



**Vuoi imparare a usare  
COMPUTER, TABLET  
E TELEFONINO?  
Chiamaci: 0185.938009**

## EMERGENZA CALDO LE INSOSPETTABILI ABITUDINI CHE POSSONO DIVENTARE FATALI - pag. 3



### Consacrata la focaccia più buona del Levante

Ecco dove trovarla  
(pag. 8)



**L'ANGOLO ZENEIZE**  
Nuova rubrica del prof.  
Franco Bampi con parole  
e modi di dire (pag. 17)



**RAPALLO INVASA DAI ROBOT**  
Arriva "Gioia", è più evoluta,  
cammina e canta (pag. 5)



**IL LOCALE CHE NON TI ASPETTI**  
Aperto a Uscio il bar-gelateria con  
bottega dove tutto è di eccellenza  
(pag. 9)

- 1) Trilli: i retroscena della *menestrinn-a co-e êuve* (pag. 8)  
2) Vive a Recco il super campione de L'Eredità (pag. 15)  
3) Il museo marinaro di Santa, uno dei più piccoli del mondo (pag. 11)

#### BUONMESE di Giansandro Rosasco

Sfrutto questo spazio che solitamente uso per gratificare la mia beccera ironia per inviarvi un messaggio davvero importante. Qualche giorno fa ho portato a termine, presso la Croce Rossa di Cicagna, il corso da volontario, durato molti mesi e che permette, dopo adeguato tirocinio, di prestare soccorso. Fresco di esame finale, ero pronto ad effettuare il primo servizio in ambulanza, ma il destino sa essere beffardo e così ci sono sì salito, ma su una barella. Di rientro da una piacevole giornata sui monti con mia moglie è scoppiata la ruota posteriore della Vespa e siamo volati sull'asfalto della SS225: lei si è rialzata illesa, io che forse ho un po' meno santi in paradiso me la sono comunque cavata con qualche frattura ed escoriazioni. Poteva andare peggio. Ma ecco il punto: mentre ero steso sull'asfalto, consapevole di avere qualcosa di rotto, sono rimasto completamente lucido ed ho auto-assistito al primo soccorso cercando di applicare la teoria studiata. Il primo a intervenire è stato il Sig. Carpicci, volontario della CRI Cicagna, che casualmente era proprio sull'auto dietro di noi ed ha visto tutta la scena. Subito si è fermato mettendo in sicurezza la zona con la sua auto, chiamato il 112 e soprattutto evitato che le persone presenti mi togliessero il casco, cosa che viene spontaneo fare: invece è di vitale importanza non estrarlo per

salvaguardare il rachide in caso di lesione alle vertebre. Detta operazione va fatta obbligatoriamente da due persone che conoscono le manovre da compiere. Questo può fare la differenza tra rimanere su una sedia a rotelle o meno. In pochi minuti intanto sono arrivati i volontari, sempre della CRI di Cicagna, che hanno correttamente eseguito l'estrazione del casco e mi hanno portato al Pronto Soccorso. Ringrazio quindi tutte le persone intervenute, i miei famigliari e pure i signori Cademartori che hanno dato ospitalità alla Vespa e alla torta salata, souvenir di quella gita sui monti (sia mai che butto via del cibo!). Infine mi scuso se sono sembrato scortese con chi voleva alleviarmi il dolore, perdonatemi sono uno scassamaroni di natura ed essendo una persona molto precisa seguivo scrupolosamente gli insegnamenti ricevuti. Tutto questo pistolotto per dirvi che, visto che siamo in piena estate e le gite su due ruote si moltiplicano, se vi capitasse di trovarvi di fronte ad una situazione del genere mi raccomando NON ESTRAETE MAI IL CASCO, anzi cercate di immobilizzare i movimenti, chiamate immediatamente il 112 e seguite le istruzioni che vi daranno al telefono in attesa dell'ambulanza. Buona estate a tutti, andate piano e se proprio volete correre...precipitatevi ad iscrivervi alla grande famiglia della Croce Rossa!

