



AGPHA ODV News

N. 1 - Dicembre 2024

Notiziario dell'associazione AGPHA ODV (distribuzione interna)

Sommario

<i>Lettera del Presidente</i>	1
<i>Organi dell'Associazione</i>	2
<i>Il perché del nuovo logo</i>	3
<i>Lo sportello Caf</i>	3
<i>Il primo numero</i>	4
<i>Come passa il tempo</i>	5
<i>Il 5 x 1000</i>	6
<i>La memoria</i>	7
<i>Attività</i>	8
<i>Il Natale</i>	11
<i>Che attori</i>	12
<i>Ricetta</i>	14
<i>Poesia</i>	15

Questa nuova edizione può essere considerata la 1a della versione 2.0 del Giornalino della Comunità Raggio di Sole. Già introdotto da Armando Tallarico, è stato sospeso per diversi anni, ma il nuovo Presidente Francesco Petricca, con il contributo del comitato direttivo, ha ritenuto opportuno reintrodurre la realizzazione del Giornalino per rendere pubbliche tutte le novità e iniziative in programma per il prossimo anno. Il primo, grande progetto che ha già preso vita è "Il dopo di noi", grazie ai fondi ottenuti dal PNRR, inizieranno i lavori di realizzazione alloggi presso la sede della Comunità, con l'obiettivo di ospitare i ragazzi anche per il pernottato. Altre le novità fra cui il restyling del logo e la variazione da onlus a ODV.

Francesco Petricca, è stato per anni impegnato in associazioni sportive e culturali, ha gestito magistralmente negli anni '80 l'ex CRAL trasformandolo nel primo grande polo sportivo esistente della nostra città; ha investito per la realizzazione della piscina olimpionica coperta, fondando una scuola di nuoto agonistico e pre-agonistico. Gli sport presenti nell'ex CRAL, hanno dato la possibilità a tanti bambini e ragazzi di quelle generazioni di frequentare una struttura ben organizzata, sempre a disposizione e che aveva come obiettivo l'aggregazione e la condivisione. Negli anni, il Presidente si è sempre dato da fare con varie Associazioni, ma sempre con occhio attento alla valorizzazione della città e al sociale, fino ad approdare all'AGPHA.

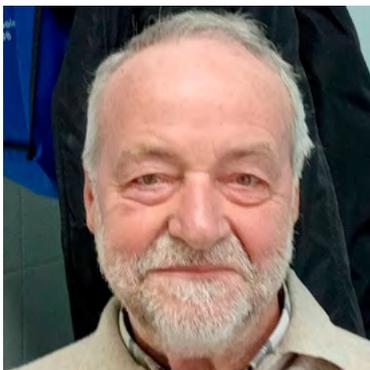
Il progetto "Dopo di noi" vede il Presidente, impegnato con dedizione e lungimiranza alla sua realizzazione, ma non dimenticando di lavorare per trasformare la struttura, che ospita la Comunità Raggio di Sole, in un luogo ancora più confortevole, gradevole e all'altezza degli ospiti, affinché i ragazzi possano sentirsi: stimolati, sicuri, protetti e coccolati, come a casa.

Il nuovo Direttivo dell'AGPHA ODV

Il 12 di ottobre, si è svolta l'assemblea ordinaria per il rinnovo del Consiglio direttivo, che durerà in carica per i prossimi tre anni. Successivamente, il 21 ottobre, il nuovo Consiglio Direttivo, attribuiva gli incarichi societari, che risultano essere:



Presidente
Francesco Petricca



Vice Presidente
Gino Federici



Segretario
Lumia Leonardo



Tesoriere
Pasquale Spagnolo



Consigliere
Carlo Giovannelli



Consigliere
Fabio Andreozzi



Consigliere
Franco Caruso



Consigliere
Silvia Antonica Campa



Consigliere
Tonino Bianchi

Inutile dire che, tutti loro, sperano di poter attuare quei progetti ipotizzati da tempo e che ancora non hanno trovato una concretizzazione nella realtà dei "ragazzi" e dell'associazione.

