



Il nuovo bar del CRAL totalmente rinnovato nella struttura e nell'arredamento è stato inaugurato venerdì 25 luglio con una semplice ed affettuosa cerimonia.



Il tradizionale nastro è stato tagliato dal Presidente Rosario Faraci che nelle sue parole augurali ha evidenziato l'affettuoso e concreto sostegno della Amministrazione ai lavoratori.

Ringraziamenti sono stati rivolti alle ditte che hanno realizzato con perizia e puntualità la ristrutturazione e la fornitura del moderno arredamento in linea con i parametri più avanzati di igiene pubblica ed ambientale.

Al Dott. Carmelo Ietto Responsabile della Manutenzione Fabbricati e quindi anche di quei locali adibiti a ristoro comune, sono giunte le congratulazioni della Amministrazione e di tutti i colleghi per gli ottimi risultati conseguiti.

Alla manifestazione oltre al Presidente Faraci erano presenti i Vice Presidenti Gazzara e Marino, il Direttore Generale Trainiti con i Dirigenti Frisone e Sceusa, il Comandante della Polstrada di Bocchetta Giorgianni e tutti i dipendenti della palazzina. I locali sono stati benedetti da Padre Mario Direttore del Santuario Sant'Antonio di Messina.

Particolarmente commosso Sebastiano Messina presente in gilet di gala, papillon

nero, senza occhiali e capelli impastati di gel. Ad maiora per i prossimi 25 anni !



La immagine *parla* da sola ed allora Buone Vacanze a tutti anche a coloro che, per vari motivi e necessità, rimangono in casa e/o in servizio. In questi casi basta staccare la spina al momento giusto e concedersi una giusta distrazione con la famiglia scegliendo le tante iniziative che sono localmente organizzate. Non vi è dubbio che la migliore vacanza sia quella plasticamente descritta nella figura di testa, ma non sempre i sogni possono realizzarsi. A tutti Buona Estate !



E' bello andare in ferie ma cosa fare durante il giorno? Taluni esperti sostengono che per recuperare le fatiche accumulate e liberarsi dallo stress *non bisogna fare nulla* ! Ma a conti fatti, quello estivo è il periodo nel quale si fatica di più per smaltire le cose accumulate e rimandate nei mesi e per presenziare alle tante iniziative organizzate localmente. Di seguito un ampio ventaglio di idee della ns Paola Blancato



Fino al 17 agosto si potrà visitare la rassegna culturale ART ME. In questo caso si segnala la mostra fotografica **"60 anni di stelle tra Messina e Taormina – Omaggio a Michelangelo Vizzini"**. L'evento, inaugurato al Monte di Pietà per celebrare il 60° anniversario della Rassegna Cinematografica di Messina, sarà presente anche a piazza Cairoli ed al terminal crocieristico.

In calendario anche proiezione dei films lanciati attraverso la Rassegna e due serate musicali secondo un programma consultabile sul sito <http://www.art-me.it/>.

Fino al 10 settembre il **Giardino Corallo** ripropone diversi spettacoli teatrali e la proiezione di grandi films.

Piacevoli serate sotto le stelle in mezzo al verde, lontano da pensieri e ansie, in vacanza anche se in città. Spettacoli che fanno ridere, mettendo in scena bravura, mestiere e grande passione. Una festa per tutti, grandi e piccoli. La programmazione sul sito www.giardinocorallo.it

Per tutta l'estate la **Movida Messinese** si sposterà nella Via Consolare Pompea animata fino a notte dai lidi che propongono giornate ricche di attività sportive e animazione, serate a tema e musica per tutte le orecchie .



ALLA SCOPERTA DI MARIA COSTA

Forse non tutti sanno che a Messina, nel rione Case Basse di Paradiso (Via Consolare Pompea) vive una donna che si esprime in vernacolo: é la poetessa MARIA COSTA.

Lei, *Tesoro Umano Vivente* della Regione Siciliana e *Patrimonio dell' Umanità* per l'Unesco, resta una delle ultime custodi delle *parole e del dialetto siciliano*.

La si potrà incontrare mentre passeggia lungo la riviera e, se del caso, potrete fermarla per scambiare quattro parole.

Con un po' di fortuna potrebbe regalarvi dei versi, delle rime, delle espressioni poetiche. E' una donna semplice, estemporanea, immediata perché ispirata dal suo mare, lo Stretto con i venti, i miti e le leggende del suo popolo. Una esperienza indimenticabile ricca di umanità e di cultura!



