci andava pure bene.

Allora la scogliera davanti alla Stock era molto più arretrata rispetto al bagno dei MM.GG. e fra il bagno e la scogliera ricordo un casotto in lamiera gialla con discesa a mare fruibile dai dipendenti della Stock. Allora lo stabilimento era in piena attività produttiva! Credo si trattasse dell'imbottigliamento del liquore e della spedizione estero per estero.

Poi passarono gli anni... Io sono ritornato a frequentare il bagno, credo allora si chiamasse EAPT, con

mia moglie, allora dipendente dell'Ente, ed i due figli Paolo e Laura. In quel periodo dovevamo farci tutto il ponte, scalinate comprese, con carrozzelle ed accessori connessi. Ora, grazie all'APT, il tutto è stato sostituito da un passaggio via terra in modo da consentire un accesso a tutti più comodo. Grazie ancora a chi ha permesso ed attuato questa meraviglia.

Arriviamo così agli anni ottanta. Per fare un po' di moto e di attività sportiva mi sono iscritto alla sezione canottaggio del dopolavoro Ferroviario dove, tempo permettendo, passo gran parte dell'anno.

Ma questa è un'altra storia...

Archivio storico-fotografico. Quale la data?



Le foto proposte in questa pagina sono state fornite da un socio o da una socia del Bagno Marino in occasione di una piccola mostra fotografica allestita alcuni anni addietro dai dirigenti del nostro stabilimento.

Sono due belle foto del passato, ma quale la data?

Ogni informazione utile al riguardo sarà molto gradita e sarà conservata nell'archivio storico-fotografico del Bagno, come l'articolo del signor Franco Lonzar e le fotografie commentate delle signore Giuliana Spizzamiglio e Ambra Ottavi pubblicati rispettivamente nei numeri 3 e 4/2017 di tuttoCRAL.



gruppo SCI-MONTAGNA

IL SEGRETARIO *informa***SOGGIORNI ESTIVI**

Ultimissimi giorni di prenotazione. Il caldo, già arrivato da parecchio tempo, si è fatto molto sentire, e l'estate, secondo gli esperti, sarà bollente. Quale situazione migliore per cercare e trovare un sano e agognato refrigerio che solo le nostre montagne, le più belle del mondo, sanno donare? Questo desiderio può divenire realtà grazie all'interessamento del Gruppo Sci-Montagna, che è riuscito a mettere a disposizione dei propri soci un'ampia scelta di luoghi e alberghi, in grado di soddisfare le esigenze più svariate, per un'indimenticabile settimana verde a prezzi più che competitivi. Però bisogna affrettarsi a prenotare, perché le opzioni circa gli alberghi e gli appartamenti con noi convenzionati stanno per scadere.

Le prenotazioni possono essere fatte presso la Segreteria del Gruppo nei giorni di lunedì, mercoledì e venerdì dalle 17:00 alle 19:30.

La Segreteria del Gruppo Sci-Montagna resterà chiusa dal 1° al 31 agosto 2018

A tutti i soci auguri di buone vacanze



Lago di Braies

TESSERAMENTO AL GRUPPO SCI-MONTAGNA

Da **lunedì 3 settembre** inizieranno il rinnovo del tesseramento relativo alla stagione 2018-2019 e il versamento della relativa quota sociale. Tesserarsi conviene, come i fatti ampiamente dimostrano: inoltre, dando il proprio contributo, si aiuta a far progredire sempre più la vitalità del Gruppo a vantaggio di ciascuno degli iscritti.

CORSI DI GINNASTICA PRESCIISTICA

Nei mesi estivi, quando il caldo si fa sentire imperioso, qualcuno già pensa con ansia alla neve, ad incantevoli sciate su quel morbido e candido manto in una cornice di fiaba che solo le nostre montagne sanno offrire... Ma questi sognatori ad occhi aperti arriveranno pronti fisicamente a tale appuntamento?

Il Gruppo Sci-Montagna ci ha pensato anche quest'anno, organizzando degli adeguati corsi di ginnastica presciistica che, sotto la guida di esperti e validi collaboratori, saranno in grado di preparare gradualmente il fisico ai primi appuntamenti con la neve.

Il calendario dei corsi, pubblicato qui di seguito, vi aiuterà a trovare quello più rispondente alle vostre esigenze di orario.

CALENDARIO DEI CORSI DI GINNASTICA PRESCIISTICA 2018-2019

Corsi trisettimanali - inizio 24 sett. 2018

Lunedì - mercoledì - venerdì

17:00-18:00; 18:00-19:00; 19:00-20:00

1° corso: 24 settembre - 19 ottobre 2018

2° corso: 22 ottobre - 16 novembre 2018

3° corso: 19 novembre - 14 dicembre 2018

4° corso: 17 dicembre 2018 - 25 gennaio 2019

5° corso: 28 gennaio - 22 febbraio 2019

6° corso: 25 febbraio - 22 marzo 2019

7° corso: 25 marzo - 19 aprile 2019

8° corso: 24 aprile - 22 maggio 2019

Corsi bisettimanali - inizio 25 sett. 2018

martedì e giovedì

20:00-21:00

1° corso: 25 settembre - 18 ottobre 2018

2° corso: 23 ottobre - 20 novembre 2018

3° corso: 22 novembre - 18 dicembre 2018

4° corso: 20 dicembre 2018 - 29 gennaio 2019

5° corso: 31 gennaio - 26 febbraio 2019

6° corso: 28 febbraio - 28 marzo 2019

7° corso: 2 aprile - 30 aprile 2019

8° corso: 2 maggio - 28 maggio 2019

Il Direttivo del Gruppo Sci-Montagna è fraternamente vicino all'amico e collaboratore Paolo Rusgnak che ha avuto il grande dolore di perdere la sua cara mamma e invia a tutta la famiglia le più sentite condoglianze.

**Il segretario
Riccardo Milani**

CORSO DI GINNASTICA PRESCIISTICA BISETTIMANALE



Bella la serata trascorsa in allegra compagnia con il corso di ginnastica presciistica bisettimanale.

Un grazie alla nostra maestra Alessia che con passione, dedizione e pazienza ci ha seguiti e preparati per la stagione sciistica.

Si ringrazia il Presidente che con la sua presenza ha reso la serata più piacevole.

Buone vacanze a tutti, a settembre si ricomincia.

Umberto Pecenko

FESTA ALLA STAZIONE MARITTIMA

21 APRILE 2018. Una serata quasi estiva, un tramonto da togliere il fiato fanno da cornice alla bella festa che il Gruppo Sci-Montagna, e dopo anni di assenza il Gruppo Windsurf, offrono ai loro soci. Mare e monti si uniscono in questa bella occasione.

Invitata come ogni anno a fare la cronaca della serata – che fare? - quest'anno è un anno speciale per me, il mio Paolo la stessa sera festeggia i suoi primi 50 anni.

Rifiutare l'invito di Lorenzo? No, non si può dire di no, quando è fatto con garbo e interesse perché resti il ricordo della serata, ma anche l'invito del mio ragazzo in una data così importante..., ho risolto il problema: fino alle premiazioni alla Stazione Marittima, poi via da Paolo.

La nostra sala Victoria ci accoglie come ogni anno preparata per l'occasione. Tavoli coperti da tovaglie bianche, il centro libero per il ballo, il tavolo delle premiazioni con in mezzo una bella orchidea (dove c'è Lorenzo c'è l'orchidea) e sul muro il logo dei due Gruppi. La pedana con gli strumenti musicali aspetta il complesso ASSI, pronti come sempre ad accompagnare i numerosi ballerini.