Il perché del nostro logo rivisto



I nostri associati conoscono l'argomento perché ne abbiamo parlato durante le riunioni, per coloro che invece non ne sono a conoscenza, è bene spiegare che non abbiamo deciso noi di cambiare l'ONLUS in ODV, sono semplicemente cambiate le leggi che regolavano il terzo settore, ma a riprova che in pratica nulla è cambiato, basta leggere il nuovo statuto che, nome a parte, ricalca perfettamente il vecchio. Questo adeguamento, ci ha permesso di poter essere iscritti al RUNTS (Registro Unico Nazionale Terzo Settore), passo fondamentale per poter partecipare ai bandi regionali, indispensabili per dare un futuro ai nostri progetti. In occasione dell'aggiornamento del logo, per inserire l'ODV, abbiamo pensato, di inserire definitivamente anche il nome con il quale molti ci conoscono - Comunità "Raggio di Sole"- nel logo. Volendo poi dimostrare, anche nel simbolo dell'associazione, il rinnovamento in atto, abbiamo inserito, sostituendo le due colombe, le 5 rondini, simbolo della nostra città. Il progetto di rinnovamento abbiamo detto, deve essere evidente, ma non potevamo certo stravolgere ciò che per anni ci ha rappresentato a livello di logo, quindi come dicono gli stilisti, solo un leggero "Face lifting", niente di più.

Uno sportello CAF dedicato

L'intento di questo accordo è quello di canalizzare più persone, con analoghe necessità, verso un unico CAF specializzato nelle problematiche poste dalle molteplici normative in materia di disabilità che, necessitano di un continuo e costante aggiornamento.

CAF MOVIMENTO CRISTIANO LAVORATORI

Una tutela sempre più ampia

Abbiamo a cuore le persone

www.cafmcl.it

Offriamo tramite le nostre sedi sul territorio nazionale, servizi fiscali e sociali a lavoratori dipendenti, pensionati, studenti, famiglie.

ALCUNI DEI NOSTRI SERVIZI

- Mod. 730 e IMU
- Colf e Badanti
- ISEE e ISEEU
- Locazioni
- Assegno Unico
- Superbonus 110%
- OCC Organismo di Composizione delle Crisi da sovraindebitamento
- Successioni

Siamo presenti in tutta Italia!

Per prenotazioni telefonare al 06 92 75 555

DIREZIONE GENERALE: Tel. +39 06 700 51 10 - direzionegenerale@cafmccl.it

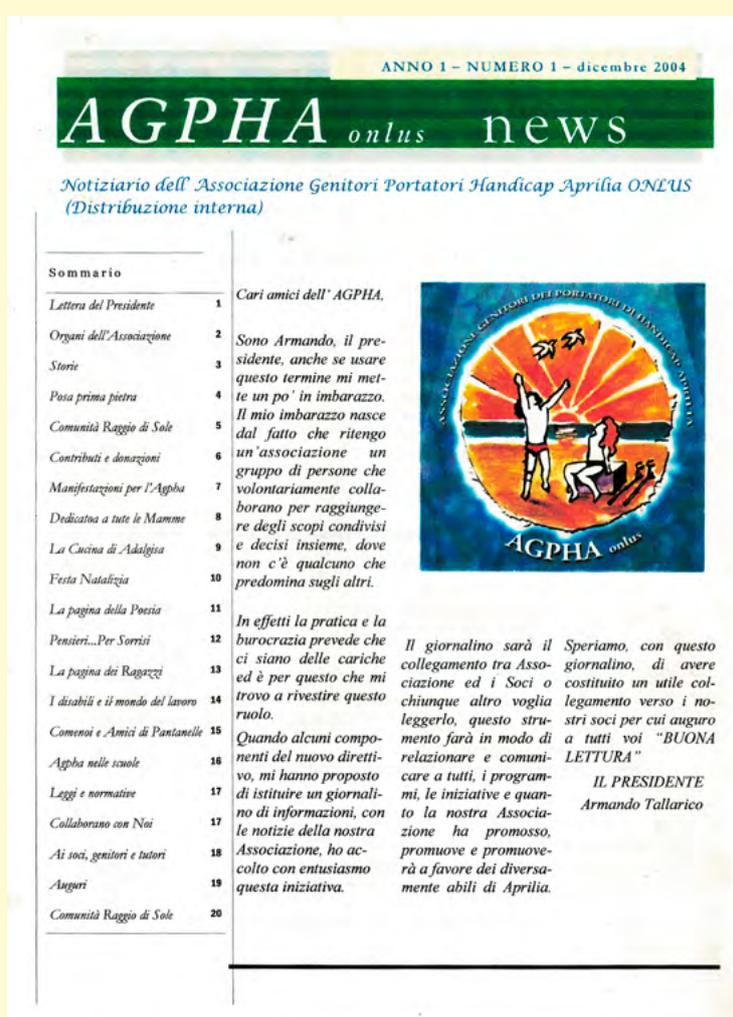
In questo modo si vuole creare un punto di riferimento per le famiglie e gli operatori del settore, che li aiuterà a districarsi fra i numerosi cavilli burocratici e contemporaneamente ad approfittare dei vantaggi e dei benefici riservati dalle normative.

