



IL FORMICARIO

CRAL LA CASSA DI RAVENNA APS PIAZZA GARIBOLDI 6, 48121 RAVENNA SEDE IN LARGO FIRENZE, RAVENNA
TEL./FAX 05442 18925 - CRALCARIRA@GMAIL.COM. - WWW.CRALCARIRA.IT

I PROSSIMI APPUNTAMENTI

30 MAGGIO

PIZZA BIRRA E KARAOKE

15 GIUGNO

FORLI' MOSTRA PRERAFFAELLITI

22-23 GIUGNO 2024

WEEKEND ADVENTURE UMBRIA E MARCHE

11-18 OTTOBRE 2024

UZBEKISTAN

23-27 OTTOBRE 2024

BRUXELLES E REGIONE DELLE FIANDRE

IN PRIMA PAGINA



Non aver paura di invecchiare

Anche se il tuo cuore è stanco, anche se cominci ad avere l'aspetto di una donna vecchia

Impara a lasciar andare il cuore gonfio di gioia

E la pelle giovane e rosea, i riflessi dorati sui capelli e le carezze piene di desiderio

Impara ad osservare il tramonto come se fosse la prima volta

Impara a non piangere quando ti manca da morire qualcuno

Impara a sentire la gioia che nel tuo cuore si è nascosta e stenta a farsi trovare

Impara ad avvertire l'amore quando l'amore non c'è

Impara a non annegare in mille perché senza risposta

Impara a correre con la mente quando le tue gambe sono stanche

E non riescono a fare nemmeno un passo, impara a volare con la fantasia,

quando ti senti triste. Impara a voler bene alla bambina che eri e che non c'è più

Quando nessuno sa accarezzare le tue paure, Impara a farti compagnia

Quando ti senti e sei veramente sola non aver paura di invecchiare

Anche se il tuo cuore è stanco

Aspetta che si riposi e che cominci a battere ancora più forte di prima

Non aver paura di invecchiare

Dopo i tramonti bellissimi, aspetta le albe colorate e piene di speranza

Dopo le lacrime, Aspetta i sorrisi, Non aver paura di invecchiare

Ama il tempo che ti ha fatto crescere e ha fatto di te la persona che sei oggi.

Ama la persona che sei diventata, ama la tua forza nonostante la fragilità

Invece di piangere perché non riesci a correre

Danza col cuore e salvati

Assemblea Annuale dei soci del CRAL La Cassa di Ravenna APS

Viene convocata l'Assemblea annuale dei soci del Cral, in prima convocazione alle

ore 06,00 di DOMENICA 02 GIUGNO,

e in seconda convocazione

alle ore 17,30 di LUNEDI' 03 GIUGNO,

presso i locali del CRAL in Largo Firenze

Ordine del giorno:

Approvazione Bilancio 2023

L'Assemblea è LIMITATA AI SOCI CHE DARANNO PREVENTIVA COMUNICAZIONE SCRITTA DI PARTECIPAZIONE!

I SOCI CHE INTENDONO PARTECIPARE ALL'ASSEMBLEA NE DEVONO PERTANTO DARE COMUNICAZIONE SCRITTA (utilizzando il solito modulo in calce al giornalino da inviare al CRAL)

ENTRO E NON OLTRE
MERCOLEDI' 29 MAGGIO

Per quello che riguarda l'Ordine del giorno si fa riferimento al Bilancio 2023, pubblicato nelle pagine interne del presente giornalino.

Vi aspettiamo numerosi!

Il Direttivo del CRAL

SOMMARIO

- 3 - VIAGGI E ATTIVITA' 2024
- 4 - CONVENZIONE BAGNO CORALLO
- 4 - COM'E' ANDATA A FINIRE RAVENNA NOIR
- 5 - COM'E' ANDATA A FINIRE...TORNEO DI PADDEL
- 6 - COM'E' ANDATA A FINIRE....RAVENNA SOTTERANEA
- 7 - COM'E' ANDATA A FINIRE.....UN GIORNO IN PINETA
- 8- PIZZA, BIRRA E KARAOKE AL CANTO DEL MARE
- 9 - FORLI' MUSEI SAN DOMENICO - PRERAFFAELLITI
- 10 - BRUXELLES E REGIONE DELLE FIANDRE
- 13 - CONVENZIONE 2024 GALZIGNANO RESORT TERME E GOL
- 14 - LE CONVENZIONI
- 15 - COMPRO VENDO AFFITTO
- 16 - SCHEDE DI ADESIONE AL CRAL
- 17 - VARIAZIONI E PROPOSTE
- 18 - ISCRIZIONE ATTIVITA'