Alle 21 circa un lento scalda l'ambiente, due coppie incominciano a ballare, due bimbettoni felici saltano e fanno piroette, un bambino più timido le guarda un po' titubante, alla fine fa loro compagnia. È una scena che intenerisce il cuore.

Quest'anno non sono al tavolo degli amici Luciano e Silvia Fattorini, ma a quello della presidenza. Lorenzo, vedendomi smarrita per l'assenza dei miei due ospiti abituali, mi fa posto al suo e gliene sono grata.

I due Gruppi offrono anche quest'anno un piatto di pesce, sardoni in *savor* e marinati e carpaccio di pesce spada, il tutto accompagnato da bottiglie di ottimo vino e servito celermente da Doris, Matteo, Giacomo e Rossella, bravissimi.

L'atmosfera ormai è caldissima, i ballerini affollano la sala, come ogni anno spiccano i coniugi Sciucca, lei una libellula, lui un cavaliere che ogni ballerina invidia e vorrebbe avere come *partner*.

Lorenzo, sapendo che devo scappare, inizia prima le premiazioni, non vi faccio l'elenco, è sul numero pre-

cedente di tuttoCRAL. Prima dà il benvenuto a tutti: è soddisfatto per come è andata la stagione invernale. Invita a prenotare prima possibile per la stagione estiva, poiché gli alberghi sono super pieni. Invita a dire due parole il socio Walter Treu del Gruppo Windsurf, poiché il presidente Walter Plossi è assente, e si lascia scappare una battuta: "Sono contento perché è più piccolo di me". Risata generale. Treu è sintetico: "Saluto tutti, sono soddisfatto della manifestazione "Babbo Natale" del 26 dicembre 2017, ci saranno altre manifestazioni, altre attività, saluto il nostro presidente Walter Plossi, e grazie a tutti".

Auguriamo al presidente Plossi, assente perché operato ad un ginocchio, di essere in forma per questa estate.

Deferris riprende la parola, chiama ad aiutarlo per la consegna delle premiazioni Walter Pernarcich.

I vincitori sono chiamati uno ad uno, quello che mi colpisce ogni anno è l'atmosfera calda, fraterna, amichevole che si respira in questa occasione. Qualsiasi partecipante premiato, viene accolto da un boato di applausi; non ci sono differenze, è proprio una grande famiglia. Tra i premiati mi ha colpito l'aspetto di giovanotto di Fabrizio Arena, non lo vedevo da parecchio tempo, il bimbettono che al Bagno Marino mi spiegava come si fa un *goal* quando non aveva gli amici per giocare, adesso è un giovanotto, un "bel tenebroso", tipico dell'età. Anche bello è stato quando Lorenzo ha premiato la sua Luce, e, orgoglioso, ha detto che quest'anno, in settembre, festeggeranno i loro 50 anni di matrimonio. Auguri ragazzi, io li ho festeggiati e vi assicuro che è un bel momento.

Lorenzo, dopo aver premiato tutti gli atleti, comunica che ha anche delle pergamene date dalla FISL, Federazione Italiana Sport invernali: i "Salta



Porte”, per 7 atleti speciali, tanto speciali da saltare le porte, in *primis* Franca e Nadia, due amiche che le hanno saltate tutte, e non sono più solo amiche per la pelle, ma anche amiche per le porte. Altra risata generale.

Ringrazia Giorgia Favretto e Claudio Reggente, due soci che hanno documentato con i loro scritti, pubblicati su *tuttoCRAL*, alcuni soggiorni in montagna.



Consegna la super coppa vinta da Alex Pernarcich, assente perché impegnato con il lavoro, a papà Walter e premia Gemma Boschini, ogni anno più bella, oltre che più brava, ormai una signorina.

Alla fine Lorenzo, con orgoglio parla del nostro *tuttoCRAL*, elogia Mariagrazia (Dussi) e me. Di questo sono felice, o l t r e t u t t o sono anche contenta perché ho visto molti partecipanti alla festa sfogliare il nostro giornalino e commentare entusiasti. Questo ripaga delle ore che dedi-

chiamo ad esso, specialmente, non sarò mai stanca di dirlo, quelle di Mariagrazia, l'anima di esso.

Intenta prendere appunti per poi fare la cronaca, sento Lorenzo che dice “abbiamo la cronista della serata,



Anna Prevedel”; mi chiama al tavolo delle premiazioni e mi fa dono di un bel mazzo di fiori. Sono emozionata, gli occhi mi bruciano, le lacrime riesco a trattenerle a stento, penso che ho ritardato alla festa dei 50 anni del mio ragazzo, ma sono felice, bacio Lorenzo, comunico a tutti che devo scappare perché ho un avvenimento importante da festeggiare, 50 anni di mio figlio. L'applauso che ricevo, e gli auguri per la data importante, mi mettono le ali ai piedi. Ringrazio tutti e questa volta, non accompagnata come ogni anno dai meravigliosi coniugi Maria e Piero Quai, ma da un taxi, corro all'appuntamento importante della mia vita, per ricevere un'altra grande emozione: l'abbraccio felice del mio Paolo.

Come sia finita la festa non posso descriverlo, ma credo che gli ASSI abbiano terminato con uno scatenato *twist*, e tutte le atlete della ginnastica capitanate da Viviana, Vivi per gli amici, si siano scatenate nel ballo.



Anna Prevedel Lonzar

GITA A SAN CANDIDO 8-9-10 GIUGNO 2018



Venerdì, 8 giugno. Puntuali si parte da via Palatucci alle 8:00. Siamo in 54, più Joy, un delizioso cane maltese, con l'autista Bostian, che dà subito dimostrazione della sua bravura superando una fila abbastanza consistente di veicoli sulla superstrada intasata.

Il tempo non è dei migliori, infatti piove. Sosta pipì e caffè a Rigolato, poi ripresa del viaggio fino all'hotel Capriolo, dove gli amici Sonia e Roberto ci attendono per il pranzo, ottimo come sempre.

Intanto è uscito il sole e ripartiamo per Braies a visitare l'azienda Alpe Pragas, dove ci attende Carolina che, dopo averci infor-

mato che Alpe Pragas è l'antico nome di Braies, descrive tutto il ciclo di lavorazione per il confezionamento di composte di frutta. Questa viene coltivata in loco, per lo più frutti di bosco, e/o acquistata da coltivatori selezionati di altre regioni.

Graditissimo l'assaggio dei prodotti predisposto nello spaccio, un tripudio di colori e sapori che porta via un bel po' di tempo.

Ma il programma prevede anche una sosta al famoso lago di Braies, il più famoso delle Dolomiti, nel parco naturale Fanes-Senes-Braies. Qui la sosta è breve perché dobbiamo rientrare per la cena.

Sabato, 9 giugno. Colazione, caricamento delle vettovaglie per il pranzo al sacco e partenza per Falzes, presso il lago d'Issengo, balneabile, vicino al parco avventura "Kronaction".