Gli Associati AGPHA ODV possono richiedere informazioni anche direttamente all'indirizzo e-mail dell'Associazione agphaodv@agphaodv.it

Le nostre notizie

Vent'anni fa veniva pubblicato questo giornalino, gli articoli erano pieni di speranze nel futuro. Oggi con la stessa voglia di fare, consci e orgogliosi di ciò che coralmemente siamo riusciti a realizzare, ma sapendo che il grosso del lavoro rimane da fare. Ci è sembrato logico ripartire non lasciando sola quell'unica edizione, ma facendo diventare il giornalino, un mezzo con cui mantenere aperto il dialogo con gli associati e con tutti coloro che in qualsiasi modo ci sono vicini, attraverso il giornalino cercheremo d'informare: su cosa stiamo realizzando, su ciò che è accaduto e su ciò che organizzeremo in futuro.

Il giornalino può essere il modo per essere informati e per affrontare e risolvere i grandi e i piccoli problemi che riguardano i "ragazzi" e l'associazione.



Tornando così ad avere una grossa corallità, quella che ci permise di porre la prima pietra della Comunità, per poi costruirla ed inaugurarla. Sicuramente siamo ambiziosi, ma mettendo lo stesso impegno di sempre, crediamo fermamente di poterli raggiungere.

Sicuramente un traguardo ambizioso, ma che ormai è acquisito. Quindi questo giornalino ha l'arduo compito di informare tutte le persone che ci seguono, su ciò che l'associazione fa e stimolare chi lo legge a farsi carico d'evidenziare ciò che, forse presi dal quotidiano, magari non notiamo.

Allora, oggi è possibile raggiungere nuovi obiettivi. Quali? Continuate a leggere.

Come passa il tempo!



Per la ricorrenza dei nostri primi trent'anni, facemmo quello che vedete nella foto, mongolfiera, come per la -Prima pietra- e torta inclusa.

Nell'approssimarsi dei nostri quarant'anni, speriamo di poter riportare nel giornalino del 2027, non solo la ricorrenza di un compleanno, ma anche l'elenco dei traguardi raggiunti, che sicuramente sembrano ambiziosi, ma mettendoci lo stesso impegno di sempre, crediamo fermamente di poterli raggiungere, o perlomeno mettere le basi per raggiungerli in futuro. Aprilia ha dimostrato di essere un luogo dove la socialità non va spiegata ai suoi cittadini perché da essi è vissuta e applicata nel quotidiano. Tanto che la loro vicinanza alla causa, che la nostra Associazione persegue, ha permesso di raggiungere quegli obiettivi che tante realtà ci invidiano.



L'importanza del 5 x 1000

AGPHA ODV e la sua COMUNITÀ "RAGGIO DI SOLE"



AGPHA Odv
N. iscrizione RUNTS: 114459
Via Aldo Moro, 47 - 04011 Aprilia (LT)
Cod. Fisc. 91012540596



Tel. Segreteria 06.9275555
Tel. Presidenza 06.9257528
www.agphaodv.it
e-mail: agphaodv@agphaodv.it

È ormai dal 2008 che percepiamo i proventi del 5 x 1000, assieme a tanti piccoli finanziamenti di chi ci è vicino e ci aiuta.

Ciò ha permesso di ripianare i debiti accumulati per la costruzione dell'edificio, che ospita il centro diurno la Comunità "Raggio di Sole", e che presto potrebbe accogliere al primo piano, grazie al PNRR, uno spazio in grado di ospitare dodici, di quelli che ci fa piacere chiamare i nostri "ragazzi", in un progetto che avvia il percorso per il -Dopo di noi-.

Può sembrare meschino, parlare di soldi, ma senza di loro i sogni non camminano. Quindi vi chiediamo di ricordarci mentre fate la vostra dichiarazione dei redditi, nella pagina dedicata, alla vostra scelta riguardante il 5 x 1000, inserendo il nostro cod. fiscale 91012540596 e firmando.

Ciò che speriamo di realizzare, se le finanze ce lo permetteranno, è il tempo pieno per il centro diurno, un servizio di trasporto per i "ragazzi", uno sportello: amministrativo e legale per i nostri soci e non solo, a mini soggiorni e gite per i "ragazzi".

Quindi, realizzato ciò, provvederemo al completamento del secondo piano del fabbricato, organizzare, brevi soggiorni per i "ragazzi", con progetti: di avvio al -Dopo di noi-, di assistenza per brevi periodi per le necessità familiari, o semplicemente per dei Week end diversi dalla monotona abitudine.

