

## TEMPO DI SAGRA, TEMPO DI STARE INSIEME

di Emiliano Longhi

Cari soci,  
il 25 aprile con mio grande piacere abbiamo partecipato alla consueta commemorazione della festa di liberazione tenutasi a Riozzo presso il monumento ai caduti; un ringraziamento va all'amministrazione comunale, all'associazione combattenti e reduci di Cerro al Lambro, al corpo musicale Giuseppe Verdi, al coro Allegro dell'Argento Vivo, agli alunni e insegnanti della scuola primaria di Riozzo e a tutti i presenti per aver contribuito e organizzato questo momento carico di ricordi e riflessioni molto importanti per il nostro paese.

La giornata si è conclusa al centro civico dove abbiamo proiettato il nostro DVD "quand se mangeva el ris cunt l'erba", videointerviste di nostri cari concittadini ormai scomparsi. E' stato un pomeriggio ricco di emozioni vista anche la presenza dei parenti degli intervistati, molto partecipato e concluso con un piccolo aperitivo offerto dalla Pro Loco. Vi ricordo che sono disponibili ancora delle copie del DVD, chi le volesse la prossima occasione sarà domenica 26 maggio in occasione della sagra di Riozzo dove saremo presenti con il nostro gazebo,

In programma avremo il gruppo Lego Slope che esporrà sabato 18 e domenica 19 a Cerro e sabato 25 e domenica 26 la sua grandiosa esposizione sarà a Riozzo e proporrà la gara genitore e figlio per la costruzione dei modellini lego; nel pomeriggio di domenica da parte dei Panzabikers si terrà una gara di lentezza in moto con al termine la consueta Panza-merenda offerta, vi aspettiamo numerosi per passare un po' di tempo insieme con queste ed altre iniziative!

Mi raccomando il 31 maggio non mancate alla nostra prima marcia serale "da Cer a Rios" 5/10 km con partenza dall'oratorio di Cerro dalle 18:30. E' una marcia non competitiva a passo libero, si può correre o camminare, da soli o in gruppo, con bambini, passeggini e anche con i nostri amici a quattro zampe! Invece di fare la solita passeggiatina serale da soli facciamola in compagnia, così ci sostenete e più gente c'è più noi ci carichiamo! Se proprio proprio non volete muovervi c'è sempre posto per dare una mano.

In ultimo, ma non certo per importanza, vi anticipo che stiamo preparando una piccola biografia su un pittore, scultore, artista e soprattutto amico della nostra proloco ormai scomparso da quasi un anno, il nostro Mario Passarini, biografia curata dal Sig. Benedetto Di Pietro, è il minimo che potevamo fare in ricordo di questo Signore che tanto ha dato alla nostra comunità.

Concludo ricordando che il 15/16 giugno saremo impegnati a dare una mano ai nostri colleghi della Proloco di Lomello (PV) per la tradizionale festa longobarda. Ormai sono 3 anni che li affianchiamo dando il nostro contributo volontario per la riuscita della festa, veniteci a trovare, è un evento davvero folkloristico, noi saremo impegnati nel ristoro.

Ciao, a presto!

PRO LOCO CERRO AL LAMBRO

presenta

Benedetto di Pietro



## MARIO PASSARINI

IN OCCASIONE DELLA SAGRA UN RICORDO DELLA PRO LOCO DEDICATO ALL'ARTISTA RIOZZESE, A CURA DI BENEDETTO DI PIETRO. UNA BREVE PUBBLICAZIONE PER RICORDARE LA SUA ARTE E UN AMICO

## LE NOSTRE INIZIATIVE PER LA SAGRA DI RIOZZO

**sabato 25 e domenica 26**

esposizione da parte di LEGOSLOPE in oratorio

**domenica 26**

-Dalle 9 alle 18 stand Pro Loco in via P. di Bismantova sotto cui troverete tutti i gruppi ad aspettarvi, giochi per grandi e bambini e tutte le pubblicazioni, i nuovi DVD e le cartoline storiche.