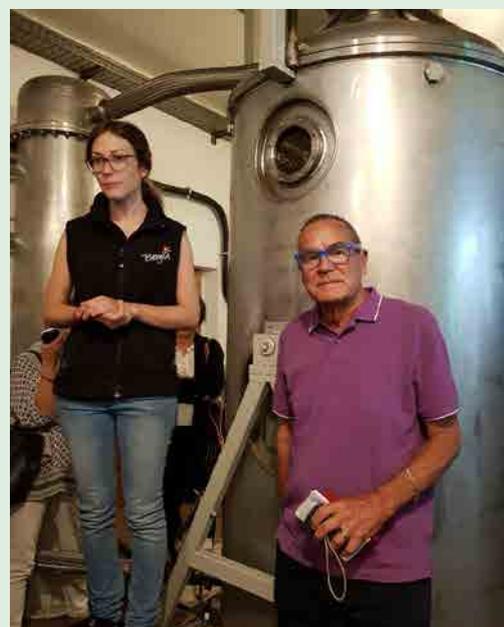


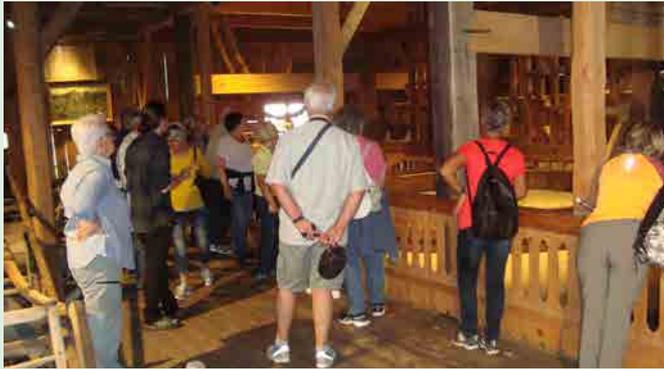
A 250 metri dal lago ci attende Andrea, la graziosa figlia del titolare della distilleria di olio di pino mugo e il giardino delle erbe Bergila, che ci elargisce una lezione interessantissima sul processo di distillazione degli aghi di pino, e non solo, con vapore prodotto da acqua di fonte propria e separazione dell'olio mediante il famoso "vaso fiorentino".

Dopo la logica sosta al profumatissimo spaccio, pranzo al sacco.

Alle 14:00 trasferimento a Teodone (Brunico) dove ci attende forse la più bella visita di questi tre giorni: il Museo degli usi e costumi.

Partendo dalla casa barocca *Mair am Hof* del barone Anton Sternbach con le sale padronali e le collezioni etnografiche, all'aperto sono stati ricostruiti masi, orti e costruzioni ad uso artigianale, tutti rigorosamente originali presi altrove. Da notare un fienile del 1400 e un fabbricato con la copertura in paglia





di segala che ogni tre anni dev'essere rifatta. E che dire della trebbiatrice costruita dai contadini ispirandosi alle miniere di rame di Predoi, capolavoro d'ingegneria.

Stasera cena tipica con aperitivo e supplemento di purè per il nostro presidente Lorenzo.

Domenica 10 giugno. Dopo la colazione trasferimento al bunker Opera di San Candido. Realizzato con una corazza di 5 metri di cemento armato prima della seconda guerra mondiale, poi armato durante la guerra fredda, mantiene una temperatura costante di 5,6 gradi. Da deposito di patate è stato ricostruito con pezzi originali, armi comprese.

Kurt ci attende dividendoci in due gruppi perché il bunker è piccolo, creato per resistere un paio di giorni all'avanzata del nemico. Ci racconta aneddoti anche divertenti come quello del ragazzino che era riuscito ad entrare di nascosto per fregare la cioccolata delle vettovaglie.

Visita culturalmente valida; grazie a un gruppo di volontari il sito aspira a diventare un museo.

Con il pranzo, i saluti dei gestori Sonia e Roberto e la ormai consueta sosta a Rigolato, ad assaggiare strudel e fragolino, la gita è conclusa con soddisfazione di tutto il gruppo che si è dimostrato puntuale ed affiatato.

Anche quest'anno il direttivo ha vinto la scommessa contro il temuto maltempo e ci ha regalato un magnifico week-end.



Omero Bigi



“IL VIAGGIO DELLA COSTITUZIONE”

Dal 31 maggio al 20 giugno scorsi, Trieste è stata sede di una tappa de “Il Viaggio della Costituzione”, mostra itinerante promossa dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri e coordinata dalla Struttura di Missione per gli Anniversari di interesse nazionale, in collaborazione con i Ministri competenti e con i Comuni coinvolti, per celebrare il 70° anniversario dell’entrata in vigore della Costituzione della Repubblica Italiana.

La Carta Costituzionale, accompagnata da un suggestivo allestimento multimediale, raggiungerà complessivamente dodici città italiane, una per ogni mese, a ciascuna delle quali è associato uno dei primi dodici articoli, recanti i principi fondamentali, e il tema ad esso ispirato.

Alla città di Trieste, con la sua tradizione di apertura, solidarietà e cosmopolitismo, è stato significativamente assegnato l’art. 10, relativo al Diritto d’Asilo.

Lo scopo dell’iniziativa è quello di guidare la cittadinanza nella comprensione del valore storico, sociale e culturale della Carta Costituzionale, che rimane la fonte primaria dei diritti inviolabili e dei doveri inderogabili che ci spettano come uomini e donne, prima ancora che come cittadini.

L’aver potuto ospitare un evento così importante ha quindi rappresentato insieme un prestigioso riconoscimento ed una preziosa occasione per la nostra città.

Lo spazio in cui è stata allestita la mostra a Trieste, ossia la sala C.R.A.L. sita nei locali della Stazione Marittima, è stato messo gentilmente a disposizione dal Presidente del Circolo C.R.A.L. dell’Autorità di Sistema Portuale del Mare Adriatico Orientale – Porto di Trieste.

In questo ambiente, così accogliente e rappresentativo, molti cittadini hanno potuto simbolicamente rinnovare la propria adesione ai valori costituzionali, apponendo la propria firma “virtuale” accanto a quella dei Padri costituenti, testimoniando così l’attualità e vitalità del documento su cui si fonda la nostra convivenza civile.

Al Presidente del Circolo ed ai suoi soci e collaboratori va il più sentito ringraziamento per la cortesia e disponibilità e soprattutto per l’entusiasmo con cui è stata accolta l’iniziativa.

Desidero condividere con tutti loro la soddisfazione per la buona riuscita dell’evento.

Il Commissario del Governo e Prefetto di Trieste

Annapaola Porzio

31 maggio 2018
Stazione Marittima
Inaugurazione della mostra
“Il Viaggio
della Costituzione”





Stazione Marittima, Sala Victoria del CRAL APT, mostra "Il Viaggio della Costituzione"



gruppo WINDSURF



21 APRILE 2018, FESTA DI APERTURA DELLA STAGIONE ALLA STAZIONE MARITTIMA

Proprio così: due giri di chiave e si apre la porta, poi le finestre, e con la luce togliamo la polvere, finalmente la casa è di nuovo “viva”, riaperta dopo il lungo inverno.

Il Gruppo Windsurf riapre i battenti e ricomincia la propria stagione, e lo fa in una cornice molto particolare, alla Stazione Marittima (accanto al mare *nostrum*) con una serata legata al gemellaggio con i “cugini” del Gruppo Sci-Montagna che, viceversa, chiudono in bellezza (con premiazioni) la loro stagione sul manto bianco.

Le due pratiche sportive che sembrano di primo acchito agli antipodi, una si svolge nel freddo inverno mentre la “nostra” sfrutta il caldo estivo, sono però attività legatissime sotto il profilo meteorologico, l’una con l’attesa del tanto agognato innevamento delle cime, la seconda totalmente in mano alle bizzie di Eolo e Nettuno.

Noi da ospiti abbiamo apprezzato tantissimo la congiunzione fra i due sport; molti dei nostri soci li praticano entrambi con risultati molto soddisfacenti (fra questi Alessio e Michele).