Per i progetti a lungo termine che richiedono più tempo e risorse per essere realizzati, ricordiamoci che abbiamo costruito la struttura che ci sta permettendo di ospitare ventitré "ragazzi" nel centro diurno e di progettare un "Dopo di noi" per altri dodici, realtà per cui molte associazioni e enti pubblici ci considerano come un esempio da seguire.

Questi sono i nostri progetti di massima futuri. Sempre che, le meravigliose persone che hanno permesso, all'associazione, di fare ciò che ha fatto fino ad ora, ci siano sempre vicine con il cuore ed anche ... con il 5 x 1000.

Grazie!

Come sostenerci ed aiutarci

Codice Fiscale: **91012540596**

Codice Univoco: **M5UXCR1**

Per bonifico BBC Roma:
IT42 E083 2773 9200 0000 0005 758

Per bonifico BPER:
IT22 J053 8773 9200 0000 1056 091

c/c Postale: 14299028

Per bonifico Postale:
IT88 R076 0114 7000 0001 4299 028

Ad Aprilia, grazie al sostegno di tante splendide persone e al lavoro svolto da tanti genitori, si è costruita una struttura che oggi ospita 20 "ragazzi speciali".

Il **Centro Diurno Comunità "Raggio di Sole"** è una realtà importante della Città e con i fondi necessari potrebbe accogliere tanti altri ospiti.

Così come potrebbe vedere la realizzazione del **"DOPO DI NOI"**, un progetto a tutela di chi è rimasto solo, che oggi vive situazioni affettive quotidiane molto precarie.

Partecipa al "sogno" donando il 5xMille della tua Dichiarazione dei Redditi all'Associazione Agpha Odv in cambio possiamo solo dire "Grazie di Cuore" per la tua generosità a sostegno dell'iniziativa.

Passateci a trovare, potrete vedere e toccare con mano quanto è stato fatto e quanto ancora **potremmo fare**.

Un'ulteriore grazie, dai "ragazzi speciali"

La memoria

L'associazione, nella sua ultima assemblea, ha voluto ricordare due delle tante figure che hanno collaborato in modo marcato, alla realizzazione dell'AGPHA ODV così come oggi la conosciamo.

Le targhe sono andate a:

Armando Tallarico, al quale è stata anche conferita la tessera di Presidente onorario, per aver presieduto per molti anni la nostra associazione, guidando il progetto e l'avvio della costruzione della Comunità "Raggio di Sole" e alla **Famiglia Caruso**, ad iniziare dalla Sig.ra **Maria Giraldi**, ideatrice del salvadanaio che da decenni campeggia sul banco del forno Caruso, che trovava seguito in tutta la famiglia e con lei e in ricordo di lei, tutta la famiglia contribuiva e contribuisce a qualsiasi attività utile ai nostri "ragazzi".

Ma dovendo parlare di memoria, è bello ricordare ciò che un poeta scrisse: "Chi è nei ricordi è ancora vivo", allora è il caso di ricordare anche chi più in sordina, ma non per questo con un valore minore, ha lavorato per il nostro progetto, nei trentasette anni di storia della nostra associazione:

Gabriella e Gino Grillo, due su cui si poteva sempre contare;

Adalgisa Nasoni la nonna di tutti noi; **Luciano Salvadori**, un lavoratore infaticabile; **Mario Massarenti**, che ha sognato un futuro per i nostri "ragazzi"; **Benito Tesei**, un tessitore di programmi; **Mario Cirene**, che inaugurò la nostra Comunità; **Lorenzo Mione**, un segretario attento e preciso, oltre a **Carlo Fontemaggi**, che era l'anima sociale del gruppo.

Tutti loro, sino a che hanno potuto, si sono dedicati anima e corpo alla realizzazione di questo progetto, per i nostri meravigliosi "ragazzi", con ruoli e capacità differenti, ma senza mai risparmiarsi, dando sempre il massimo, un retaggio di dedizione che è bello pensare, che tutti noi soci abbiamo, come in una ipotetica staffetta, raccolto il loro testimone d'ideali.

Le nostre attività

I tanti anni di storia che abbiamo alle spalle, fanno sì che di attività ne siano state svolte molte, alcune superate, altre trascurate per un periodo, altre fatte in modo discontinuo altre ancora di nuova ideazione.

Tra le tante attività che più hanno attraversato gli anni, troviamo la Pedalata in città e le "Auto d'epoca".

La manifestazione, "Pedalata per un Raggio di sole" che è maggiorenni, si svolge grazie all'ASD Ciclistica Aprilia, lei è un inno allo sport e alla famiglia.