#### Non toccarmi!

#### RUBRICHE GLI ESPERTI AL VOSTRO SERVIZIO



Avvocato



Fiscalista



Naturalista



Nutrizionista



Podologa



Otorino



Osteopata



Dentista



**CALENDARIO**  
Gli eventi  
del mese  
- pag. 20



**IL MERCATINO**  
Vendi, compra,  
cerca, affitta  
- pag. 21, 22, 23



**FONTANABUONA**  
**IMMOBILIARE**

**La tua casa? La trovi, la vendi o la affitti qui**  
**Gattorna** Alcune proposte all'interno, altre sul sito internet ed in agenzia  
Via Del Commercio 74A [www.fontanabuonaimmobiliare.com](http://www.fontanabuonaimmobiliare.com) **0185 938578**



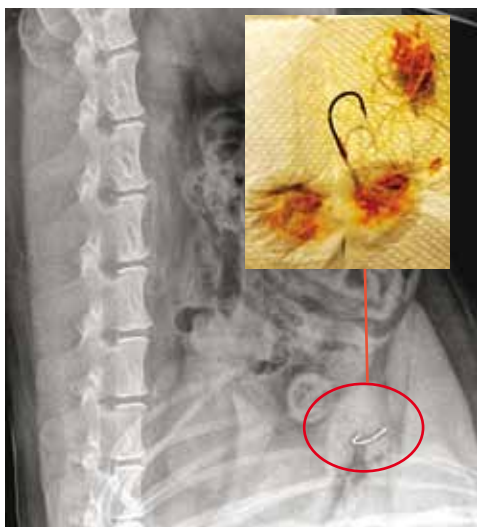


# DITE la VOSTRA!

## SE AVETE QUALCOSA DA DIRE... SCRIVETECI!

La redazione lascia sempre il diritto di replica ai soggetti chiamati in causa

**AMI E LENZE ABBANDONATI, PERICOLO PER BIMBI E ANIMALI**  
Gent.ma Redazione, vi allego la foto dell'amo inghiottito dalla nostra cagnetta Maggie, amo abbandonato incoscientemente dai "pescatori" sulla spiaggia di Recco. Gesto pericoloso per gli animali e non solo, che dimostra scarsa attenzione per l'ambiente, distrazione che può portare a morte un animale inconsapevole. Un ringraziamento al Dott. Trombino che ha operato Maggie in gastroscopia, salvandola da sicure complicanze gravissime.  
**Dr. A. Garfagnini, Avegno**



### TUNNEL FERRIERE

- Il pedaggio si pagava solo al casello di Ferriere. Alla stagione dei funghi, molti furbetti provenienti da Genova facevano il tunnel, parcheggiavano subito dopo l'uscita e scendevano nel bosco. Finita l'operazione, risalivano in macchina, facevano un'inversione a U e rientravano nel tunnel, rischiando una sanzione severissima (violazione di doppia riga continua) e soprattutto una bella denuncia per truffa.  
**Guido Ratto**

- Però si tagliava un bel pezzo con la galleria!! La strada del Fasce l'hanno finita molto dopo e solo per il volere di un politico, Taviani mi pare. Ho ricordi di nausee pazzesche quando con la 600 si passava da Boasi e al ritorno eravamo stracarichi. L'odore della salvia, rosmarino e altro col caldo del motore appena dietro i sedili mi stordivano.  
**Luciano Lully Lulli**

- Io e mia sorella siamo venute al mondo la notte del tre giugno dello stesso anno! Mia mamma mi raccontava sempre che non essendoci ancora il traforo dovettero fare il giro di Scoffera...era un parto gemellare, raro a quei tempi. Impensabile oggi.  
**Cristina Lagomarsino**

- 300 lirette, se non ricordo male. Da buon zeneixe facevo il giro di Boasi  
**Renzo Liana**

Non si riesce a capire come mai si realizzano tante opere inutili e non si faccia il traforo Rapallo-Cicagna che darebbe impulso all'area depressa dell'entroterra. Ma adesso c'è Toninelli che metterà sicuramente le cose a posto.  
**Angelo Isola**

**Risponde la redazione** - La sua osservazione è pertinente. Prossimamente cercheremo di interrogarlo direttamente o indirettamente tramite gli esponenti "locali" del M5S, Roberto Traversi alla Camera e Alice Salvatore in Regione.