PER COMUNICARE CON NOI

Ausilia 333 3775447
 Elide 338 5388590
 Enza 333 3085112
 Gianluca 338 5456584
 Luisella 348 5417580
 Massimo 339 4726821
 Roberto 347 2628895
 Susanna 339 4965695
 Anche fuori orario:
 Claudio 338 9935932
 Luca 348 8752483
 Vladimiro 334 1569721

AVVISO IMPORTANTE A TUTTI I GENITORI

Si prega vivamente di comunicare la nascita dei nuovi bimbi nati nel corso del 2024, al fine di poter predisporre un elenco esatto per l'acquisto dei regali per il prossimo Natale. Inviare le comunicazioni solamente a questa e_mail: ausit950@alice.it

LA FOTO DEL MESE

LEI...





ATTIVITÀ 2024:

11 Maggio 2024 Ferrara Palazzo Diamanti - ANNULLATA

15 giugno 2024 - Forlì Musei San Domenico - mostra Preraffaelliti

25/26 Maggio - Mostra Trieste - ANNULLATA

22/23 Giugno 2024 - Weekend adventure Umbria e Marche . CONFERMATA

11-18 OTTOBRE - TOUR UZBEKISTAN - CONFERMATO

Durante l'Anno in date da definire:



Nei mesi di Settembre/Ottobre andremo **"In giro per Ravenna"** con **Nicola Montalbini**. Incontri dedicati alla scoperta della nostra bella città con una guida davvero speciale accompagnati da Roberto



E' uscito il programma di Ravenna Festival. Chi fosse interessato all'acquisto di biglietti o carnet (sui quali verrà applicato lo sconto del 25% per gli iscritti e del 12,50% per i famigliari aventi diritto) può farne richiesta utilizzando l'apposito modulo in calce al giornalino o scrivendo a susannagordini@gmail.com.



**AUGURI A TUTTE LE MAMME
E A TUTTE LE DONNE
UNA ROSA VIRTUALE
DAL DIRETTIVO DEL CRAL**



CONVENZIONE
BAGNO CORALLO
 V.LE DELLA PACE 452/F
 48122 MARINA DI RAVENNA
 TEL 0544 1581226

Per la stagione estiva 2024 il Bagno Corallo offre una convenzione agli Iscritti Cral.

Ombrellone stagionale 350€

Ombrellone giornaliero 18€

Lettino stagionale 130€

Lettino giornaliero 6€

Ristorante sconto 10%

Per qualsiasi dubbio o chiarimento

Si può contattare il 3282695770.



COM'E' ANDATA A FINIRE: RAVENNA NOIR

RAVENNA NOIR (6-4-24)

Sempre coinvolgente la nostra guida Angela Izzo, nel descrivere gli eventi cruenti del periodo barbarico, in particolare quello riguardante Odoacre, ucciso da Teodorico.

E poi della morte di Rosmunda regina dei Longobardi.

Della leggenda della morte dello stesso Teodorico, per un fulmine che colpì l'omonimo Mausoleo.

Della simpatica convinzione che, per le donne, fosse beneaugurante (matrimonio e nascita) accarezzare la statua del condottiero Guidarelli.

Dell'uccisione del condottiero Stilicone, sotto il porticato del Duomo.

Ma anche della Madonnina del sudore, all'interno del Duomo, la cui leggenda racconta che "sudò" sangue, dopo essere stata "sfregiata", con un coltello da un soldato.

Madonnina che si salvò da un drammatico alluvione (oggi in via Salara sono segnalati quei 2 metri d'acqua), proprio a maggio (1636), stesso mese di quello che ricordiamo bene nel 2023.

Per finire con le tombe dei vescovi di Ravenna, Tonini e Amaducci, all'interno del Duomo stesso (notizia sconosciuta a molti).

A presto x i prossimi eventi culturali.

COM'E' ANDATA A FINIRE: PRIMO TORNEO DI PADEL

Grande entusiasmo e voglia di giocare, al Ravenna Padel Center di Porto Fuori, per questo primo torneo di Padel, fortemente desiderato dai colleghi giocatori.

È stata una piacevolissima serata a "colpi" di palline, con la "pizzata" finale, che ha suggellato l'evento, dopo le premiazioni.

A tal proposito, per la cronaca, dopo 2 partite preliminari, i giocatori sono stati suddivisi in 3 gironi. La vincitrice assoluta è, nel girone Gold, la coppia Triossi-Allegri seguita da Vertuani-Adelchi.

Nel girone intermedio (Silver) Zotti-Pezzi sono i primi e secondi Brunelli-Cani.

Infine, nel girone Bronze, la spunta la coppia Falconi-Mengucci, secondi Antonellini-Ravaioli.