I ciclisti partecipanti, per un giorno si appropriano della città, potendo attraversarla in lungo e in largo in bici con figli, nipotini e perché no con i nostri "ragazzi" al seguito, senza apprensioni, perché auto in circolazione non ci sono. All'arrivo poi merenda e l'attribuzione di tanti grandi e piccoli premi, estratti tra i numeri d'iscrizione dei partecipanti.

Le auto divennero una manifestazione, una ventina d'anni fa, grazie all'Old Car Club e che oggi prosegue grazie: al Club Aramis, il Vespa Club e il Charly Angels.

La manifestazione, oltre a mostrare dei meravigliosi pezzi della storia motoristica, ha due indirizzi: il primo è la solidarietà verso i deboli, con passeggiate nelle sferraglianti nonnine per i nostri "ragazzi" che vanno a trovare gli anziani delle RSA.

Il secondo è un goliardico pranzo fatto tra i gentlemen drivers del Club e le famiglie degli associati.

Altra attività motoristica di rilievo è la "Giornata del Volo".

Nata da un'idea di Silvano Genga grazie alla meravigliosa adesione di Ali Nettuno, i nostri "ragazzi" hanno assistito ad ardite manifestazioni aeree, hanno sperimentato il piacere del volo e se per tanti motivi non fossero stati in grado di sedersi sull'aereo? Nessuna paura gli amici del 500 Fan Club li avrebbero scorazzati per tutto l'aeroporto, con tanto di tettino aperto con bandiere e clacson strombazzante al seguito.

Rimanendo nell'aria, parliamo della manifestazione "un Raggio di Sole sotto le stelle", in cui gli amici dell'Associazione Pontina Astronomia portano i loro telescopi e fanno vedere quanto di bello c'è in cielo, intrattenendo i presenti su argomenti e filmati che riportano mondi o avvenimenti affascinanti e lontani.



l'AGPHA onlus
Comunità "Raggio di Sole"
sabato 20 luglio
è lieta d'invitarvi a ...
Una serata di astronomia con
e ... molto altro, con
Un "Raggio di Sole" sotto le stelle
dalle ore 20,00
nella Comunità "Raggio di Sole"
in via Aldo Moro n° 47 Aprilia

Le nostre attività



Più terrena è “Sbraciami” manifestazione orchestrata dallo chef Marco Davi, in cui, con molti suoi colleghi, presentano piatti di alta cucina cotti alla brace, il tutto accompagnato da ottimi vini. Dovendo tornare con i piedi a terra mi sembra un bell’atterraggio.

La bucolica “Festa del pane” si svolge a Carano, nella tenuta che fu di Menotti Garibaldi, dove si ripercorrono tutte le attività che davano, il pane un secolo fa, dalla mietitura, alla macinatura a pietra, alla lievitazione, alla cottura in forno e infine alla degustazione del pane appena sfornato con sale, olio o pomodoro.

La collaborazione con “Pallavolando a tutto tondo” dove, lo sport e l’integrazione marcano a braccetto, da decenni Giulio Ciuferrri dà l’occasione a molti “ragazzi” di fare attività fisica e integrazione di squadra, con impegno e allegria.

Queste sono solo alcune delle attività che facciamo, altre giornalmente sono svolte nel nostro centro diurno, Comunità “Raggio di Sole”, per permettere a chi la frequenta di divagarsi, di fare attività motoria, ma soprattutto di acquisire autonomia e nozioni, dove questi obiettivi fossero troppo lontani per il singolo “ragazzo”, lavorare per mantenere i livelli raggiunti.

Le nostre insegnanti quotidianamente svolgono nel centro varie attività da quelle più ludiche, a quelle più prettamente scolastiche fino a quelle più sociali e d’integrazione.

Questi laboratori si propongono di stimolare lo sviluppo organico dei “ragazzi”, proponendogli attività motorie con l’uso della palla, della corda del ballo o qualsiasi altro sistema utile allo scopo. La continua ricerca d’evidenziare le potenzialità che ognuno di loro possiede, impegnandoli per realizzare con: il disegno, la pittura, il decoupage o con materiali vari, ciò che gli piace o ciò che gli è difficile dire a parole, ma che nella scelta dei colori e dei soggetti, in ogni caso esprime.

Le attività ludico-ricreative, dove il gioco permette, senza farlo pesare: attenzione, applicazione e fare gruppo con altri, ad esempio per giocare: a Uno, a biliardino, a tombola oppure cantare con il karaoke o cantando tutti in coro.



Le nostre attività

Attività scolastiche con: lettura, scrittura, fare di conto e raccontare ciò che si è ascoltato.