### SANTI

"San Pe un pe lé, San Giuan Battista un pe a sa pelliccia..." La tradizione era che per San Pietro il bagno non si faceva perché quel giorno il santo voleva con sé un morto affogato... Ed il giorno dopo minimo uno morto in mare c'era.  
**Luciano Fichera**

"San Pe ne pigge un cun le..." Mai fatto il bagno a San Pietro, mia nonna mi ha educata accuratamente! Il bello è che so di non crederci, ma non lo faccio lo stesso!  
**Valeria Vaccarezza**

### GRAZIE

Innanzitutto il mio grazie più sentito per aver pubblicato lo scorso mese la mia richiesta di aiuto per compagnia, piccoli disbrighi etc. Con questa inserzione ho trovato 6 ore settimanali per una mia amica che va ad aiutare una persona anziana a Ruta di Camogli.  
**Rosa Maria L.**

### MULINO ROSASCO

Gentilissimi, a Rosasco una ruota di mulino attaccata ad un rudere c'è, ma il "mulino" bellissimo, conservato e accuratamente gestito "dov'è"? Cordiali saluti.

**Fabio Micheli residente a Rosasco**

**-Risponde la direttrice:** E' vero, nell'articolo c'era un errore. Il mulino in ottimo stato esiste eccome, ma a Rosasco in provincia di Pavia. Eccolo! Non è bellissimo?



### CONTATTI

#### Corfole

Acronimo di **Corriere Fontanabuona Levante**

Aut. Trib. Chiavari n.5 del 17/10/2000

Editore Idt-Midero di Giansandro Rosasco

Direttore Responsabile Michela De Rosa

**SEDE:** Via Chiose 32H

16047 Moconesi (GE)

**TEL:** 0185.938009

**SMS - WHATSAPP - TELGRAM:**

379.1614857

**MAIL:** redazione@corfole.com

**SITO:** www.corfole.com

**FACEBOOK:** Pagina "Corfole"

**TWITTER:** @corfole

### Ti piace Corfole? Sostienici

**Questa testata è indipendente e auto finanziata, quindi ogni contributo è benvenuto.**

> **CC Bollettino postale** su CCP 2144833

Intestazione: Corfole Via Chiose 32 H

16047 Moconesi (GE)

Causale: donazione + nome e cognome

> **bonifico bancario**

IBAN IT23 M076 0101 4000 0000 2144 833

Intestazione: Corfole

Causale: donazione + nome e cognome

> **Paypal, piccoli lasciti testamentari e altre formule:** contattateci in redazione

### AREA DI DISTRIBUZIONE

**Corfole - il Magazine del Levante è distribuito in 20.000 copie in ben 37 Comuni da Genova a tutto il Levante:** Avegno - Bargagli - Bogliasco - Borzonasca - Camogli - Carasco - Casarza L. - Castiglione C. - Chiavari - Cicagna - Cogorno - Coreglia L. - Favale di M. - Lavagna - Leivi - Lorsica - Lummarzo - Mezzanego - Moconesi - Ne - Neirone - Orero - Pieve L. - Portofino - Rapallo - Recco - Rezzoaglio - S. Colombano C. - S. Margherita L. - S. Stefano d'Aveto - Sestri L. - Sori - Torriglia - Tribogna - Uscio - Zoagli



In evidenza i comuni che segnano i confini dell'area di distribuzione

**- Nessun altro mezzo offre questa copertura e capillarità -**



**AutoAmica**

Rubrica a cura di Luca,  
Carrozzeria LucaRacing



**DIMMI DI CHE COLORE  
HAI L'AUTO E TI DIRÒ  
CHI SEI (seconda parte)**

IL MESE SCORSO ABBIAMO PARLATO DI PERSONALITÀ E SICUREZZA. QUESTA VOLTA AFFRONTIAMO DUE NUOVI ASPETTI.