La sala gremita ha messo in risalto come il nostro Gruppo sia numericamente “la Cenerentola”, però questo dettaglio non ci mette in apprensione, perché al numero esiguo corrisponde una forte coesione, legati dal nostro motto “che suffi”. Ci vediamo in acqua.

Walter Treu

MISTICANZA

Il segno dello *shaka*

Il segno dello *shaka*, semplicemente noto come *Shaka*, è un gesto di intento amichevole spesso associato alle Hawaii e alla cultura del *surf*. Il gesto consiste nell’estensione del pollice e del mignolo tenendo le tre dita medie della mano chiuso verso il palmo e gesticolando in segno di saluto con la parte anteriore o posteriore della mano; la mano può essere ruotata in avanti e all’indietro per aumentare l’enfasi del gesto. Il segno dello *shaka* è stato adottato dalla cultura hawaiana locale e il suo uso si è poi diffuso in tutto il mondo. Viene utilizzato principalmente come gesto di saluto informale o per esprimere gratitudine nei confronti di un altro individuo.



2 GIUGNO 2018, APERTURA UFFICIALE DELLA STAGIONE AL TERRAPIENO DI BARCOLA

Nella giornata del 2 giugno, Festa della Repubblica, al terrapieno di Barcola, il Gruppo Windsurf ha ufficialmente aperto la stagione estiva. Alle ore 17:00, con un ricco aperitivo e alla presenza del presidente del CRAL Lorenzo Deferri, il Gruppo si è stretto in un beneaugurante brindisi.

Per l'occasione Deferri ha pronunciato un breve discorso, sottolineando che nel 2020 ci sarà un bando di concorso riguardante le licenze di concessione su tutta la fascia del litorale demaniale.



Estate 2015. Oggi come allora "forza ragazzi"

Dal canto nostro posso soltanto dire che ci impegneremo a portare avanti le nostre attività sportive e a mantenere vivo questo sport a noi caro, e a dare uno stimolo ai nostri figli.

Di seguito, una breve anticipazione sul programma della stagione:

- verso la metà di giugno uscita con le tavole SUP con i bambini dello stabilimento balneare del CRAL accompagnati dal maestro Giorgio Maggi;
- a luglio dedicheremo una giornata con "porte aperte" perché tutti i familiari e gli amici possano provare le attrezzature sportive per le attività a mare;
- a Ferragosto, classica festa di mezza estate al terrapieno, dedicata a coloro che non partono per il ponte;
- a ottobre, la Barcolana, quest'anno arrivata alla 50^a edizione.

Buona estate con i più cari saluti,

**Il Presidente
Walter Plossi**

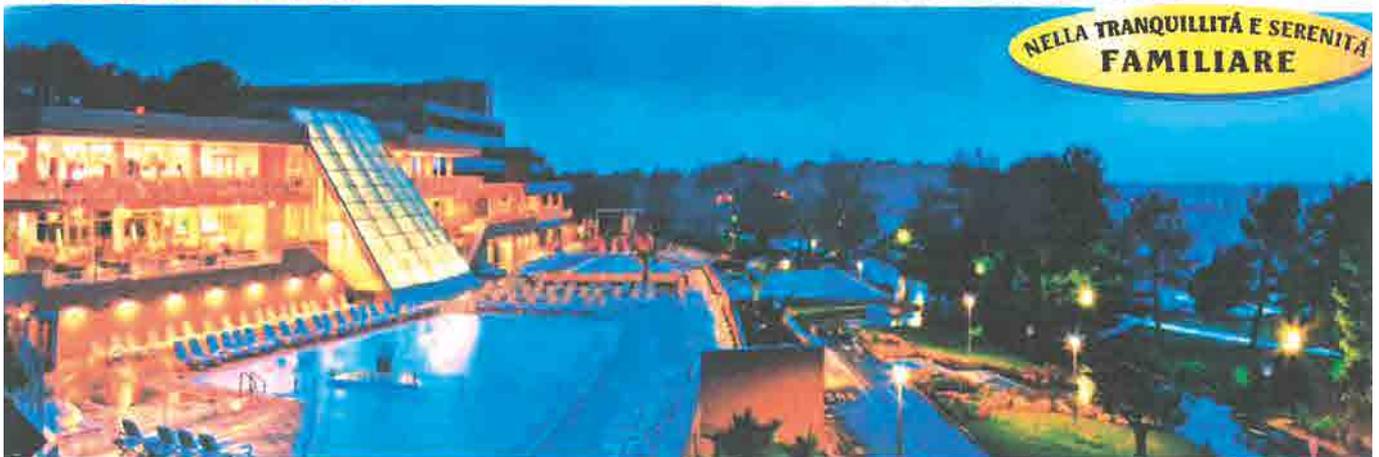


TUTTI NEL NUOVO E BELLISSIMO HOTEL "LAGUNA MOLINDRIO"

QUALCHE VOLTA È BELLO CAMBIARE... QUEST'ANNO VI PROPONIAMO PER IL TRADIZIONALE "PONTE DI OGNISSANTI" A ZELENA LAGUNA DI PARENZO UNA MERAVIGLIOSA STRUTTURA CON TUTTI I COMFORT A DISPOSIZIONE DEI PARTECIPANTI, COMPRESA LA PISCINA COPERTA GRATUITA. L'HOTEL (SI TROVA PRIMA DEL PARENTIUM) È CIRCONDATO DA PINETE SECOLARI E DA PRATI ERBOSI CHE ARRIVANO FINO AL MARE. PER GLI AMANTI DELLE PASSEGGIATE CREDIAMO SIA IL MASSIMO CHE POSSIAMO OFFRIRE. CI VEDIAMO.

PONTE DI NOVEMBRE 3 GIORNI DI FESTA A PARENZO 1-2-3-4 NOVEMBRE 2018

LA NOSTRA FESTA HOTEL LAGUNA MOLINDRIO ★★★★★



NELLA TRANQUILLITÀ E SERENITÀ
FAMILIARE

BALLO CON ORCHESTRINA OGNI SERA
TOMBOLA PISCINA GRATUITA
LOTTERIA GRATUITA
TORNEO DI BURRACO



GARA DI PESCA PIÙ ATTESA

AMO D'ORO



BUS A PARENZO
GRATUITO PER IL TRASPORTO
DELLE PERSONE DALL'HOTEL
IN CENTRO CITTÀ E RITORNO,
CON L'AMICO "MARCO"



"D'ORLANDO"

UN BELLISSIMO HOTEL LAGUNA MOLINDRIO



AMO D'ORO

LA GARA DI PESCA PIU' ATTESA

PARENZO, VENERDI' 2 NOVEMBRE 2018

**È TUTTO PRONTO...
E RICORDATEVI CHE:
CHI DORME...
NON PIGLIA PESCI...**



GARA DI PESCA SPORTIVA INTERNAZIONALE - CRAL - PORTO DI TRIESTE - GRUPPO PESCA

- ISCRIZIONE GRATUITA -

PERMESSO PESCA EURO 10,00

◦ GARA DI PESCA - DA BARCA / al 1° e 2° class. : AMO D'ORO
- DA TERRA / al 1° e 2° class. : AMO D'ORO

N.B. LE IMBARCAZIONI VENGONO FORNITE GRATUITAMENTE DALL'ORGANIZZAZIONE!