Oggi molte parole sono mutate dall'inglese, quindi ciò che fanno le volontarie Sabrina e Stefania, senza pretendere di farli diventare bilingue, è quello di permettergli di non stupirsi e non distorcere troppo questi vocaboli, aiutandoli in ciò con letture e giochi in inglese.

Grazie alle lezioni teorico-pratiche del signor Domenico, i ragazzi hanno l'opportunità di comprendere in modo semplice e interattivo le stagioni e alcuni dei fenomeni astronomici più curiosi o di maggiore interesse, mediante modellini e video.

L'attività effettuata presso il Centro Commerciale Aprilia2, ha varie finalità: gestione dei soldi, scelta dei prodotti e delle quantità (laboratorio di cucina), vedere i "loro" negozi e chiacchierare su ipotetici o reali piccoli acquisti, colazione con ordinazione al bar chiacchierando del più e del meno. Proprio per il senso di autonomia ed emancipazione che quest'attività gli dona, è diventata nel corso del tempo un appuntamento importante.

Ortoterapia con la messa a dimora di piantine e alberelli, sino a vendemmiare e a raccogliere le olive per fare l'olio, con l'intento di dare un significato reale allo scorrere delle stagioni.

Attività esterne al centro sono: gita allo Zoo Marine, visite alle fabbriche e alle fattorie, partecipare ai giochi inclusivi a Ladispoli.

Credevamo di aver finito, invece, il quattordici di questo mese, mentre stavamo impaginando questo giornalino, al teatro Europa Luca Liberini chiamando a raccolta i suoi Christmas & Friends, ci ha calato con: musiche, cori, balletti e splendide voci, nella più calda atmosfera natalizia. Speriamo, di non avervi annoiato, ma di aver reso l'idea di ciò che facciamo e di quante belle realtà ci sono vicine fattivamente.



Natale!



Quante volte da bambini abbiamo detto, con gli occhi pieni di gioia, “È Natale!”, aspettandoci chissà cosa, senza riuscire a dare un senso alle nostre attese. Ma il cuore era gonfio, di trepidazione per quel giorno.



I nostri “ragazzi”, beati loro, lo vivono ancora così, con tanta ingenuità e poesia. Perché, allora, non lasciarci contagiare da questa atmosfera, così quando faremo il presepe o l’albero, non lo vedremo solo come un ulteriore impegno dei mille che quotidianamente dobbiamo affrontare, ma come l’occasione di fare qualcosa con loro e dividerne la gioia.

Quella gioia che gli fa sperare in un futuro pieno di “Belle cose”, semplici e possibili per tutti noi, basta che abbiamo gli occhi e il cuore, disposti a vederle e a capirle, forse non sarà molto, ma è bello! e se questo sapremo viverlo, staremo meglio e forse riusciremo ad avere anche noi quei meravigliosi occhi pieni di speranza, nell’attesa del...

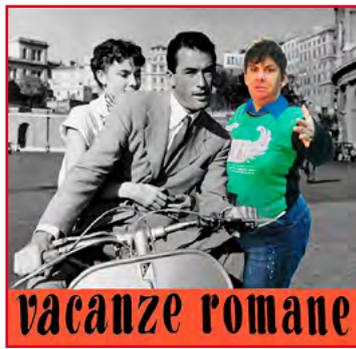
Santo Natale



Che attori!



I nostri ragazzi hanno delle qualità che è difficile talvolta far emergere, esse vanno ricercate con pazienza e con la vicinanza per conoscerli a fondo. Una prova è la loro capacità di recitare, qualità che spesso usano per ottenere ciò che vogliono in casa o negli altri ambienti che frequentano, qualche volta però, la usano per immedesimarsi nei ruoli d'attori consumati. In questo secondo caso, una riprova l'abbiamo avuta quando abbiamo fatto dei calendari per la Comunità "Raggio di Sole" in cui, gli attori protagonisti erano loro. Alcuni non solo sono entrati nel ruolo, ma hanno caratterizzato con la loro espressione, la situazione in cui si erano calati. Se non quest'anno, l'anno venturo sicuramente riprenderemo quest'esperienza, troppo interessante per non ripeterla e magari organizzeremo anche, viste le premesse, un piccolo gruppo teatrale con la collaborazione degli artisti del Teatro Finestra. Molti per esperienza diretta, trovano questo discorso scontato, ma se qualcuno si è perso i calendari trascorsi e non ha esperienze dirette, forse non ha i parametri di valutazione per questo argomento e allora eccone una riedizione nella pagina accanto. Poi valutate Voi se alcuni scatti, pur non essendo da Oscar, non meritano almeno un sorriso divertito per come siano riusciti a fare da "spalla" a Totò o ad Alberto Sordi.