- **Estetica:** l'auto bianca non stufa mai, costa generalmente meno, nasconde meglio graffi e bozzi (al contrario di quelle blu e nere), ma tende a sporcarsi più in fretta, mentre le grigie sono quelle che hanno meno bisogno del lavaggio.
- **Eco-sostenibilità:** le auto scure diventano roventi al sole e si utilizza di più il condizionatore. Quelle chiare restano più fresche.

Qualsiasi sia il colore che avete scelto, ricordatevi di tenerla sempre in ordine con una bella lucidatura presso la nostra carrozzeria e sarà come averla sempre nuova!



Autorizzata anche  
per auto ibride  
ed elettriche



Possibilità  
di auto  
**SOSTITUTIVA**



Vieni a trovarci, ricevi  
subito un simpatico  
**OMAGGIO**



Ferrada di Moconesi Via Dei Mulini 182  
0185.939418 - 347.4615561



# EMERGENZA CALDO gli errori da NON FARE con bimbi e animali

*Mangiare frutta, verdura e alimenti freschi, bere molto, bere molto, bere molto, stare all'ombra, evitare di uscire nelle ore più calde... sono alcuni dei consigli che ci sentiamo dare a ogni inizio estate. Ma ci sono anche delle cose da NON fare e alcune sono davvero insospettabili*



## MAI COPRIRE IL PASSEGGINO O CARROZZINA CON UN TELO

E' una cosa che si vede spessissimo: genitori premurosi che per proteggere il bimbo dai raggi solari e dal caldo, coprono il passeggino con un telo. A prescindere dal tessuto, anche se bianco e leggero, la stoffa crea una sorta di ostacolo al passaggio dell'aria permettendo al calore di accumularsi all'interno della carrozzina. Il risultato? La temperatura finirà per aumentare anche di 12 gradi.

I medici hanno condotto dei test lasciando un carrozzina (vuota) sotto il sole tra le 11:30 e le 13:00. Dopo 30 minuti, senza niente sopra la temperatura ha mantenuto i 22°C esterni, ma quando è stata posizionato il telo sopra il passeggino, nello stesso lasso di tempo ha toccato i 34°C. Inoltre i neonati sono anche più sensibili al calore e la loro temperatura può salire fino a cinque volte più velocemente. Sudano anche meno e ciò li mette maggiormente a rischio di colpi di calore. Aumenta anche il rischio di Sindrome della morte in culla.

### LE REGOLE D'ORO

Secondo il National Health Service inglese, i bambini di età inferiore ai 6 mesi devono essere tenuti lontani dalla luce solare diretta. Anche i più grandicelli dovrebbero essere tenuti al riparo dal sole il più possibile, in particolare durante le ore più calde, dalle 11.00 alle 15.00.

### COME MANTENERE IL BAMBINO FRESCO

- Coprire la carrozzina/passeggino con un ombrello o un parasole
- Assicurarsi che sia idratato
- Cercare l'ombra quando è possibile
- Vestirlo con abiti comodi e fatti con tessuti naturali, come il cotone bio e il lino
- Per proteggere la pelle, ricordiamo anche di utilizzare una crema solare con un buon INCI e un alto fattore di protezione
- Fargli un bagno fresco una volta arrivati a casa.