-Nel pomeriggio dalle 14 **gara di lentezza per moto** in via Bismantova (parcheeggio scuola materna)

-Ore 16 **merenda Panzabikers**

-Ore 18 in Oratorio **premiazioni** di tutti i giochi e attività della sagra

**VI ASPETTIAMO**

I FRUTTI DEI VARI RAMI DEL GRANDE ALBERO DELLA PRO LOCO

# VITA DI GRUPPO

SE VUOI UNIRTI A QUALCHE GRUPPO O AVERE MAGGIORI INFORMAZIONI, CONTATTACI  
 TEL: 3663747347  
 E-MAIL: info@procerro.it

## L'ANGOLO DEL GUSTO

a cura del gruppo MasterChef della Pro Loco



Ciao a tutti, In questo numero vorrei proporvi un piatto di pesce dai sapori forti e decisi, ho provato più volte a farlo con gli amici non Livornesi ed ha sempre avuto un discreto successo nonostante l'accostamento possa sembrare particolare: il baccalà con l'uvetta e i pinoli.

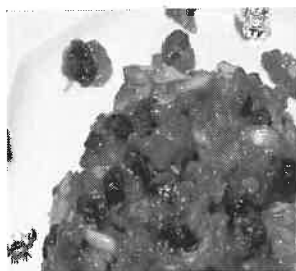
E' un piatto tipico della cucina Livornese, si trova nelle case e nelle osterie, e' una delle cose che mia Zia mi cucina quando torno a casa. Rappresenta bene la cultura di quella terra.

### BACCALÀ DOLCE E FORTE

Il baccalà e' un pesce molto presente nella cucina Livornese, in questo caso lo si cucina in agrodolce, ovvero, in una salsa a base di aceto, pomodoro, pinoli, uvetta e zucchero. Un contrasto che si ritrova in moltissimi altri piatti delle più diverse cucine e culture. Anche se questo accostamento di sapori può apparire strano, la ricetta è ottima da realizzare quando non si ha più voglia delle solite cose e si vuole gustare un sapore deciso ma delicato al tempo stesso, quando si ha poco tempo a disposizione e si desidera una resa ottima nel minor tempo possibile.

#### Dosi per 4-5 persone:

- circa 1Kg di baccalà
- 3 cucchiaini di pinoli
- 4/5 cucchiaini di salsa di pomodoro
- 3 cucchiaini di uvetta passa
- 2 cucchiaini di zucchero
- ½ bicchiere di aceto bianco
- farina
- sale e olio extra vergine



Tempi:  
30 minuti.

Pulite il baccalà togliendo le lisce e tagliatelo in pezzi di circa 5 - 6 cm. Lavatelo strizzatelo e quindi asciugatelo. Un bella infarinata e mettetelo a rosolare nell'olio in una teglia, non serve che l'olio lo ricopra, basta un filo d'olio a coprire il fondo della teglia. Cominciate dalla parte della pelle e giratelo quando ben rosolato, deve fare una crosticina. Quando sarà dorato da ambo i lati aggiungete nella stesa teglia il passato di pomodoro, un pizzico di pepe nero e lasciate cuocere a fuoco lento per alcuni minuti. Di solito il sale non occorre, comunque assaggiate e aggiungetelo se necessario.

In un pentolino a parte fate bollire ½ bicchiere di aceto bianco, ½ bicchiere d'acqua, due cucchiaini di zucchero due di pinoli, tre di uvetta. Appena raggiunta l'ebollizione spegnete e versate il tutto sul baccalà smuovendo bene la teglia perché entri da tutte le parti e si mescoli con il pomodoro, lasciate bollire a fuoco lento per alcuni minuti facendo ritirare bene il pomodoro (circa 15-20 minuti) e facendo attenzione che il pesce non si attacchi.... ed il gioco è fatto.  
 Si serve caldo

Buon appetito da *Alessandro Chelucci*

Ciao a tutti

Vorrei continuare queste nostre chiacchierate dando semplici info per inquadrare il mondo del ludico motorio, qui nello specifico del running, estrapolando notizie dal mensile RUNNER'S WORLD, .....

Per riuscire a correre ...si deve riposare bene e dormire meglio, e non avere fretta, devi dare al corpo, ai tendini, muscoli e articolazioni il tempo di adattarsi alle sollecitazioni legate al gesto della corsa. Meglio scegliere percorsi pianeggianti con fondo regolare lontani dal traffico, non esagerando col ritmo scegliendo una velocità che ti permetta di fare un'ipotetica chiacchierata con un tuo compagno di corsa.