Si ringraziano Fabio Alberani, gestore del Ravenna Padel Center e Alessia Antonellini (preziosa collaboratrice).

Arrivederci per i prossimi eventi sportivi.

Vladimiro



COM'E' ANDATA A FINIRE: RAVENNA SOTTERRANEA

Grande entusiasmo per i numerosi partecipanti (19), in quanto la maggior parte non aveva visitato la Domus dei tappeti di pietra, all' interno della chiesa di Santa Eufemia.

L' obiettivo è quello di coinvolgere gli iscritti al CRAL, per visitare monumenti che abbiamo sotto gli occhi, ma che non visitiamo perché "tanto ci si può andare in qualsiasi momento".

Lo stesso vale per la suggestiva chiesetta alto medievale di Santa Giustina in Capite Porticus, all' interno dell' ex sede del gruppo Ferruzzi.

Abbiamo ultimato il percorso con la stupefacente cripta sommersa, all' interno della basilica di San Francesco.

Riprenderemo dopo l' estate per le nuove proposte, in quanto è iniziata l' alta stagione del turismo a Ravenna.

Ringraziando tutti i partecipanti, vi aggiorneremo, come sempre, nel Formicario. Arrivederci.

Vladimiro



COM'E' ANDATA A FINIRE: UNA GIORNATA IN PINETA

Anche quest' anno, puntuale come la primavera è arrivata la nostra giornata in pineta.

Anticipiamo che dopo l' ansia del meteo, perché la carne è da comprare, come pure il pane, la fortuna ha girato dalla nostra parte e ci ha regalato ancora una volta una bella giornata.

Massimo dice sempre che, oltre alla carne lui ordina anche il sole.

Come al solito il menù prevedeva: un piccolo antipasto, carne cotta da bravissimi grigliatori, e tanti dolci preparati da colleghe e mogli di colleghi.

Quanta maestria, quanta voglia di buono! Quest' anno avevamo più di dieci torte.

Come di consueto viene nominata la torta più bella e la torta più buona. La giuria con un compito molto arduo, era composta anche da bambini super partes.

La torta più bella: e fa rima con Brunella (Borghetti ndr) era una straordinaria torta, con sopra un bouquet di boccioli di rose, composti da sottilissime fettine di mele, e tra l'altro era anche buonissima!

Poteva essere la foto di copertina di un numero della "Cucina Italiana".

La torta più buona è risultato il "baule" di biscotti confezionato da Laura Roncuzzi, lei mi ha confidato di aver pesato biscotto per biscotto, 20gr. ciascuno, di straordinaria squisitezza, un piccolo scrigno di mandorle e pinoli, un dolce morbido amaretto che si mangiava in un sol boccone.

Quest' anno le signore non si sono risparmiate, alcune ne hanno portate addirittura due!

Avevamo una profumata crostata al limone che sembrava arrivata direttamente da Sorrento, (Ermanna Viale) un'altra ripiena di fichi caramellati e formaggio, poi un bellissimo "cuore" di fiori eduli, (Gino) ma non dimentichiamo la fantastica cassetta di biscotto stracolma di crema, frutta, e foglioline. (Manuela Rosin).

Uno spettacolo degno della vetrina di una pasticceria. Che dire poi di una maestosa "Pavlova". (Katerina Fantozzi). Un'intramontabile tenerina (Cristiana.... Che ne ha approfittato per festeggiare il compleanno!!!).

È impossibile citarle tutte, ma voglio ringraziare anche la giovane mamma di due bimbi piccoli, perché ha trovato il tempo per fare una squisita torta di mele e a detta dell' avv. Carini, la migliore in assoluto!

Ho sicuramente dimenticato qualcosa, mi scuso, ma vogliamo fare una raccomandazione:

Leggete il giornalino e partecipate! Vogliamo anche le giovani famiglie con i loro bambini!

Grazie a tutti e arrivederci.

Luisella



RISTORANTE PIZZERIA
CANTO DEL MARE

30 MAGGIO 2024

UNA BELLISSIMA SERATA

CON:



PIZZA BIRRA

&

KARAOKE

CON MUSICA DAL VIVO!!

ISCRITTI: 18,00

FAMIGLIARI: 21,00

INVITATI: 24,00

PER L'ISCRIZIONE UTILIZZATE IL SOLITO MODULO

E INVIATELO ENTRO E NON OLTRE

IL 20 MAGGIO 2024 - GRAZIE!!