**ORTOFRUTTA LEVANTE di Parma Luca**  
CHIAVARI Piazza S. Giacomo 13 Tel 0185.301466  
Consegna a domicilio

Ritrova la frutta e la verdura **FRESCA** e di **QUALITÀ!**  
Vieni a trovarci!

frutta e verdura - legumi secchi - scatolame  
condimenti - vini selezionati

### Differenza temperatura esterno/interno dell'abitacolo

Esterno	Variazione interna dopo:			
	5 min.	10 min.	20 min.	60 min.
20°	24°	27°	36°	46°
22°	26°	29°	38°	48°
24°	28°	31°	40°	50°
26°	30°	33°	42°	52°
28°	32°	35°	44°	54°
30°	34°	37°	46°	56°
32°	36°	39°	48°	58°
34°	38°	41°	50°	60°
36°	40°	43°	52°	62°
38°	42°	45°	54°	64°
40°	44°	47°	56°	66°

Magari si deve fare una commissione "di 5 minuti", entrare e uscire da un negozio, quindi lasciamo il cane in auto: ma se siamo in estate e magari l'auto è pure sotto il sole, quei pochi minuti possono essere fatali. O quantomeno drammatici. A un cane bastano infatti solo 6 minuti in un abitacolo a 41° per morire a causa di un colpo di calore: per darvi l'idea, basta che la temperatura esterna arrivi a 22° per infuocare l'abitacolo che in un'ora arriva facilmente a superare i 47°C. Un inferno (**V. tabella**). I cani infatti non sudano quindi non riescono a disperdere il calore, che aumenta la frequenza cardiaca fino a che il cuore cede. Noi umani invece, proprio grazie al fatto che sudiamo, resistiamo un po' di più: ma quando la temperatura corporea supera la soglia dei 40 gradi, senza aver la possibilità di disperdere il calore nell'ambiente circostante, come appunto accade in un abitacolo chiuso, il rischio di malessere e di conseguenze drammatiche si fa ogni minuto più elevato (**V. tabella**), e non ci sono condizioni di sicurezza meglio dunque un po' di fatica in più e portare con sé bambini e animali.



## Ritrovare la coesistenza uomo-lupo: un bel progetto di Regione Liguria

*Era sparito dai nostri monti, così agricoltori e allevatori avevano perso la memoria su come comportarsi*

Un milione di euro per ripristinare la coesistenza uomo-lupo. Lo ha annunciato l'**assessore all'Agricoltura Stefano Mai** "Abbiamo aderito al Progetto europeo LIFE WolfAlps 2.0. Su un importo complessivo di 8 milioni di Euro ci siamo aggiudicati 650mila Euro di fondi a cui aggiungeremo circa 400mila Euro di investimento in risorse umane".

Il progetto prevede attività di coordinamento internazionale per l'intero arco alpino in modo da intervenire con azioni finalizzate al miglioramento della coesistenza tra lupo ed attività umane. Dopo decenni di assenza infatti, i pastori avevano perso l'abitudine di convivere e quindi la memoria di come comportarsi. Oggi che il bellissimo animale si sta diffondendo questo progetto si ripromette di aumentare la conoscenza del lupo tra cacciatori, pastori, comunità locali e cittadini e di affiancarli per ridurre l'impatto sull'allevamento del bestiame, implementando approcci e metodi preventivi efficaci. Grazie a questo pro-



getto sarà anche monitorato con attenzione il fenomeno delle ibridazioni con cani inselvatichiti: un fenomeno sempre più diffuso e preoccupante perché ha come unico risultato quello di perdere la purezza della specie lupo.



## Un'estate sui monti coi monaci, a curar mucche e fare formaggio

*I monaci Ahre Krishna di Tribogna offrono a chiunque lo desideri questa opportunità compresi piccolo compenso, vitto e alloggio*

Per chiunque voglia fare un'esperienza a contatto con la natura e la spiritualità - indipendentemente dal proprio credo - c'è la possibilità di imparare l'arte della cura delle mucche incluso fare il formaggio, guadagnando 400/500 euro al mese, più vitto ed alloggio in un posto incantevole a 1500 metri nel Parco dell'Antola. Nel frattempo si spera che si risolvano le questioni burocratiche che al momento impediscono di realizzare una stalla mobile che dovrebbe ospitare gli animali per l'inverno. Per info: **347.6217898**.