Non risparmiare sulle scarpe: è l'accessorio più importante per un corridore. Non fare confronti: non farti condizionare o scoraggiare da chi ti passa a velocità della luce. Anche loro sono stati dei principianti.

Meglio iniziare a correre al nostro passo: velocità e tempi, quando il fiato si farà più leggero, arriveranno di conseguenza, tutto deve restare un piacere, a volte impegnativo, ma un piacere nostro.

E' sempre meglio iniziare e finire una corsa con una camminata e non è male fare una visita sportiva. Proprio per iniziare metto la classica tabella "da zero a mezzora in quattro settimane". Anche se sembra facile è meglio seguirla senza saltare i giorni lasciando un giorno di riposo tra un'uscita e l'altra. Provala, davvero ti sorprenderai di cosa puoi fare. Sono certamente info un po' stringate ma danno l'idea di questa emozionante realtà che ci porta ogni domenica a farci vedere bella una parte importante della vita.



**Il 31 maggio organizziamo la nostra prima serale da Cerro a Riozzo in calendario FIASP se vuoi aiutarci in qualche modo fatti sentire sei il benvenuto.**

#### DA ZERO A MEZZ'ORA (0 - 5 CHILOMETRI) IN 4 SETTIMANE

##### PRIMA SETTIMANA

1° GIORNO: CORRI 1 MIN., CAMMINA 1 MIN. > RIPETI 10 VOLTE (totale 20 minuti)

2° GIORNO: CORRI 2 MIN., CAMMINA 1 MIN. > RIPETI 8 VOLTE (totale 24 minuti)

3° GIORNO: CORRI 4 MIN., CAMMINA 1 MIN. > RIPETI 5 VOLTE (totale 25 minuti)

##### SECONDA SETTIMANA

1° GIORNO: CORRI 4 MIN., CAMMINA 2 MIN. > RIPETI 4 VOLTE (totale 24 minuti)

2° GIORNO: CORRI 6 MIN., CAMMINA 2 MIN. > RIPETI 3 VOLTE (totale 24 minuti)

3° GIORNO: CORRI 8 MIN., CAMMINA 2 MIN. > RIPETI 3 VOLTE (totale 30 minuti)

##### TERZA SETTIMANA

1° GIORNO: CORRI 10 MIN., CAMMINA 2 MIN. > RIPETI 2 VOLTE (totale 24 minuti)

2° GIORNO: CORRI 12 MIN., CAMMINA 2 MIN. > RIPETI 2 VOLTE (totale 28 minuti)

3° GIORNO: CORRI 15 MIN., CAMMINA 2 MIN. > RIPETI 2 VOLTE (totale 34 minuti)

##### QUARTA SETTIMANA

1° GIORNO: CORRI 15 MIN., CAMMINA 2 MIN. > RIPETI 2 VOLTE (totale 34 minuti)

2° GIORNO: CORRI 10 MIN., CAMMINA 2 MIN. > RIPETI 2 VOLTE (totale 24 minuti)

3° GIORNO: CORRI 30 MINUTI CHE CORRISPONDONO PIU' O MENO A 5 KM

**BUONA CORSA A TUTTI!**

Mentre scrivo questo articolo non sono in grado di sapere se verrà letto da voi prima dell'evento del 18/19 maggio presso l'oratorio di Cerro al Lambro, cosa abbiamo fatto dopo l'ultimo articolo: abbiamo



concretizzato tutti i particolari per ottimizzare lo spazio a nostra disposizione e dopo diverse prove e consulti abbiamo "forse" trovato la forma migliore per ospitare tutto quello che abbiamo costruito negli ultimi mesi, non vorrei anticipare troppo di quello che faremo, non voglio dirvi che abbiamo già diversi ragazzi e adulti interessati a partecipare alla gara a premi, non voglio dirvi che i premi saranno set lego, non voglio dirvi che nel desiderio di esporre le nostre opere anche tra di noi non sveliamo che cosa abbiamo creato (ci vogliamo tenere l'effetto sorpresa), non voglio dirvi quanti treni ci saranno sulla ferrovia, non voglio parlare dei nuovi m.o.c. star wars, non voglio dirvi cosa ci sarà durante il concerto dei metallica.