VALIDA ANCHE PER
IL CAMPIONATO SOCIALE

ISCRIZIONI ENTRO
22 OTTOBRE 2018



SVEGLIA CHE "MAGNA" | LE IMBARCAZIONI PER LA GARA "SUPER"

ISCRIZIONI ALLA SEGRETERIA DELLA STAZIONE MARITTIMA NEI GIORNI DI LUNEDI' E GIOVEDI'
ORE 17.00 - 19.00. TEL. 040 309930. GIULIANO-CLAUDIA, OPPURE TELEFONANDO
AL NUMERO DIRETTO 00385 52 817-378, BRUNO.



CIAO IGOR



Il 3 maggio scorso è venuto a mancare un nostro caro amico, Igor Gherbaz, marito della indimenticabile Gloria Tiso. La notizia ci ha addolorati moltissimo e sinceramente: tutti speravamo in un superamento del male che lo aveva colpito.

Consigliere e grande collaboratore del Gruppo Pesca, lo ricorderemo con quella disponibilità verso tutti, quella tranquillità, quella pacatezza che lo contraddistinguevano da tutti gli altri, e che, assieme a Gloria, avevano creato un binomio insostituibile. Ha lasciato un grande vuoto, incolmabile, non solo nei nostri cuori ma anche per le attività del Gruppo. Ci mancherai tantissimo, Igor, un bacione, il tuo Gruppo.



I MERCATINI

UNA NUOVA EMOZIONE DA NON PERDERE ...

DI

LUBIANA

E

ZAGABRIA

CON VISITE GUIDATE



VIAGGIO SPECIALE
IN PULLMAN G.T.
NEL BUS BAR-CAFFÉ



8-9 DICEMBRE 2018

ECCEZIONALE FANTASTICO

RITORNIAMO NUOVAMENTE NEL BELLISSIMO HOTEL SOL-UMAG, A PROPOSITO DEL QUALE, DOPO UNA VERIFICA TRA I PARTECIPANTI DELLA PASSATA EDIZIONE, SONO EMERSE SOLAMENTE ALCUNE CRITICHE PER IL CENONE A SELF-SERVICE, CHE CONFERMANO PERÒ... CHE NON MANCAVA PROPRIO NULLA. CERTO, IL SERVIZIO A TAVOLA NELLA SERATA DI CAPODANNO È PIÙ COMODO, MA BISOGNA SAPERE CHE IL SERVIZIO CAMERIERI HA UN COSTO IN PIÙ DI BEN 45 EURO A PERSONA.

ABBIAMO PENSATO DI RIPETERE L'ESPERIENZA PER FAR RISPARMIARE QUASI 100 EURO A COPPIA, FIDANDO NELLA SENSIBILITÀ E NEL COMPORTAMENTO DEI PARTECIPANTI. BISOGNA ANCHE RICORDARE CHE, ESCLUDENDO LA SERATA DEL 31, PER TRE GIORNI, NEL PREZZO SONO COMPRESSE ANCHE LE BIBITE A PRANZO E A CENA, IL SERVIZIO BUS GRATUITO DALL'HOTEL ALLA CITTÀ E NON È POCO... QUELLO CHE "VALE" È LA NOSTRA COMPAGNIA, UNA BELLA E SINCERA AMICIZIA. CON QUESTO SPIRITO, VI ASPETTIAMO NUMEROSI.

CAPODANNO A UMAGO 2018-19.



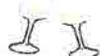
NELL'HOTEL "SOL-UMAG"

NOTTE DI CAPODANNO CON L'ANIMAZIONE DEL GRUPPO

FANTASIA
DO
BRASIL



SERVIZIO BUS "GRATUITO" DALL'HOTEL IN CITTÀ E RITORNO, 31 DICEMBRE E 1° GENNAIO.



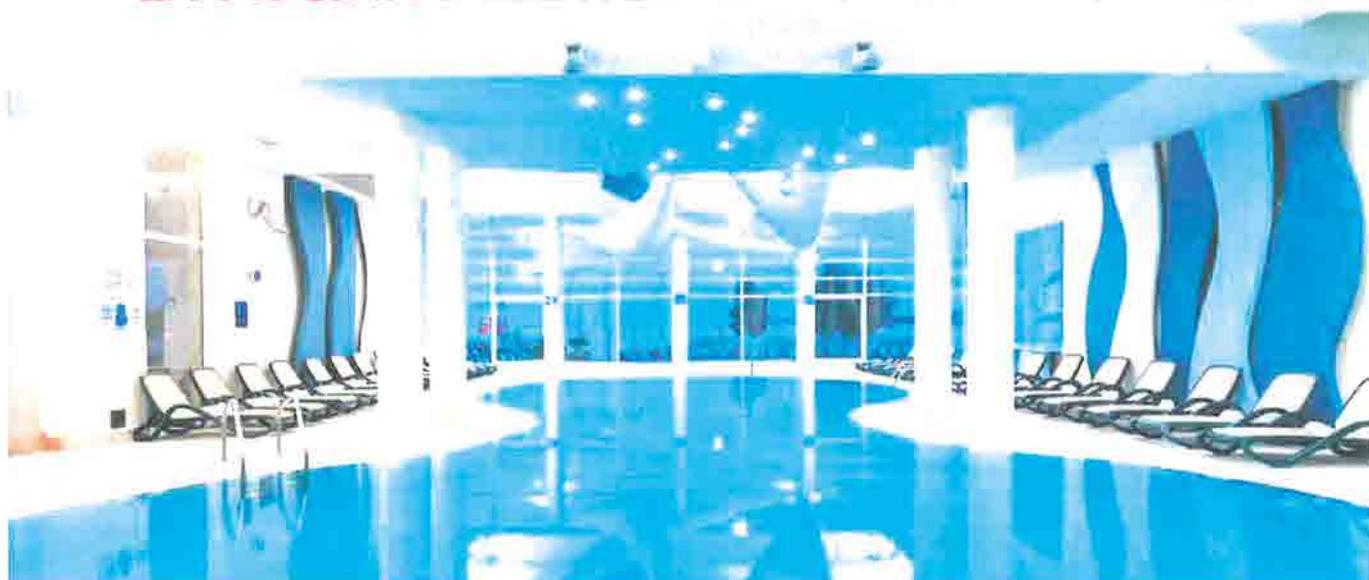
UN BEL CAPODANNO CON 2 POSSIBILITÀ DI PARTECIPAZIONE:

QUOTA SPECIALE:
SELF-SERVICE

A VOLONTÀ

COMPRESO IL MENÙ DI SAN SILVESTRO. NELLA QUOTA SONO PREVISTE INOLTRE LE BIBITE GRATUITE AD OGNI PASTO, ESCLUSA LA CENA DEL 31.12.

LA PISCINA DELL'HOTEL GRATUITA PER VOI ...



IL RICORDO DI UN FANTASTICO VIAGGIO A

CAPIGITA: CLAUDIA - GIULIANO



BUDAPEST

Con il sorriso sulle labbra, sono rientrati a casa i "100" soci del Gruppo Pesca che hanno partecipato al felice viaggio a Budapest, seguendo un programma predisposto di visite guidate: la città, il castello di Sissi, la chiesa di Mattia, la piazza degli Eroi, il Bastione dei pescatori e il romantico percorso notturno sul Danubio. Indimenticabile lo spettacolo dei cavalli nella puszta ungherese, dove per l'occasione è stato servito l'autentico goulasch. Un bel viaggio insomma... con un solo neo: troppi turisti presenti, che hanno rallentato l'itinerario, ma non certo condizionato l'entusiasmo dei partecipanti, che hanno portato a casa, oltre al tradizionale salame ungherese, anche il ricordo di una bella avventura, condivisa con tanti cari amici. Un doveroso ringraziamento ai capigita Claudia e Giuliano e un "grazie" particolare all'amica Vittoria che si è resa disponibile ad effettuare le mansioni di capogita nel secondo pullman, con buon successo.