LA SERATA COMPRENDE LA MUSICA, UNA PIZZA E D UNA BEVANDA MEDIA

VIA HENRY MATISSE - MADONNA DELL'ALBERO - RAVENNA

REFERENTI: ENZA: 3333085112 - ROBERTO: 347262889



FORLI' Musei San Domenico
Sabato 15 giugno
PRERAFFAELLITI Rinascimento Moderno

Il nome esprime il rifiuto del “raffaellismo” e dei “raffaelliti”, la critica di ogni forma accademica, la contestazione del rigorismo formale della Royal Academy, così legata al classicismo dopo Raffaello. A metà dell'Ottocento, nel fatidico 1848, nell'Inghilterra vittoriana, nel pieno della Rivoluzione industriale, alcuni giovanissimi artisti – Dante Gabriel Rossetti, John Everett Millais, William Holman Hunt – radunati in una Confraternita, ardirono di cambiare il corso dell'arte. Se la spinta programmatica fu breve – nel 1853 era già terminata – lo sviluppo dei modelli fu pervasivo, il successo duraturo.

Ritrovo dei partecipanti ai Musei San Domenico alle ore 18,30 e incontro con la guida che ci accompagnerà nella visita alla mostra.

Quote partecipazione (minimo 16 pp. max. 30 pp.)
Iscritti € 14,50 Familiari aventi diritto € 17,00 Invitati € 19,00

Prenotazioni entro il 31 maggio.

Coordinatore: Susanna Gordini cell.339 4965635





BRUXELLES E REGIONE DELLE FIANDRE

23 - 27 Ottobre



23 ottobre 2024 - Mercoledì: ITALIA - GAND - BRUGES

Partenza con pullman riservato da Ravenna, Bagnacavallo, Imola per l'aeroporto di Bologna.

Arrivo all'aeroporto di Charleroi alle h. 12:40. Trasferimento con pullman privato a **GAND** - PRANZO LIBERO - Arrivo a Gand ed incontro con la guida locale.

Il centro storico di questa tipica e suggestiva cittadina sui canali vanta il patrimonio artistico più vasto delle Fiandre con oltre 400 monumenti classificati, tra cui la cattedrale di San Bavone che custodisce il famoso Agnello Mistico, capolavoro dei fratelli van Eyck (Ingresso incluso). Trasferimento in pullman a **Bruges**.

Sistemazione in hotel 3 stelle. Cena e pernottamento.

24 ottobre 2024 - Giovedì: BRUGES - ANVERSA - BRUGES

Prima colazione in hotel. Trasferimento in pullman ad **Anversa**. Mattinata visita guidata della città: Porto di rilevanza mondiale, all'atmosfera decisamente internazionale, come poche città al mondo. Anversa riesce ad unire mirabilmente l'antico e il nuovo, il classico e il moderno. Qui signorili residenze art nouveau, ville neo-rinascimentali e imponenti castelli medievali formano il magico scenario lungo il quale sfilano i numerosissimi bar, caffè e locali fra i più "in" di tutto il Belgio. E' previsto l'ingresso in Cattedrale e panoramica degli esterni delle principali attrazioni del centro. - PRANZO LIBERO - Rientro in pullman a **BRUGES** e visita guidata.

L'affascinante capoluogo delle Fiandre nel 2000 è stato proclamato Patrimonio dell'umanità dall'UNESCO per il suo centro storico medievale sapientemente conservato. Per i suoi tanti canali è chiamata la "Venezia del nord". La stupenda Piazza Markt dove talvolta sivedono le donne lavorare i merletti sulla soglia di casa. Giro in Battello a Brugge per tour dei canali della durata di 30 minuti.

Rientro in hotel 3 stelle a Bruges. Cena e pernottamento.

25 ottobre 2024 - Venerdì: BRUGES - BRUXELLES

Prima colazione in hotel. Trasferimento in pullman a **BRUXELLES**. Visita guidata per l'intera giornata. Vero gioiello architettonico e culturale la Grande Place e' il salotto della città incorniciato da palazzi di un'eleganza raffinata come la Maison du Roies, l'Hotel de la Ville e i 39 edifici delle corporazioni, la statuetta del Manneken Pis, ora simbolo di Bruxelles, il quartiere del Sablon, il Parco di Laeken e la residenza reale, la scultura dell'Atomium. - PRANZO LIBERO -

Sistemazione in hotel 3/4* a Bruxelles. Cena e pernottamento.