Basta non scrivo più, ricordo solo che saremo presenti anche alla sagra di Riozzo il 25/26 maggio pero' in forma ridotta per una location non ottimale.

Ultimo dettaglio: le iscrizioni alla gara sono aperte per i ragazzi da 6 a 13 anni.

**Gli orari dell'evento del 18/19 maggio saranno:**

**sabato dalle 10,00 alle 12,30**

**sabato dalle 14,30 alle 19,00**

**sabato dalle 20,30 alle 22,30**

**domenica dalle 10 alle 12,30**

**domenica dalle 14,30 alle 17,30 premiazione finale dei vincitori divisi per età'.**

**Chi si presenterà ai nostri eventi con questo volantino riceverà un gradito omaggio**

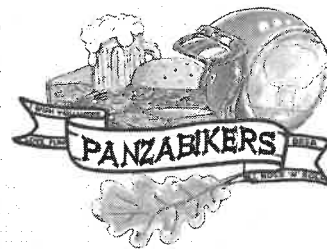
per dettagli e iscrizioni  
prikki 347/3253114

*ciao a tutti da Daniele Pricoco*

## PANZABIKERS sotto la pioggia

di Marco Parmigiani

La primavera dei motociclisti è cominciata davvero male dal punto di vista meteorologico. Infatti come da tradizione, la grigliata di inizio anno alla cascina Papetti ( che ringraziamo per la consueta splendida accoglienza ), si è tenuta in una giornata fredda e piovosa quasi autunnale nonostante l' evento fosse stato posticipato di un mese rispetto agli anni precedenti. Ovviamente i Panzabikers non si sono fatti di certo scoraggiare per così poco e sotto il capannone aperto hanno montato il grosso e accogliente tendone della Pro Loco con una attrezzatissima cucina da campo che è riuscita nell' intento di riscaldare e di far passare una fantastica giornata agli oltre 100 partecipanti. Anche la gita del 5 Maggio, inizialmente prevista sul lago di Garda, è stata purtroppo notevolmente condizionata dal maltempo.



Le previsioni del giorno prima parlavano di precipitazioni intense e di temperature in picchiata e per questa ragione infatti solo 7 coraggiosi partecipanti dei 30 previsti, tra cui una motociclista, si sono presentati all' appuntamento. Anche la destinazione ha subito una variazione, infatti il gruppo ha deciso di andare verso il lago Maggiore e il lago d' Orta dove era prevista meno pioggia.

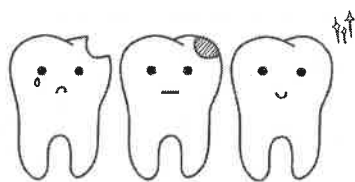
Il clima decisamente invernale però ha favorito ed invogliato ad effettuare una lunga e ristoratrice sosta all'agriturismo " Molino del Sabbione" in zona Oleggio Castello .



Successivamente il ritorno in autostrada per un totale di circa 320Km che per una giornata di pioggia non sono niente male. Sperando nella

clemenza del tempo, il prossimo giro è stato programmato per il giorno 9 Giugno ed avrà come destinazione Livigno, ricordo inoltre a chi volesse partecipare al motoraduno di Garmisch (6-7 Luglio) che le iscrizioni si chiudono il 19 Maggio per poter garantire a tutti la prenotazione alberghiera.

**DENTAL CLINIC DI PANTIGLIATE E  
CENTRO MOTO LODI PARTNERS PRO LOCO  
SCONTI PER I NOSTRISOCI!!**



## ASCOLTI & LETTURE

di Giuliano Denti

**Gabriele Prinelli**

### La Ragazza del Miramare – I misteri del Torriani's Grand Hotel

Gemini Grafica Editrice

Nuovo ottimo libro per il nostro concittadino Gabriele Prinelli, che questa volta ci avvolge in una nebbia noir, nel cuore del triste periodo fascista italiano. Prende spunto da fatti storici realmente avvenuti, gli esperimenti di trasmissione radio di Marconi, svolti al largo di Santa Margherita Ligure, logisticamente appoggiati all'albergo Torriani, da cui



