



OTTOBRE 2017

Ed eccoci qui care amiche per un nuovo anno sociale insieme!!!!

Dopo una torrida estate ahimè è arrivato l'odiato cambio di stagione la riorganizzazione dopo la pausa estiva ed ora siamo pronte a ripartire.



Ci ritroveremo :

**MERCOLEDI' 11 alle h. 16.30**

per salutarci e presentavi il programma fino a Gennaio 2018

Vi aspettiamo numerose per discuterne insieme e accogliere eventuali proposte sempre ben gradite.

Arrivederci a prestissimo!!!!!!

*Concetta*

%%%

### ***AFORISMA***

“ Ci sono due giorni all'anno in cui non puoi fare niente: uno si chiama ieri, l'altro si chiama domani, perciò oggi è il giorno giusto per amare, credere, fare e principalmente vivere “

Dalai Lama

%%%%%%%%%

A me è piaciuta moltissimo e mi ha fatto molto riflettere.....

## **NON E' FACILE INVECCHIARE** (anonimo)

Non è facile invecchiare con garbo.

Bisogna accertarsi della nuova carne, di nuova pelle, di nuovi solchi, di nuovi nei.

Bisogna lasciarla andare via la giovinezza, senza mortificarla in una nuova età che non le appartiene, occorre far pace con il respiro più corto, con la lentezza della rimessa in sesto dopo gli stravizi, con le giunture, con le arterie, con i capelli bianchi all'improvviso che prendono il posto dei grilli per la testa.

Bisogna farsi nuovi e amarsi in una nuova era, reinventarsi, continuare ad essere curiosi, ridere e spazzolarsi i denti per farli brillare come minuscole polvere da sparo.

Bisogna coltivare l'ironia, ricordarsi di sbagliare strada, scegliere con cura gli altri essere umani, allontanarsi dal sé, ritornarci, cantare, canzonare i paurosi, stare nudi con fierezza, invecchiare come si fosse vino, profumando e facendo godere il palato, senza abituarlo agli sbadigli.

Bisogna camminare dritti, saper portare le catene, parlare altre lingue, destarsi con parsimonia

Non è facile invecchiare, ma l'alternativa sarebbe stata di morire e io ho ancora tante cose da imparare

.....

## LO SAPEVATE CHE ???.....

Che la parola Cremlino significa “ fortezza “

Che i dromedari si trovano anche in Russia e precisamente in Astrakan – la terra dei Cosacchi

Che quando nasce un bambino cosacco non gli si dice benvenuto ma gli si sussurrano nell’orecchio le regole del cosacco

Che la tradizione cosacca è di bere la vodka senza toccare il bicchiere la si beve tenendo il bicchiere in equilibrio sulla spada

---

## Piccoli consigli in cucina

*Cade un uovo? Facile toglierlo mettendo tanto sale sopra e intorno – togliere con uno scottex*

*Si brucia la padella? Un po’ di acqua tanto sale un po’ di olio di gomiti e torna nuova*

---

## *L'Angolo del buon umore*



*“ Come si riconosce il sesso delle mosche????”*

*Una signora entra in cucina e vede il marito con una paletta ammazza mosche  
In mano:*

*\_ Che fai? Gli dice  
\_ Ammazzo le mosche ! risponde il marito*

*\_ - Ne hai già presa qualcuna?  
- Si si ben 3 maschi e due femmine*

*Stizzita la moglie gli risponde*

*- e come fai a capire il sesso????  
- Semplice risponde il marito tre erano sul bicchiere della birra e due al telefono!!!*

oo