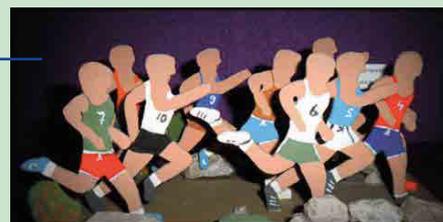


Il simpatico gruppo posa per la foto ricordo a Morsko Sobota nell'agriturismo dell'amico Viktor Siftar dopo il pranzo casareccio



Il nostro "buttero" Giuliano nella puszta ungherese

gruppo PODISTICO



Cari soci e amici, ci stiamo avvicinando al cuore dell'estate e so che a causa delle vacanze e del caldo, il numero dei partecipanti alle nostre marce si assottiglierà, ma la nostra attività no! Lo dimostrano il calendario delle marce fino a settembre e il programma dei corsi di ginnastica che inizieranno in ottobre, che trovate qui di seguito. Vi auguro buone vacanze. Cordialmente,

Il Presidente, Giorgio Bizjak

CORSI DI GINNASTICA DI MANTENIMENTO

CORSI BISETTIMANALI E TRISETTIMANALI

Corso 1	Lunedì - Mercoledì - Venerdì	09:00 - 10:00	Giuliana
Corso 2	Martedì - Giovedì	14:30 - 15:30	Giuliana
Corso 3	Lunedì - Giovedì	15:30 - 16:30	Cristina
Corso 4	Martedì - Venerdì	15:30 - 16:30	Devivi
Corso 5	Martedì - Giovedì	16:30 - 17:30	Saverio
Corso 6	Martedì - Giovedì	17:30 - 18:30	Saverio
Corso 7	Lunedì - Venerdì	20:00 - 21:00	Saverio

Inizio corsi: 1° ottobre 2018; durata 8 mesi; fine corsi 31 maggio 2019

Iscrizioni: dal 18 settembre 2018, direttamente in palestra oppure telefonando al numero fisso 040/303903 o cellulare 366 3193550 nei giorni di martedì e giovedì dalle 17:00 alle 19:30

CALENDARIO DELLE MARCE FIASP E FIDAL AMATORI DELLE PROVINCE DI TRIESTE E GORIZIA, LUGLIO - OTTOBRE 2018

DATA	LOCALITÀ	DENOMINAZIONE DELLA MARCIA O GARA FIDAL	ORA	KM
06/07/2018	PADRICIANO (TS)	MEMORIAL CUDICIO - PROVA TROFEO TS X SOCIETÀ	POM.	10, 15
15/07/2018	VOGRSKO - NOVA GORICA	MARCIA INTORNO AL LAGO DI VOGRSKO - FIASP	08:00	6, 12, 16
05/08/2018	CRAUGLIO	UN ZIR PAI GIAI - FIASP	08:00	6, 12, 20
25/08/2018	PADRICIANO (TS)	TROFEO S.P.O.R.T. - 5.a PROVA TROFEO TRIESTE	17:30	7
01/09/2018	GONARS (UD)	GIRO DELLE PALUDI E MULINI DI GONARS - FIASP	17:00	6, 12
02/09/2018	MONFALCONE	SETTEMBRE IN VITA - FIASP	09:00	5, 10, 14
08/09/2018	TRIESTE - 3000 IN PISTA	TROFEO VALROSANDRA - 6.a PROVA TROFEO TS	08:30	3
09/09/2018	VILLA VICENTINA (UD)	CAMMINANDO INSIEME - FIASP	08:30	7, 12, 20
16/09/2018	TOPOGLIANO (UD)	MARCIA NEL PARCO DEL TORRE - FIASP	08:30	6, 12, 18
23/09/2018	MEDEA (GO)	MARCIA DEL SUPERABILE - FIASP	09:30	3, 6, 12
23/09/2018	UDINE	MARATONINA CITTÀ DI UDINE	09:30	21
30/09/2018	TRIESTE - AURISINA	TROFEO GENERALI - 7.a PROVA TROFEO TS	09:30	8,5

ESTATE IN MUSICA A VERONA, PADOVA E MILANO

Ogni estate c'è l'imbarazzo della scelta! Che si tratti di musica lirica o di altri generi, le grandi città, le località turistiche più o meno importanti offrono spettacoli musicali di alto livello artistico. Ve ne proponiamo alcuni, nella speranza di incontrare il vostro gradimento.

Giuliana

12 luglio 2018 - *Nabucco*, Arena di Verona

23 settembre 2018 - *Concerto di Antonello Venditti*, Arena di Verona

13 ottobre 2018 - *Giulietta e Romeo* (musical), Teatro degli Arcimboldi, Milano

25 ottobre 2018 - *Spandau Ballet* (per gli amanti della musica anni '80), Gran Teatro Geox, Padova

NABUCCO

Giuseppe Verdi

ARENA DI VERONA - STAGIONE LIRICA 2018

IL 12 luglio 2018 gli amici della lirica di Giuliana andranno a Verona per un'opera cara a tutti coloro che amano le opere di Giuseppe Verdi, il *Nabucco*.

Giuseppe Verdi nacque a Roncole di Busseto (Parma) il 10 ottobre 1813 e morì a Milano il 27 gennaio 1901. Nella sua lunga carriera compose 32 opere (oltre a pagine religiose, liriche e composizioni corali) molte di grande successo e tuttora molto amate, quali: *Rigoletto* (1851), *Il Trovatore* (gennaio 1853), *La Traviata* (marzo 1853) che costituiscono la "trilogia popolare", con le quali il Maestro raggiunse la maturità artistica e la fama internazionale.

Nabucco è la terza opera del maestro e la prima di grande successo. Musicata nel 1841, è andata in scena il 9 marzo 1842 al Teatro alla Scala di Milano. E' un'opera a soggetto biblico in cui il coro si piazza in primo piano. Citeremo a questo proposito alcune note del critico teatrale William Weaver introduttive alla rappresentazione che ebbe luogo, in serata di gala, al Verdi di Trieste^(*) il 27 ottobre 1981: "In ogni parte del lavoro (*Nabucco* è diviso non in atti, ma in parti) il coro appare e a esso è affidata, come per diritto, la pagina più struggente e più famosa dell'opera, quel 'va pensiero' che è diventato l'inno nazionale ufficioso d'Italia". Scrive ancora Weaver "*Nabucco* subito indicò la strada del futuro. Bellini era morto, Rossini ritirato; a Donizetti restavano meno di due anni di carriera. Verdi era il nuovo astro. Nel '79 aveva detto lui stesso a Ricordi: 'Con quest'opera si può dire veramente che ebbe principio la mia carriera artistica'. Un principio che già conteneva i semi delle altre opere che avrebbero costellato quella lunga e luminosa carriera".

La Redazione

(*) Il Teatro Lirico Giuseppe Verdi ha portato l'opera sulle scene triestine ben 18 volte a partire dal 1843 fino al 1981, con rappresentazioni che andavano da un massimo di quindici (1845) ad un minimo di due (1865) repliche. Il conteggio si ferma qui, ma l'opera è stata rappresentata molte volte successivamente.