La cucina rimane la regina dell'estate! In questo periodo sono tanti gli antichi saponi che ci riportano indietro nel tempo quando le mamme e le nonne ci attenzionavano con buone pietanze. Come rinunciare alla pasta alla norma con una spruzzata di ricotta infornata; alla pasta alle vongole e/o alle cozze; alla pasta alle zucchine e/o con fiori di zucchine; alla pasta al ragù di carne e per i più esigenti al sugo di carne; a qualunque arrosto di carne e di pesce; ai preparati e/o timballi di verdure o ortaggi, alle parmigiane e caponate ? E per finire..... gelati alla frutta di stagione ed un buon

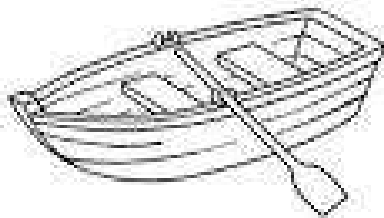


dolce della tradizione siciliana senza mai dimenticare a colazione il rito della granita con la brioche.

Un consiglio? nascondete la bilancia rimandando il senso di colpa alla fine delle vacanze.



In tanti paesi europei le vacanze sono una utile occasione per *servire* la comunità o svolgere un servizio utile per le persone più sfortunate. Organizzati in gruppi si sceglie di svolgere una attività di volontariato e lavorare gratuitamente per la Città secondo un progetto ben definito (ripulire un giardino, eseguire una manutenzione, pitturare una scuola, ecc.) o come vi suggerisce il vostro cuore. Un modo alternativo e significativo per coniugare il relax con il servizio. Ovviamente alla fine della giornata o a conclusione del progetto da eseguire rimane la gioia di essere stati utili nonostante la grande stanchezza. Eppure i professori rilevano nelle loro ricerche che i volontari intervistati hanno dichiarato di non essersi stancati e di essere pronti a rifare tutto. Allora forza!



**PALIO DELLE CONTRADE MARINARE
"DON GIOVANNI D'AUSTRIA -
TROFEO "CITTÀ DI MESSINA".**

La VI edizione si terrà il 10 agosto lungo la riviera messinese. E' una gara tra barche da pesca dette *paciotte*, ciascuna in rappresentanza dei rioni Ringo, Paradiso, Contemplazione, Pace, Sant'Agata. Sono spinte da quattro, sei o otto remi e manovrate da soggetti forti e avvezzi alle fatiche della voga. Oggi come allora, gli equipaggi sono animati da grande spirito agonistico, decisi a portarsi a casa l'ambito stendardo *in Palio*. La gara, accantonata negli anni cinquanta del secolo scorso, era tra le più difficili della riviera. Da 6 anni questa antica tradizione è riproposta con le stesse regole e rivalità di sempre.

IL BASILICO

Tradizionale alleato del pomodoro in tutte le sue varianti, lo si trova nella caprese, nei sughi ed in molte pietanze di tipo



mediterraneo. Legato a doppio filo alla pizza... il basilico è per antonomasia *il profumo di cucina* e, soprattutto, *parla italiano!* Le sue foglie sono un efficace digestivo capace di calmare gli spasmi intestinali, contrasta l'aerofagia, anche di origine nervosa, perché agisce come sedativo dello stomaco e del tenue. Il basilico fresco è un ottimo rimedio contro le coliche e per calmare la nausea dagli eccessi alimentari e del bere. Messo a bagno in una ciotola d'acqua il basilico può essere utilizzato come un disinfettante profumato.

**Torneo Interaziendale a 5.
Classifica Finale 2014**

1=Esercito Italiano, 2= KSM, 3=Sicurarmor
4=CRAL CAS, 5=Carabinieri, 6=Brigata Aosta, 7= Polizia Penitenziaria, 8= Reparto Comando, 9=Polizia Stradale.

Alla squadra CRAL-CAS è andata la *Speciale Coppa "Disciplina"*, a Santonoceto la *Coppa "Atleta Esemplare"*, a Guarnera l'*attestato "Uomo Squadra"*, a Parisio l'*attestato "Responsabile"*.

Nel prossimo numero foto e particolari



Anche la Redazione va in ferie! Il prossimo numero a settembre con tante novità.

A tutti buona estate!

Editore Il Presidente CRAL Francesco Santonoceto. Responsabile Redazione Sandro Cuzari. Segretaria Redazione Silvana Monforte. Web Master Enzo Irrera
Agosto 2014