BRUXELLES E REGIONE DELLE FIANDRE

23 - 27 Ottobre



26 ottobre 2024 - Sabato: LIEGI - NAMUR - LIEGI

Prima colazione in hotel. Trasferimento in Pullman a **LIEGI** e visita guidata della città per l'intera mattinata. Liegi è la capitale storica della Vallonia. Indipendente da quasi 1000 anni, è la città delle libertà per eccellenza, spesso conquistate versando il suo stesso sangue, nonché il primo principato vescovile in tutta la storia della chiesa. E' anche la città di Carlo Magno, di Georges Simenon e sede di un'importante università. Il Palazzo dei Principi Vescovi, che ospita al proprio interno i dipartimenti di giustizia e del governo provinciale, è uno dei monumenti e dei simboli più importanti della città. Qui si possono ammirare testimonianze di stili diversi, fra cui il gotico e il rinascimentale. Panoramica degli esterni delle principali attrazioni del centro storico.

- PRANZO LIBERO - Nel pomeriggio visita guidata di **NAMUR**: la città è situata in posizione panoramica nell'unico punto di confluenza fra i fiumi Mosa e Sambre. Il centro storico conserva importanti memorie medievali risparmiate dagli eventi bellici del secolo scorso; tra tutte svetta la sagoma del trecentesco torrione rotondo del "Beffroi", resto delle mura antiche ora tutelato dall'Unesco quale Patrimonio dell'Umanità.

Rientro in hotel a Liegi. Cena e pernottamento.

27 ottobre 2024 - Domenica: LOVANIO - ITALIA

Prima colazione in hotel. Nella mattinata visita guidata a **LOVANIO**: sede della più antica università del Belgio e tra le più antiche d'Europa è famosa anche per la birra che si produce fin dal XIV secolo. il Centro storico presenta edifici di grande pregio tra i quali il municipio che si affaccia sulla Piazza del Mercato e la Chiesa di San Pietro con la Bella Torre campanaria. (la guida si ferma con il gruppo per accompagnarlo anche al birrifico) - PRANZO LIBERO - Visita del birrifico a Lovanio con degustazione di 2 birre. Trasferimento in aeroporto in tempo utile per le formalità d'imbarco e partenza con il volo RyanAir alle h. 18:55 alla volta di Treviso dove l'arrivo è previsto per le ore 20:30.





BRUXELLES E REGIONE DELLE FIANDRE

23 - 27 Ottobre



QUOTA DI PARTECIPAZIONE PER PERSONA IN CAMERA DOPPIA

Iscritti € 1290,00 - Familiari € 1440,00 - Invitati € 1590,00

Con un Minimo di 25 Partecipanti

Supplemente per Camera Singola € 250,00

La quota comprende:

- Trasferimenti in bus dai punti indicati all'aeroporto di Bologna all'andata e dall'aeroporto di Treviso al ritorno;
- Voli Bologna/Charleroi e Charleroi/Treviso (1 bagaglio da kg 20 incluso + 1 bagaglio a mano);
- Sistemazione in hotel di categoria 3*/4* stelle in camera doppia con trattamento di mezza pensione: N. 2 pernottamenti a Bruges , N. 1 pernottamento a Bruxelles, N.1 pernottamento a Liegi;
- Visite guidate come indicato da programma: mezza giornata di Gand, mezza giornata di Anversa, mezza giornata di Bruges, giornata intera di Bruxelles, mezza giornata di Liegi, mezza giornata di Namur, mezza giornata a Lovanio;
- Gli ingressi: Cattedrale di Gand e di Anversa;
- Battello a Bruges per il tour dei canali di 30 minuti;
- Visita al Birrifico a Lovanio con degustazione;
- Bus privato in Belgio a disposizione per 5 giorni (come da programma);
- Gli auricolari in Belgio per le varie visite a disposizione per i 5 giorni;
- 1 Assicurazione Allianz medico bagaglio e annullamento per motivi certificabili (con franchigia 15%)

La quota non comprende:

- Tutti i pranzi
- Le bevande
- Tassa di soggiorno
- Eventuali tasse varie aggiuntive
- Extra a carattere personale (mance, facchinaggio)
- Ingressi non previsti da programma
- Tutto quanto non specificatamente menzionato come incluso

OP. VOLI

RYANAIR

Mercoledì: 23 OTTOBRE

Bologna - Charleroi 10.55 - 12.40

Domenica: 27 OTTOBRE

Charleroi - Treviso 18.55 - 20.30

LE ISCRIZIONI DOVRANNO PERVENIRE ENTRO IL 30 APRILE MEDIANTE IL MODULO IN CALCE

REFERENTE: LUCA BERTACCINI - 348/8752483





L'Hotel Majestic è un hotel 4 stelle dove interni e atmosfere sono ispirati alla natura. Colori tenui, rilassanti, comfort all'avanguardia e arredi di design sono i tratti che lo caratterizzano maggiormente.



L'Hotel Sporting è un hotel a 4 stelle che insieme all'Hotel Majestic e all'Hotel Splendid compone il Galzignano Resort Terme & Golf. Ambienti caldi e confortevoli, con una serie di servizi di ristorazione e un pool bar all'interno di un contesto straordinario.