il titolo del romanzo. Le atmosfere raccontate rendono tributo alla scrittura di Cesare Pavese (La casa in Collina) e a certi personaggi di Antonio Tabucchi (Sostiene Pereira): un certo timido antifascismo del protagonista, che indaga sulla scomparsa di una ragazza, ci accompagna per gli ambienti della Santa Margherita dell'epoca, con una ricercatezza del linguaggio, tale che il romanzo sembra scritto nel periodo in cui è ambientato. Cresce la tensione, sfogliando le pagine: all'inizio le dolci atmosfere della riviera ligure, con momenti di convivialità tra i personaggi, per arrivare alle emozioni più forti e "noir", nel cuore del romanzo. Libro a km zero, edito dall'attivissima Gemini Grafica Editrice, sempre attenta alle produzioni nostrane. Consigliatissimo!!!

**Keith Richards**

### Talk is Cheap 30th Anniversary

BMG

Nel 1988 usciva il primo album solista del mitico chitarrista degli Stones. A differenza del suo socio Jagger, il quale con la sua carriera solista ha esplorato diversi generi musicali, con *Talk is Cheap*, Keith Richards rimane nel solco del rock:



anzi con questo album ci ha raccontato la storia degli Stones, dal suo privilegiatissimo punto di vista. A fine marzo, con una brillante operazione commerciale, è uscita sul mercato l'edizione celebrativa dei trent'anni di questo disco. Agli undici brani originali, sono state aggiunte sei bonus tracks per i festeggiamenti del 2018 (Mark on me, la più rappresentativa), che partendo dalle radici rock, vengono contaminati dal soul e dal rhythm and blues. Da subito, l'ascolto è godibilissimo, con ospiti di primo piano (Patti Scialfa e Steve Jordan, solo per citarne un paio). Tra le tante versioni disponibili si segnalano: una Deluxe, a prezzo "cheap" e una Super Deluxe, più dispendiosa, da collezionisti, con le registrazioni originali, oltre a quelle nuove rimasterizzate, più i singoli promozionali dell'epoca e diversi oggetti come memorabilia. Sono seguite altre versioni, compresa quella in vinile per i più esigenti. Immancabile per gli appassionati!

## L'Opinione...

Di Kisito Prinelli



### Energia, un futuro possibile?

Il problema dell'inquinamento ambientale, di cui non si parla mai a sufficienza, è un problema strettamente legato al tema dell'energia. Per ogni cosa serve energia, per muovere le macchine, per produrre, per smaltire quello che produciamo, per le comunicazioni ecc. L'energia oggi è più importante del cibo perché senza l'utilizzo di un gran quantitativo di energia non si può produrre il necessario per la sopravvivenza umana. Il problema è che l'energia che usiamo oggi è fortemente inquinante: per il nostro sostentamento stiamo distruggendo noi e ciò che ci circonda. Le fonti di energia odierne sono ancora quelle fossili. Oltre il 92% tra petrolio, carbone e gas e 8% tra nucleare e rinnovabili. Ogni giorno nel mondo consumiamo 85 milioni di barili di petrolio, 7 miliardi di metri cubi di gas e 14 milioni di tonnellate di carbone. Possiamo paragonare queste fonti al combustibile nelle stive della nostra "astronave Terra" e negli ultimi cento anni di utilizzo massiccio ne abbiamo usato indiscriminatamente una buona parte causando gravissimi danni ambientali. Non è quindi sovrastimato il dato che vede ogni anno, solo in Europa, oltre 400.000 morti per malattie legate al solo inquinamento dell'aria e la nostra pianura si attesta tra i luoghi più inquinati assumendo, sulla cartografia a colori, un tono intorno al violaceo, tutt'altro che rassicurante. Fino a quando potremo permetterci di causare così tanti danni? Inoltre i combustibili fossili, regalo della natura, non sono eterni e prima o poi finiranno. I principali consumatori di energia sono gli americani; sono il 5% della popolazione mondiale e consumano il 25% di energia prodotta. Un americano consuma come due europei, o dieci cinesi, quindici indiani o trenta africani. Se tutti, sul pianeta, volessero vivere "all'americana" non esisterebbero risorse a sufficienza per poterlo fare. Bisogna pertanto staccarsi il prima possibile dalle fonti fossili. Questa non è una novità ma non ci si muove con i ritmi auspicabili. Quali energie alternative e non invasive per l'ecosistema? Nucleare? Solare? può darsi che le analizzeremo singolarmente nei prossimi numeri. Ma al di là di che energia si andrà ad usare nel prossimo futuro è fondamentale il risparmio energetico, ridurre i consumi di ogni tipo. È impensabile difendere ad oltranza uno stile di vita ad altissima intensità energetica come quello dei paesi ricchi. È uno stile di vita insostenibile nel lungo periodo, che non si cura dei danni ambientali, né di ridurre le disuguaglianze sociali e che non esclude atti di forza o guerre per accaparrarsi le fonti fossili residue. Ci vorrebbe invece uno sviluppo che voglia rispettare i vincoli fisici del nostro pianeta, poiché se il motore della nostra astronave dovesse smettere di funzionare non abbiamo i mezzi per ripararla né tantomeno un concessionario a portata di mano per prenderne una nuova