CONCORSO LETTERARIO “LUISA POZZA” PICCOLI SCRITTORI



Invitati dalla nostra *editor* nonché collaboratrice *Edoarda Grego Pozza* all'Istituto Comprensivo Divisione Julia - Scuola Primaria Ferruccio Dardi - per le premiazioni del concorso letterario dedicato alla memoria della figlia, Insegnante Luisa Pozza, siamo rimasti particolarmente colpiti dalla spontaneità e dell'impegno profusi sia dalle insegnanti che dagli alunni. I testi premiati sono risultati 17 su un totale di 93 opere pervenute, tutte notevoli sul piano narrativo se rapportate all'età dei piccoli autori.

Quale saggio pubblichiamo qui di seguito un elaborato particolarmente vivace e originale che si caratterizza per un *humor* dell'assurdo dal sapore quasi *futurista*.

La Redazione

GIOVANI DENTRO!

Ciao “MULO TRIESTIN”,

mi chiamo Anna e ho 89 anni. I miei passatempi preferiti li condivido con le mie amiche: Franca, Anna ed io siamo inseparabili! Con loro vado a fare *shopping*, *pattinaggio*, *bungee jumping*, *bowling*, *nuoto* ma quello che ci diverte di più è saltare sulle caselle con i numeri, un vecchio gioco chiamato “Porton”.

Non per vantarmi, ma io sono la più brava di tutte perché da giovane correvo, ma soprattutto saltavo tantissimo, quindi sono molto avvantaggiata. Spesso godo degli innumerevoli applausi del pubblico perché sono la campionessa degli under '90 nel mondo di questa specialità. Per giungere a questo risultato, ho dovuto faticare tanto, quindi sono molto muscolosa, forte e con un po' di ciccia.

Sai che Franca, Anna ed io usciamo spesso di casa con rimmel, rossetto, unghie finte e borsette ricoperte di brillantini? Se non usciamo così, non possiamo attirare l'attenzione dei ragazzi. L'ideale sarebbe un “pupo” appariscente e giovane da portare a spasso. Coi abbellita mi faccio tanti “*selfie*”, per poi postarli su Instagram e Facebook, in tal modo posso farmi anche altre amiche. Prima però devo comprare un telefono con i tasti belli grossi e uno schermo gigante perché non voglio più inforcare gli occhiali.

Quindi, come hai ben capito, tutti i bei ragazzi della zona vengono da me. Adesso, non puoi più dire che son vecchia, perché dentro ho 12 anni, quindi nessuno può affermare che non posso fare amicizia con un bel ragazzo. Sai, anche quando ero giovane tutti mi correvano dietro e volevano conoscermi.

Comunque, ora ti devo salutare perché alle cinque del pomeriggio devo andare a giocare al parco con le mie amiche.

Ciao da Roberta.

AUTORE: Alessio Dambrosi
classe 5° A Scuola Primaria F. Dardi



Immagine che ha ispirato la scrittura del brano

Concomitanze. Coincidenze. Bizzarrie e cabale della Storia

Edoarda Grego

Incominciamo dall'ultima, la più attuale, **bizzarria**. Siamo ai primi di giugno del **2018** [anno del centenario della fine della I guerra mondiale e dell'annessione di Trieste all'Italia].

In occasione della celebrazione del settantesimo anniversario della Costituzione della Repubblica Italiana, la Presidenza del Consiglio dei Ministri ha deciso di portare la Carta Costituzionale in dodici città italiane, viaggio da Aosta a Catania., con inizio il 2 giugno, Festa della Repubblica. La bellissima installazione – dodici alti pannelli illuminati e diversamente colorati con impressi i primi dodici articoli – evidente lo scopo culturale-educativo, purtroppo quasi vanificato, essendo le scuole già chiuse - fa tappa a Trieste; la decima tappa, il decimo articolo, quello che, più o meno, tutti conosciamo, sul Diritto d'Asilo: "Lo straniero, al quale sia impedito nel suo paese l'effettivo esercizio delle libertà democratiche garantite dalla Costituzione italiana, ha diritto d'asilo nel territorio della Repubblica, secondo le condizioni stabilite dalla legge [...]". Nelle altre città l'esposizione è stata ospitata negli spazi messi a disposizione dai Comuni. A Trieste, misteriosamente, no. E qui sta **la bizzarria della Storia**: il "Diritto d'Asilo" che non trova "asilo" nei luoghi deputati. Per fortuna niente polemiche; la nostra gentilissima Prefetta (suona brutto, ma è giusto) Anna Paola Porzio si accorda con i responsabili del Cral dell'autorità portuale e l'installazione viene fraternamente accolta nella sala Victoria della Stazione Marittima. Tra parentesi: il Cral festeggia quest'anno il settantesimo della sua storia – quando si parla di coincidenze ... !

Se facciamo un salto all'indietro di cinquant'anni, troviamo un'altra data storica importante: **giugno 1968**, cinquant'anni dalla fine della prima guerra mondiale e dall'annessione di Trieste all'Italia; e qui la data storica s'intreccia ad una serie di eventi ai quali sono stata affannosamente e personalmente partecipe.

Vengo convocata a Roma, Villa Medici del Vascello – famosa per la partecipazione alla lotta per la repubblica romana nel 1849 – **il 2 giugno 1968, ore 10** – per sostenere gli esami orali del concorso nazionale a cattedre degli Istituti Tecnici (Tab. A.II D.M. 15.5.1966), dopo aver superato gloriosamente gli scritti sei mesi prima, sempre a Roma.

Inutile dire quanto fossero importanti quegli esami per me e per la mia carriera professionale, e la necessità assoluta della mia presenza nel luogo e nei tempi stabiliti.

Essenziale invece specificare, nello stesso tempo, **la seconda bizzarria della Storia**: una convocazione a Roma, il 2 giugno, Festa della Repubblica, e, per di più, di domenica. Mi aspettava una città blindata, dove era impossibile anche attraversare la strada perfino per un pedone, dove si preparava una straordinaria parata militare e si stavano affollando di personalità le tribune predisposte lungo le vie del centro. Niente metropolitana, né taxi, per raggiungere Villa Medici del Vascello in via Pancrazio, sulla collina del Pincio, vicino alla famosa Piazza di Spagna.

Comprensibilmente agitatissima, in preda ad un immaginabile panico, trovo un taxi abusivo che, con un enorme e costoso giro, mi porta a destinazione, dove arrivo a mezzogiorno invece che alle 10, con il cuore in gola e l'affanno in petto. Per fortuna trovo una persona comprensiva – gli altri Commissari erano già tutti andati via – che accetta la mia firma di presenza, mi dà l'appuntamento per il giorno seguente e mi comunica il titolo della lezione che avrei dovuto simulare all'inizio dell'esame di fronte alla Commissione. Quel pomeriggio del 2 giugno, avrei potuto, in tempi normali, recarmi in una biblioteca per la preparazione della lezione, ma quale mai biblioteca avrei potuto pensare di trovare aperta a Roma, quella domenica, **2 giugno 1968, Festa della Repubblica?** Comunque, tra parentesi, l'esame andò molto bene; ero

talmente arrabbiata che affrontai la lezione impreparata, ma con piglio sicuro e tanta grinta. Mi rivolsi alla Commissione come ad una vera classe: “Allora, ragazzi, riprendiamo la lezione al punto in cui siamo rimasti la volta scorsa. Dica Lei, in primo banco ...”. Vinsi la cattedra, con mia grande fortuna, all’Istituto Tecnico Industriale di Gorizia, da cui fui poi dirottata alla sede staccata di Panzano (Monfalcone), da dove l’anno successivo fui trasferita all’Istituto Tecnico Industriale “Alessandro Volta” di Trieste – avrei potuto finire a Canicattì ed essere costretta a rinunciare per non lasciare la famiglia e, soprattutto, tre figli piccoli. Ma la giornata romana del **2 giugno 1968** non era ancora finita. E qui entrano in gioco **non più solo le bizzarrie, ma anche le straordinarie, cabalistiche coincidenze di date e concomitanze della**

Storia: la Società Ginnastica Triestina aveva deciso di celebrare - proprio quel 2 giugno 1968, Festa della Repubblica, con un Saggio Ginnico-Sportivo, al Palazzo dello Sport all’EUR, a Roma, alle ore 17.30 - il cinquantenario della “Redenzione di Trento e Trieste”. A quel Saggio doveva partecipare, assieme ad altri 270 giovani atleti triestini, mia figlia Luisa. Tra i familiari-accompagnatori avrei dovuto esserci anch’io, ma, impossibilitata come ero per causa degli esami di concorso, avevo delegato mia madre e una sua cara amica.

