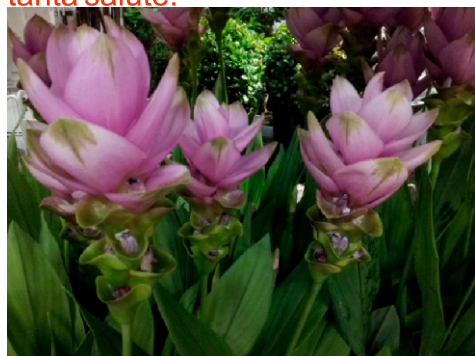


COLORE, SAPORE & SALUTE segue da pag. 1
 giornolino noi ragazzi di Mille
 Cose avevamo parlato dello zen-
 zero questa volta diamo spazio
 alla regina delle spezie: antiossi-
 dante, depurativa, antinfiamma-
 toria...la curcuma che non regala
 solo sapore e colore ma anche
 tanta salute.



Dal profumo e dal sapore inconfondibile questa spezia si ottiene dalla Curcumina Longa pianta erbacea perenne. Dalla radice di color giallo arancione si estrae la preziosa polvere con cui oggi si arricchiscono molte ricette e si curano diversi problemi di salute. Sapevate che: è ricca di salutari principi attivi in particolare la Curcumina che oltre a contrastare i processi infiammatori dell'organismo funge anche da potente antiossidante e antagonista dei radicali liberi. Ricca di oli eterici che stimolano l'appetito e favoriscono i processi digestivi, riduce la formazione di gas oltre a regolarizzare la flora intestinale. Inoltre è un ottimo rimedio naturale per la pelle sotto forma di estratto o crema contrasta alcune problematiche quali: psoriasi, vitiligine e persino l'acne, impiegata anche come disinfettante naturale in caso di tagli e scottature accelerando il processo di guarigione. Come tutte le spezie meglio non esagerare.

MESSAGGIO PER ISABELLA

informarvi che in questi giorni stiamo lavorando alacremente intorno ad un progetto che ci porterà (forse) a scrivere una fiaba, una fiaba moderna, calata completamente nella triste realtà

dei nostri tempi. Come al solito in queste occasioni, noi ci stiamo divertendo molto, pur affrontando nella storia, tematiche forti ed importanti, è anche l'occasione infatti, per parlare di alcuni problemi che affliggono la nostra società. Come in ogni fiaba che si rispetti, anche in questa, nonostante la dura realtà, ci sarà un finale fantastico e surreale. Ci piacerebbe molto farla leggere ad Isabella, la nostra amica scrittrice, che potrebbe sicuramente rivelarci qualche segreto per la sua costruzione! Ciao a tutti e a presto!

GIACOMO DI CRISTALLO

di Leggolandia

OSSIA L' IDEALE Di LIBERTA' PER GIANNI RODARI.

Oggi vogliamo raccontarvi e commentare una delle sue più belle storie, quella di Giacomo, Giacomo di Cristallo. Questo personaggio all'inizio ci ha fatto tanta tenerezza, ci è sembrato un ragazzo fragile, pulito e tenero... ma alla fine si è rivelato tenace come l'acciaio.



Giacomo, a causa della sua consistenza, non poteva permettersi di dire nemmeno una bugia, come i suoi coetanei qualche volta facevano a quell'età. La bugia detta da lui si poteva vedere e riconoscere come una grande palla di fuoco, Giacomo come Pinocchio, al quale invece si allungava il naso (ha detto Francesca).

continua

NON SOLO... CALCIO

pallacanestro

di Luca S.

Domenica 07/10/2018 è iniziato il campionato di Serie A di Pallacanestro. La partita, trasmessa in TV, è stata Trieste contro Bologna.

Seguendo l'incontro, ho visto con grande piacere che, nella squadra di Bologna, giocava Alessandro Cappelletti un ragazzo che noi di Art.1 conosciamo molto bene perchè, oltre ad essere un nostro concittadino, è anche il figlio di un nostro operatore.

Una curiosità... Alessandro, che per ovvi motivi non risiede più a Spoleto, quando la stagione sportiva s'interrompe, passa parte delle vacanze con la famiglia dalla quale non viene escluso lo zio acquisito Demis che ogni volta lo aspetta con ansia.

Tornando alla partita la squadra di Alessandro riesce a portare a casa il risultato iniziando il campionato con la vittoria.



8ª Giornata di Campionato: l'Udinese perde con la Juventus per 0 a 2; l'Atalanta perde con la Sampdoria per 0 a 1; il Cagliari vince con il Bologna per 2 a 0; l'Empoli perde con la Roma per 0 a 2; il Genoa perde con il Parma per 1 a 3; la Lazio vince con la Fiorentina per 1 a 0; il Milan vince con il Chievo per 3 a 1; il Napoli vince con il Sassuolo per 2 a 0; la Spal perde con l'Inter per 1 a 2; il Torino vince con il Frosinone per 3 a 2.

AIGUB ALLED

Della bugia si sanno non da ieri fatti e misfatti che forse non son veri. Dei coperchi chi può dir la sorte, le gambe non c'è prova che sian corte...

...e il naso mai lo vidi lungo un metro!
 La bugia è verità che va all'indietro!

L'oca del gioco o più precisamente un gioco che non serve proprio a niente. Si parte dal centro e ci vuol pazienza perché si arriva dove c'era la partenza.

La bugia, lo dico e non ripeto è una verità vista dal didietro!



Stampanti Ecologiche per il tuo ufficio

EPSON®
 EXCEED YOUR VISION

0755004906 - info@multicoopia.it - www.multicoopia.it

non solo fra di noi
 direttore editoriale giorgio raffaelli

supplemento a

Impegno Sociale

anno XVI - dicembre 2013

Direttore editoriale: Sandro Corsi
 Direttore Responsabile: Arnaldo Casali
 Pubblicazione Reg. Tribunale di Terni
 il 13 novembre 2003 n. 11/03