**Se vuoi contribuire anche tu al giornalino della Pro Loco con un articolo o segnalando qualche iniziativa in paese scrivici! Manda una mail a [kisito3@gmail.com](mailto:kisito3@gmail.com) o contatta il 3407682884. Entro il 10 di ogni mese fai avere il tuo scritto in word ( già corretto) con le foto a parte. Cercheremo di far posto a tutti**

# SCIENZA DEL SÈ

UNA OTTIMA PARTENZA

di Ilaria Zoncada



Venerdì 10 maggio si è svolto, presso il Centro Civico di Cerro al Lambro, il primo incontro dedicato alla Scienza del Sè. Due splendide relatrici, Alessandra Lina e Francesca Malaguti, hanno traghettato un gruppo di curiose donne verso una più profonda conoscenza di sè e un uso consapevole della psicologia

positiva. Attraverso una forte empatia, che ha da subito dato vita a una sensazione di benessere e intimità, le nostre coach hanno catturato l'attenzione del folto pubblico femminile parlando di BISOGNI E VALORI; le signore presenti - al principio un po' titubanti, ma poi sempre più cariche - hanno scavato nel loro Io per cogliere i loro maggiori bisogni (soddisfatti o meno), emozionandosi nel momento della condivisione reciproca. Il secondo passo è stato riconoscere in se stesse i valori principali che le rappresentano e che sono considerati imprescindibili. Da questo primo, intenso appuntamento ne è emerso soprattutto un gran bisogno di ascolto e di tempo per sé in questo parterre di donne forti e sensibili, che hanno eletto fra i valori principali l'onestà e la franchezza.

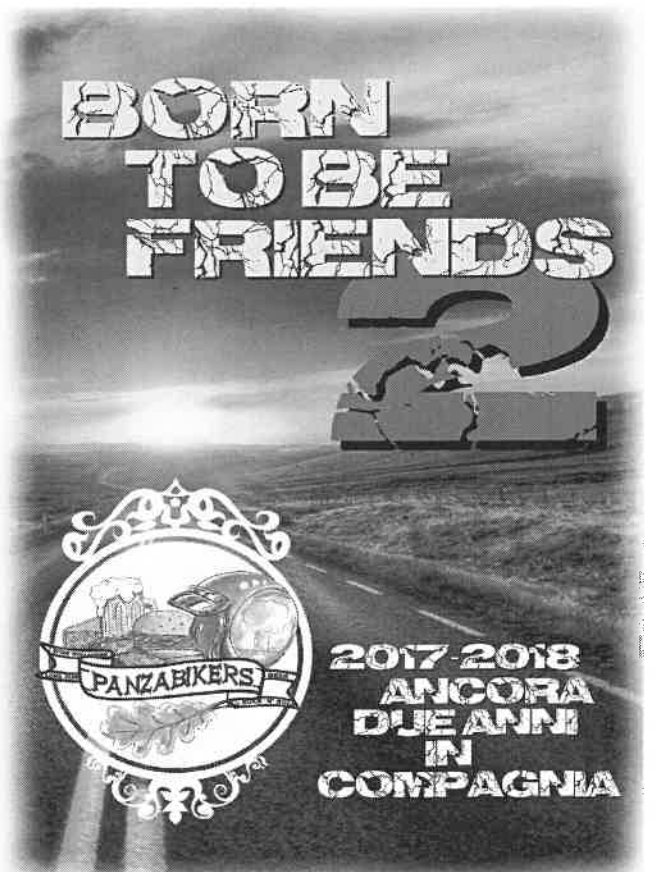
Al termine della lezione, le ospiti hanno potuto chiacchierare e conoscersi meglio davanti a un ricco buffet, in un bellissimo momento di condivisione senza muri, in cui hanno espresso tutto il loro entusiasmo a proposito di questo originale corso. Il prossimo appuntamento sarà venerdì 17/05 alle ore 19:00, sempre presso il Centro Civico di Cerro, e si parlerà di COMUNICAZIONE EMPATICA.