Tuttavia, nonostante l’ansia per l’esame, la necessità di un ulteriore parziale ripasso, e la stanchezza fisica e mentale, volli andare ad assistere almeno ad una parte dello spettacolo e ad abbracciare le persone a me care impegnate in un evento storico così importante.

E non me ne sono mai pentita. Anzi.



Roma, 2 giugno 1968, Altare della Patria. Foto ricordo degli atleti e accompagnatori della Società Ginnastica Triestina recatisi a Roma per il Saggio Ginnico-Sportivo tenutosi all’EUR per le celebrazioni del cinquantenario della “Redenzione di Trento e Trieste”.

In attesa della vendemmia

Paolo Rusgnak



Alla fine della vendemmia, la vite entra in una fase di riposo. Le foglie cambiano colore e cadono. In questo periodo l'addetto alla vigna procede con la potatura secca, ovvero taglierà tutti i rami della vite, tutti meno quelli destinati a germogliare e dare frutto l'anno venturo. Questa fase è molto importante perchè si decide se la produzione sarà votata alla quantità o alla qualità. Maggiore sarà il numero di grappoli per ogni pianta, maggiore sarà la produzione di uva e quindi di vino, ma di minor qualità, viceversa una minor produzione di uva per pianta garantisce un vino di qualità superiore.

In primavera inizia il gemogliamento, si formano le foglioline e i germogli si aprono. Purtroppo, però, non tutte le gemme riescono ad aprirsi perchè il freddo invernale può aver causato dei danni.

Questo è un periodo molto delicato del ciclo annuale della vite, perchè lo sviluppo della pianta è più regolare e sano se il tempo rimane mediamente bello, se ci sono bruschi cali di temperatura o troppe piogge la vite è più esposta agli attacchi dei parassiti.

In aprile/maggio si formano i primi grappolini e inizia la fecondazione del polline, se la fecondazione è imperfetta, si formano acini sprovvisti di vinaccioli, che non si sviluppano e provocano la 'acinellatura

del grappolo', con acini che non maturano. Solo nei fiori dov'è avvenuta la fecondazione c'è sviluppo regolare degli acini (allegagione).

Verso metà, fine luglio 'l'invaiaura' dà inizio alla maturazione degli acini, che ingrossano accumulando acqua, concentrano lo zucchero e le sostanze estrattive della polpa, mentre la buccia si colora.

Il germoglio cresce fino ad estate inoltrata, questa fase è chiamata 'agostamento' o maturazione del tralcio. In questo periodo tutte le sostanze nutritive vengono elaborate e immagazzinate dalla pianta.

La maturazione dell'uva può concludersi tra la fine di agosto e la fine di ottobre, secondo i vitigni, che per questo sono definiti precoci, come il Pinot Nero, Pinot Bianco, Pinot Grigio, Chardonnay, o tardivi come Barbera, Cabernet Sauvignon, Nebbiolo, Negroamaro.

Circa un mese prima della vendemmia, l'addetto alla vigna, può decidere di fare un 'diradamento' cioè tagliare dei grappoli dalla vite. Questo perchè, a suo avviso, quella pianta ha prodotto troppi grappoli e, sempre per una produzione di qualità, convoglia tutti gli sforzi della pianta nei grappoli che rimangono (a volte anche solo uno).

Fino a qualche decennio fa, il momento della vendemmia veniva deciso in base all'esperienza e il rapporto tra zuccheri e acidi veniva 'calcolato' assag-





giando l'acino d'uva, e si vendemmiava tutta l'uva più o meno contemporaneamente. Oggigiorno si fa molta attenzione al rapporto zuccheri/acidi, anche con prove di laboratorio, ma soprattutto la vendemmia viene differenziata a seconda del tipo di vitigno. La maturazione dell'uva dipende da numerosissimi fattori, come la superficie fogliare esposta, il peso delle uve/ceppo, il numero e la fittezza degli acini nel grappolo, la disponibilità di acqua nel terreno e altri ancora.

Tecnicamente si parla di tre tipi di maturazione: tecnologica, fenolica e aromatica.

La maturazione tecnologica è il risultato del rapporto tra zuccheri ed acidi. Il buon bilanciamento fra le due componenti è la prerogativa di un vino di qualità. La quantità di zuccheri infatti indicherà la futura gradazione alcolica, mentre gli acidi, soprattutto quello tartarico, costituiscono la spina dorsale del vino, l'elemento fondamentale per la sua longevità.

La maturazione fenolica interessa gli antociani e tutte quelle componenti della buccia che danno carattere al prodotto finale. Spesso però maturazione tecnologica e fenolica non coincidono, e così si possono avere vini di struttura ma con poca componente pigmentata (sovramaturazione delle uve con maturazione fenolica che segue quella tecnologica), o al contrario vini ricchi di pigmenti ma piuttosto acidi (maturazione tecnologica che segue quella fenolica).

Il caso ideale è quello nel quale maturità tecnologica e fenolica coincidono, a conferma di un perfetto adattamento del vitigno all'ambiente pedoclimatico e di un ottimo andamento stagionale.

La maturazione aromatica investe invece le componenti aromatiche/olfattive dell'acino. In generale si parla di aromi varietali per quei profumi che caratterizzano il vitigno, ovvero l'uva, ancor prima della maturazione e che sono presenti nelle bucce. Così le uve aromatiche (moscati, malvasie) presenteranno il medesimo aroma distintivo sia nell'uva che nel vino.

Ci sono poi casi particolari di vendemmie tardive (per aumentare il grado zuccherino dell'uva), e di vendemmie invernali (climi freddi); il grappolo viene lasciato sulla pianta fino a dicembre/gennaio e vendemmiato ghiacciato (ice-wine).



Chiudo con l'abbinamento del trimestre; con quale vino accompagneremo un piatto tipico di stagione: mozzarella e pomodoro? Un vino discretamente morbido con la giusta acidità a controbilanciare la grassezza della mozzarella. Un vino autoctono della Campania, il Fiano di Avellino, della zona di produzione delle mozzarelle. Vino con un deciso colore giallo paglierino, olfatto coinvolgente, con classiche note di nocciola tostata, lievi sentori salini. Ma se vogliamo restare in zona, ho provato ad abbinare al piatto della Vitovska, zona del Carso, e il binomio era ottimo.



I Palazzi della Repubblica Italiana



Palazzo Madama
Senato della Repubblica



Palazzo Montecitorio
Camera dei Deputati



Palazzo del Quirinale - *Presidenza della Repubblica*

Palazzo della Consulta
Corte Costituzionale



Palazzo Chigi
Presidenza del Consiglio dei Ministri