Un suggerimento per il cenone di Natale

A Natale, si pensa a dei primi fantasiosi ed importanti, con salmone o gamberetti, a secondi laboriosi, arrostiti, mantecati, marinati, in crosta e così via, proseguendo a contorni di alto lignaggio, ma forse, a tavola, un posticino per una insalata, fresca e insolita, si potrebbe trovare.

Giorgiana, interpellata in merito, consigliava...

Tagliare la verza, quella rossa fa più Natale, ma quella bianca va comunque benissimo, poi sbucciate le mele e affettate il tutto con la mandolina e subito dopo bagnatele con qualche goccia di lime, in modo d'evitare che si scuriscano. Quindi messa: l'uva passa, la farina di cocco, le noci sgusciate, lo zucchero e il sale, aggiungere il succo di lime rimasto e mischiare il tutto, adesso da tutti gli aspiranti cuochi si leva una domanda, ma l'olio quando si mette? Il segreto della sua leggerezza e digeribilità è proprio nel fatto che non c'è. Ora chiarito ciò, mischiate bene il tutto, lasciatelo riposare in frigo per un po' e adesso? E adesso... "Buon appetito!"

Una volta si diceva
"Provare per credere".

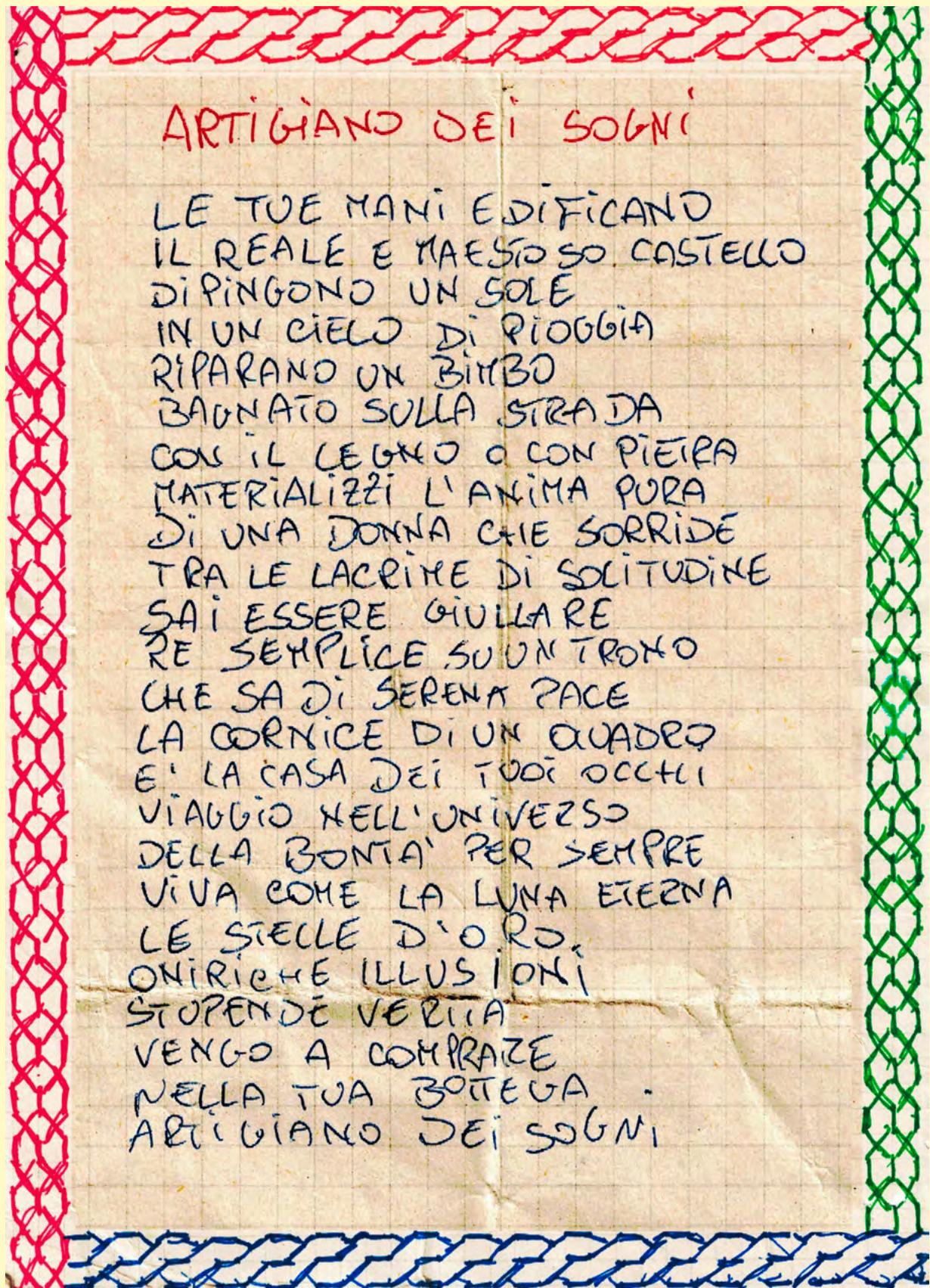