È un'esperienza che non è facile spiegare a parole, per questo motivo il team DonnAzione Vi invita a mettere da parte la diffidenza e a lanciarsi senza indugi in questo emozionante esperimento. A VENERDÌ!

**TORNANO LE CARTOLINE STORICHE DI RIOZZO IN UNA NUOVA EDIZIONE. LE TROVI AL NOSTRO STAND IL GIORNO DELLA SAGRA.**



Il DVD di vidointerviste fatte ad alcuni nostri concittadini riguardo la loro esperienza durante la seconda guerra mondiale. In distribuzione il giorno della sagra di Riozzo



**IL NUOVO DVD DELLE USCITE 2017/18 DEI PANZABIKERS. UN'ALTRA PUBBLICAZIONE A DISPOSIZIONE IL GIORNO DELLA SAGRA**

Da questo numero ospitiamo molto volentieri anche alcuni interventi della Protezione Civile di Cerro al Lambro

## SPAZIO AVPC

di Eleonora Rota

### RADUNO DEGLI ALPINI

C'era anche un po' di Cerro ad accompagnare la parata degli alpini a Milano nella giornata di domenica 12 maggio.

Con la complicità del tempo, che ha clementemente regalato alla città meneghina una vivibilissima giornata, la sfilata delle penne nere è iniziata in Porta Venezia e, passando per piazza Duomo, ha percorso tutta via Dante e si è conclusa in Cairoli, zona che peraltro ha visto impegnati fino a tarda serata i nostri ragazzi volontari dell'AVPC Cerro al Lambro.

Al motto di "cento anni di coraggioso impegno", le migliaia di penne nere hanno sfilato davanti agli occhi di coloro che sono giunti da tutta Italia per sostenere uno dei corpi più amati di sempre; una di quelle manifestazioni che "fanno bene", che ha visto Milano unita ed animata nella maniera più sana per festeggiare i 100 anni dell'Associazione Nazionale Alpini.

Applausi incessanti e ringraziamenti spontanei, ripagati con la stessa moneta dagli umili protagonisti della 92esima adunata tra i quali non mancavano giovanissimi ragazzi, ma anche le donne arruolate, i quattro raggruppamenti di protezione civile dell'ANA, divise storiche, sci di legno, crocerossine, unità cinofile, muli e quant'altro ma soprattutto chi, con commovente attaccamento al cappello e alla patria, alla parata ha partecipato non senza difficoltà.

Insomma, ovunque vadano questi alpini piacciono; piacciono perché portano una bella iniezione di semplicità, di educata collaborazione e di divertente convivialità; piacciono perché si mettono al servizio di tutti; piacciono perché profumano di valori che 100 anni fa come oggi dobbiamo difendere a tutti i costi, valori che noi volontari dell'AVPC condividiamo e per i quali è stato un onore prendere parte all'organizzazione di domenica.



## PRO LOCO CERRO AL LAMBRO LEPRI e TARTARUGHE

PRO LOCO di Cerro al Lambro/Gruppo Camminatori Pro Loco,  
F.I.A.S.P., FEDERAZIONE ITALIANA AMATORI SPORT PER TUTTI  
Comitato Territoriale di Lodi - Omologazione N. 1009 del 05/03/2019

[www.fiasplodi.org](http://www.fiasplodi.org)

**ORGANIZZA**

la 1° marcia serale

Venerdì 31 maggio 2019

“da Cer a Rioss”

Manifestazione Ludico Motoria a Passo Libero Aperta a Tutti di 5-10 km  
valida per la Vidimazione dei Concorsi Nazionali Piede Alato e Internazionali I.V.V.