Parte dell'esclusivo complesso a 4 stelle di Galzignano Resort Terme & Golf, L'Hotel Splendid è perfetto per chi predilige privacy e relax. 95 camere e suites, di diverse categorie, da cui si gode una vista splendida sulle piscine e sui colli Euganei.



VANTAGGI PER GLI ISCRITTI CRAL

Prezzo speciale di **€25,00** (a persona al giorno) e di **€15,00** (a persona mezza giornata - dalle ore 14.00 in poi) per ingresso alle piscine termali, telo incluso. Orario apertura piscine **8.00 - 20.00**

Sono esclusi ponti, festività e tutti i weekend da Novembre a Marzo

Pagamento all'arrivo.

Tariffe valide previa prenotazione e soggette a disponibilità.

Prezzo speciale di **€90,00** per l'Hotel Majestic e di **€70,00** per l'Hotel Splendid per la camera in day use (dalle ore **10.00** alle ore **17.00**). Utilizzabile da massimo 2 persone per camera, ingresso piscine incluso, telo e accappatoio inclusi. Pagamento al check-in. Sono esclusi ponti e festività.

Tariffe valide previa prenotazione e soggette a disponibilità.

Sconto del **18%** sulla tariffa non scontata (no club majestic) disponibile per i pernottamenti durante il week end o settimanali;

Tariffe valide previa prenotazione e soggette a disponibilità.

PER PRENOTARE

Per effettuare le prenotazioni camere: dalle **9:00** alle **18:00** (lun - ven) e dalle **9:00** alle **17:30** (sabato) contattando l'ufficio booking ai seguenti recapiti: Tel **049919554718** mobile: **342 9540485**

mail: **reservations@galzignano.it**

Per l'ingresso in piscina: mobile: **342 9540485**. - email: **info@galzignano.it**

Per il Tennis: mail: **galzignanotennis@gmail.com**. Mobile **348 05 36 031**

Nella richiesta specificare SEMPRE che si è soci CRAL e presentarsi al check-in mostrando la Tessera.

GALZIGNANO RESORT TERME & GOLF - Viale delle Terme, 64 - 35030 Galzignano Terme (PD)

T. +39 049 9195500 e +39 342 9540485

www.galzignano.it - info@galzignano.it

LE CONVENZIONI



il tizio dei chakra

IL TIZIO DEL CHAKRA - Stefano Rossi

Via Tivoli 50 48121 Ravenna Cell. 3517327317

*Il Benessere che riporta la tua energia e
il tuo universo interiore al centro*

Il riequilibrio energetico può essere veramente utile nell'affrontare: **Stress, Tensioni, Definizione di Obiettivi** e Ricerca Interiore e riequilibrare **MENTE, CORPO, SPIRITO.**

Mi occupo di Reiki, Riequilibrio Energetico, Test Kinesiologici, Riequilibrio del Chakra, Oli Essenziali e Meditazione.

La convenzione prevede il **20% di sconto su tutti i trattamenti** alla presentazione della tessera CRAL



Via Guidone 26, 48121 Ravenna

Telefono e Fax: 0544212938

info@tecnodesig.biz

www.tecnodesign.biz

Vi proponiamo questa nuova convenzione presso questa cartoleria, che ci applicherà uno **sconto del 10% presentando la tessera CRAL** su tutti gli articoli ad esclusione di quelli già in promozione e prodotti tecnici.

POKE STORE RAVENNA

BOWL FOR LIFE

Via Le corbusier 44

Cell. 351 6679156



Abbiamo stipulato questa nuova convenzione con questo locale di ristorazione che offre **POKE BOWL** da asporto o con consegna a domicilio in tutta la zona di Ravenna. Pratica uno **sconto del 10%** su tutti gli acquisti dietro presentazione della tessera CRAL

APICOLTURA GAMBÌ LUCIANO & FIGLI

Via Camatta 21

Pieve Cesato - Ravennacell. 347 1465708

alangambi@hotmail.it



Questa azienda che produce miele di tiglio, acacia, mille fiori, castagno, propoli e pappa reale, ci offre i suoi prodotti con uno sconto del 10%, dietro presentazione della tessera del cral.

<https://new.express.adobe.com/04/24>

Fantini Club

YOUR ACTIVE BEACH

Cervia / Milano Marittima

LA RECEPTION

Lungomare G. Deledda 182 Cervia (RA)

Tel. +39 0544956519

spiaggia@fantiniclub.com - fantiniclub.com

Ci viene proposta questa convenzione che ci offre:

Sconto 15% sui lettini singoli e ombrelloni con lettini nel secondo settore

Sconto 15% ingresso spa

Per poter usufruire dello sconto bisogna presentarsi alla reception e mostrare la tessera cral

04/24

Fielmann

OTTICA FIELMANN ITALIA s.r.l.