Ingredienti per 4 persone

Verza rossa 1/2
Mela Smith 1
Uva passa 100 g.
Farina di cocco 100 g.
Noci sgusciate 50 g.
Succo di limone 2
Zucchero 4 cucchiaini (o più a piacere)
Sale 1 cucchiaino



Qualcuno dirà ma è una cosa curiosa, insolita, ma siamo sicuri sia buona? La risposta è SI! Ma la cosa migliore, in questi casi, è fare come si faceva da bambini, prepararne una di prova e assodato che sicuramente merita, inserirla, poi, tra i piatti del Cenone di Natale come una chicca inaspettata.

*Dedicata a chi, senza essere un eroe, è disposto
a sacrificare il suo tempo e le sue capacità per un ideale.*



scritta quindici anni fa da... Carlo Fontemaggi

MANDRELLI
FORNO & CAFFETTERIA

stampa offset e digitale | studio grafico
Tipografia Di Lelio
Aprilia (LT) - Via Cagliari, 5
Tel. 06.9282414 / 393.961133

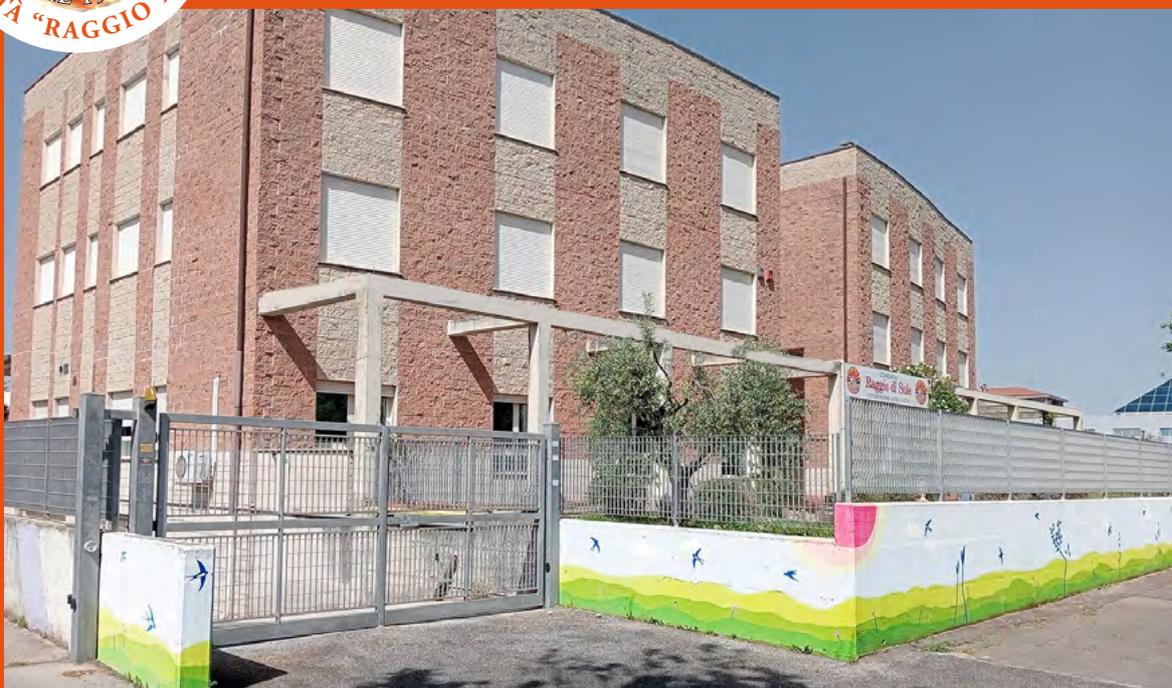
Caruso & figli **Panificio**
Pane - Pizza - Dolci
Aprilia (LT) - Via G. Marconi, 80 - Tel. 06.92703927

BCC
CREDITO COOPERATIVO
Roma



Comunità "Raggio di Sole"

CENTRO DIURNO AGPHA ODV



FERRAMENTA
Anita Marinari
Via Pantanelli 10. Aprilia

COPYQOO

BeVi
2000