Ritrovo "Oratorio di Cerro al Lambro, Piazza Roma 1"

Partenza ore 18,30 - 19,00

CHIUSURA MANIFESTAZIONE ore 21,00

TERMINE ISCRIZIONE ore 19,00

**E' obbligatorio da parte dei gruppi la presentazione della lista dei propri partecipanti**  
Resp. Manifestazione: EMILIANO cell. 3663747347 - Tess. FIASP 121293

**CONTRIBUTO ISCRIZIONE:** - con riconoscimento 4,50€ (più 0,50€ per i non soci FIASP) Integrazione  
- senza riconoscimento 2,00€ (più 0,50€ per i non Soci FIASP) Assicurativa

Tali somme sono contributi non soggetti ad IVA a norma dell'Art. 4, secondo e sesto periodo D.P.R. 633/72 e successive modificazioni  
I contributi su indicati sono finalizzati alla realizzazione della manifestazione oggetto del presente volantino in diretta attuazione e degli scopi istituzionali ai sensi dell'Art.2 comma 1 lettera A-B DLGS 460/97 e del 3° comma dell'Art. 148 del TUIR

**RICONOSCIMENTI:** ai GRUPPI Prodotti alimentari - ai SINGOLI 1kg di riso

**SERVIZI:** Servizi Igienici, Servizio Scopa, Parcheggio

**ASSISTENZA:** assicurata dal Servizio Ambulanza "CROCE BIANCA" Sant'Angelo

**CARATTERISTICA PERCORSI:** pianeggiante misto, prevalentemente asfalto, sterrato

#### Dichiarazione preventiva di deresponsabilizzazione

Il partecipante è tenuto al rispetto di tutte le norme contenute nel Regolamento delle Manifestazioni Podistiche della F.I.A.S.P.

Copia di tale regolamento è consultabile sul sito internet della Federazione ([www.fiasp.it](http://www.fiasp.it)) pulsante Regolamento delle Manifestazioni Sportive) oppure il giorno della Manifestazione presso il punto federale o "tavolo dei libri" presente presso la sede di partenza della Manifestazione

#### Varie

Con l'iscrizione alla Marcia il Partecipante dichiara di essere a conoscenza che la Marcia è coperta da Assicurazione R.C.T.V. stipulata tramite FIASP e da garanzia antinfortunistica per invalidità permanente estesa a tutti i partecipanti della Marcia. In particolare il Partecipante dichiara di essere a conoscenza che non possono essere presi in considerazione reclami o infortuni causati dal mancato rispetto delle norme generali FIASP, dalla inosservanza del Codice della Strada, dal mancato possesso del Cartellino di partecipazione (visibile e portabile in esatte generalità), da partenze anticipate o da deviazioni dal tracciato designato dagli Organizzatori

#### Informativa breve sul trattamento dei dati personali:

FIASP tratta i dati personali richiesti in fase di iscrizione (nome, cognome, e data di nascita) per finalità di carattere organizzativo della manifestazione e assicurativo, coinvolgendo, se del caso, la compagnia Groupama Assicurazione spa. Entrambe le finalità NON richiedono il consenso degli interessati. I dati trattati da FIASP non saranno trasmessi all'estero e saranno conservati sino al termine della manifestazione e, quindi, distrutti. In ogni caso non saranno oggetto di processo decisionale automatizzato, né di profilazione. Il conferimento dei dati richiesti, ai sensi Art. 6.4 vigente Statuto FIASP, è necessario per procedere con l'iscrizione e autorizzare l'interessato alla partecipazione dell'evento ludico motorio. Lo stesso può comunque esercitare i diritti riconosciuti dalla legge, anche proponendo reclamo all'Autorità Garante per la Protezione dei Dati Personali.

# IL 31 MAGGIO...ORE 18.30...



# VI ASPETTIAMO!!