Store Manager di Ravenna

Via Cavour 83

48121 Ravenna - tel. 0544 1675420

Presso questo negozio per i soci Cral, previa presentazione della tessera del Cral, verrà applicata la scontistica qui sotto riportata:

25% sconto su occhiali da vista (monofocali/progressivi) e da sole graduati con un valore minimo di **€ 199,99**

10% sconto su occhiali da vista (monofocali/progressivi) e da sole graduati con un valore minimo di **€ 99,99**

10% sconto per occhiali da sole (anche di marca) per clienti già acquirenti con un valore minimo di **€ 100**

10% sconto per lenti a contatto per clienti già acquirenti di occhiali graduati

03/24

endasnuoto

La convenzione con ENDAS Nuoto Ravenna prevede lo **sconto del 10%** per gli Iscritti, i familiari ed i nipoti degli iscritti



COMPRO VENDO AFFITTO

Affitto appartamento in Piazza Baracca di 50mq quadri, soggiorno con angolo cottura, camera letto matrimoniale con cabina armadio, piccolo studio, balcone e cantina, 600 euro mensili contattare Antonella N. cell. 347/2106642

Affitto per settimana bianca ampio bilocale di pregio (91 mq.), completamente restaurato con la massima attenzione alla storia della casa e l'utilizzo delle migliori manovalanze dell'Alta Val Susa; l'antica dimora del '700 si presenta con volte in pietra e ottima esposizione sud-ovest.

Ingresso su open space di 45 mq. dotato di angolo cottura e caratteristico camino, divano letto angolare. Le due grandi porte finestre consentono di accedere al giardino privato in pietra locale dal quale godere di una vista della cima del Monte Chaberton. Camera da letto e servizio con box doccia. In dotazione lavastoviglie, lavastoviglie, microonde, phon, aspirapolvere, riscaldamento autonomo, su richiesta box auto e biancheria. Per info e foto: Giorgio 349/0911828

Vendo Kawasaki Z400 - 2019 Nero-verde 13.100 KM € 5.200 per passaggio a moto di cilindrata superiore. Richiede patente A2. La moto è in perfette condizioni, sempre tenuta in garage, nessun graffio, mai caduta. Tagliandi effettuati regolarmente, l'ultimo 1500 km fa (conservo tutte le ricevute). Revisione effettuata a Marzo 2023. Gomme Pirelli Diablo Rosso III, al 90%. Monta scarico aftermarket (ho anche scarico originale). Per qualsiasi informazione non esitate a chiamarmi. Marco 334/9493464 Laura 0544/480564

Vendo Località Ospital Monacale - Argenta (FE) - A 20 min. dall'ospedale di Cona. Villetta bifamiliare anni '70 con parco esclusivo di mq. 2200, composta da ingresso su piano rialzato con ampio e luminoso salone che affaccia sul portico e balcone, cucina abitabile, tre camere letto, di cui una con bagno in camera, secondo bagno molto ampio. Al piano seminterrato taverna con camino, bagno, cantina e garage. L'immobile si presenta in ottime condizioni. I pavimenti della zona giorno sono in cotto. La caldaia a gpl è a condensazione, ed è stata sostituita nel 2017. Andrebbero rivisti i bagni e gli infissi in quanto hanno vetro singolo. Trattative riservate. Per info Laura 339/3727136

Vendesi pelliccia di visone bianco, taglia S/M, lunghezza 97cm, chiusura a 4 ganci + bottone madreperla al collo (stondato e largo 12cm), maniche a raglan € 1.000"

Alessandra tel 335 6132485

VARIE:

Studente laureando in lettere moderne offre ripetizioni di Greco, Latino, e Italiano a studenti liceali e non. Francesco: cell. 327/7010900

Laureata in Giurisprudenza, con esperienza nel doposcuola, offro supporto a bambini di scuola elementare e media per lo svolgimento di compiti e per colmare eventuali lacune. Anche possibilità di baby Sitter. Max serietà. Anna: cell. 335/7915895

Laureata in Giurisprudenza, (con precedente diploma in maturità classica, si offre per aiuto tesi, tesine, riassunti, precedenti esperienze, prezzi modici. Eleonora: cell. 333/3759078

N.B. CHIEDO CORTESAMENTE PER CHI VOLESSE INSERIRE O PER CHI NON FOSSE PIÙ INTERESSATO AGLI ANNUNCI DI INVIARMI LE COMUNICAZIONI TRAMITE E_MAIL SOLAMENTE A QUESTO INDIRIZZO: AUSI1950@ALICE.IT


ISCRIVITI AL CRAL

CRAL

LA CASSA DI RAVENNA APS



SCHEDA DI ADESIONE AL CRAL

IO SOTTOSCRITTO /A _____

ASSEGNATO UFF/FIL.: _____

NATO/A A _____ IL _____

RESIDENTE A: _____ VIA/PIAZZA: _____ CAP _____

C.F.: _____ @MAIL: _____

TEL.FISSO: _____ CELLULARE: _____

FILIALE: _____ CC: _____ CIN (NUM) _____

INDICARE SE HA FIGLI DA 0 A 10 ANNI: _____

ASSUNTO A TEMPO DETERMINATO/INDETERMINATO

CHIEDO

DI ESSERE ISCRITTO AL CRAL LA CASSA DI RAVENNA APS, PREVIO VERSAMENTO DELLA QUOTA DI ISCRIZIONE, COSÌ COME SPECIFICATO NEGLI ART. 4, 5 E 6 DELLO STATUTO APPROVATO CON MODIFICHE REFERENDARIE DEL DICEMBRE 2020.

DICHIARO INOLTRE DI APPROVARE E RISPETTARE IN TUTTO LO STATUTO SUDDETTO.

L'ADESIONE SI INTENDE VALIDA PER UN ANNO, E TACITAMENTE CONFERMATO, SALVO MIA RINUNCIA CHE DOVRÀ PERVENIRE AL CRAL PRIMA DELL'INIZIO DELL'ANNO DI RIFERIMENTO.

AUTORIZZO INOLTRE IL CRAL A TRATTENERE LA QUOTA DI ADESIONE DAL CONTO CORRENTE SOPRA CITATO.

DATA _____

FIRMA: _____

INVIARE UN ORIGINALE ALL'UFFICIO PERSONALE E 1 ORIGINALE AL CRAL



SEGNALA E PROPONI



SCHEDE COMUNICAZIONE VARIAZIONI

NOME/COGNOME: _____

COMUNICO CHE SONO VARIATI I SEGUENTI DATI:
FILIALE/UFFICIO DI ASSEGNAZIONE _____

INDIRIZZO DI RESIDENZA O RECAPITO _____

NUM. TEL. _____ C/C ADDEBITI _____

1) RICHIEDO L'EMISSIONE/DUPLICATO DELLA MIA TESSERA CRAL.

2) VOLETE RICEVERE "IL FORMICARIO" SULLA VOSTRA E-MAIL?

RICHIEDO L'INVIO DEL FORMICARIO ALLA SEGUENTE E-MAIL _____

IL NOSTRO GIORNALINO È DISPONIBILE ANCHE SUL SITO INTERNET: WWW.CRALCARIRA.IT.

VI AUTORIZZO INOLTRE ALL'INVIO DI NEWSLETTERS PER INFORMARMI SU EVENTI IN CORSO DI PROGRAMMAZIONE.

VOUI PROPORRE UNA NUOVA ATTIVITA', UN SUGGERIMENTO O INDICARCI QUALCOSA CHE POTREMMO MIGLIORARE?
SCRIVILO QUI OPPURE INVIA UNA MAIL A CRALCARIRA@GMAIL.COM

DATA _____ FIRMA _____

GRAZIE!



DA INVIARE A: CRAL ATTIVITA' ENTRO I TERMINI PREVISTI
 COGNOME/NOME _____ FIL. _____
 CELL. _____ TEL. _____
 EMAIL _____
 ISCRIZIONE ATTIVITÀ: _____

PARTECIPANTI:

ISC FAM INV: IMPORTO:

AUTORIZZO L'ADDEBITO SUL RAPPORTO SOTTO INDICATO: **TOTALE:**

FILIALE ____ CONTO _____ CIN ____
 DATA _____ FIRMA _____

IL FORMICARIO

IL DIRETTIVO 2023/2025

- ELIDE DE FRANCISCIS (PRESIDENTE)**
- MASSIMO CASADIO (VICE PRESIDENTE)**
- SUSANNA GORDINI (TESORIERE)**
- ROBERTO BUSTACCHINI (SEGRETARIO)**
- VLADIMIRO DE STEFANO**
- AUSILIA SPARTÀ'**
- CLAUDIO CRISTOFORI**
- ENZA PATRIARCA**
- GIANLUCA VITTORI**
- LUCA BERTACCINI**

REDAZIONE: AUSILIA E ROBERTO
 SI RINGRAZIA PER GLI ARTICOLI: AUSILIA, LUISELLA, VLADIMIRO