## RECCO: CONTROLLI PER DECORO E AMBIENTE

*Multe per rifiuti abbandonati e polizia in borghese per verifiche sui padroni di cani*

Accrescere fra i cittadini l'attenzione per la sicurezza e la cura del loro animale, oltre a far sviluppare la responsabilità verso il decoro urbano: è questo l'obiettivo dei controlli scattati a Recco.

### CANI "IN ORDINE"

Controlli in borghese quelli svolti da agenti sui possessori di cani per verificare che fossero forniti di guinzaglio, museruola e bottiglietta d'acqua. Sono state compiute anche verifiche a campione dei microchip, che verranno registrati nella nuova banca dati, permettendone così l'identificazione. Gli agenti hanno anche informato i proprietari sulle norme comunali, per evitare sanzioni. Evidentemente aver "vinto" per ben due anni la **Bandiera Marrone di Corfole**, conferita dagli stessi cittadini alla città ritenuta più sporca di "ricordini" di cani, il Comune ha finalmente preso seriamente il problema. Ricordiamo che la Bandiera Marrone non viene attribuita all'amministrazione ma ai padroni che non si prendono piena responsabilità della loro scelta, creando un problema molto "sentito" dalla popolazione.

### TOLLERANZA ZERO CONTRO CHI ABBANDONA I RIFIUTI

E alcuni incivili sono stati già stati incastrati dalle telecamere. Tra i primi a finire nel mirino della Polizia Municipale uno studio dentistico genovese, cui si è risaliti dopo l'abbandono di uno scatolone con all'interno una polvere bianca risultata essere scarto di lavorazione di protesi dentistiche; un cittadino "distratto", residente a Genova, che ha lasciato un sacco pieno di flaconi e scatole contenente materiale termoplastico per stampanti; un'attività commerciale di Recco, responsabile dell'abbandono di cartoni contenenti plastica. Tutto è cominciato dalla segnalazione di alcuni abitanti che hanno denunciato l'abbandono di rifiuti speciali, le telecamere hanno fatto il resto. In questo momento sono in corso accertamenti di Polizia Giudiziarie ma la denuncia non tarderà a scattare.



## BUTTI L'OLIO NEL LAVANDINO? AHI AHI AHI

*Una pratica purtroppo ancora comune che causa danni ingenti sia all'ambiente sia ai vostri scarichi*



**che versate l'olio del tonno nel lavandino**







**olio nuovo**

miele · olio aromatizzato  
cura e manutenzione del verde

**COOPERATIVA AGRICOLA RURALE ISOLA DI BORGONOVO**  
MEZZANEGO

☎ 349 0063440 ✉ frantoioiborgonovo@gmail.com 🌐 www.frantoiooleario.it

**PELLET RETI RACCOLTA OLIVE**  
★  
DISPONIBILI PER LA PRENOTAZIONE

Condiviso, condimento, tonno, sottoli, frittelle ma anche grigliate con tutto quel bel "grasso che cola"... l'estate porta con sé un sacco di olio esausto, che spesso finisce in lavandini, wc, tombini o sacchi della spazzatura. Niente di più dannoso! Infatti una volta scaricato raggiunge le fogne e la falda freatica dove crea uno strato spesso fino a 5 cm e può raggiungere pozzi di acqua potabile anche molto lontani, rendendoli inutilizzabili. In assenza di impianti di depurazione, finisce direttamente nel suolo. E' stato calcolato che un chilo d'olio crea una pellicola pari ad un chilometro quadrato e ogni famiglia italiana disperde in media oltre 5 litri di olio esausto all'anno, pari a circa 200.000 tonnellate che finiscono nell'ambiente. Un vero disastro ambientale. Inoltre una volta gettato nel lavandino, l'olio crea una pellicola che ottura lo scarico e che forma depositi di grasso che fungono da "colla" per tutti gli altri residui alimentari. Altri pensano che gli oli esausti possano essere riciclati come concime per le piante, invece impediscono di nutrirsi, impoverendo anche il terreno di microorganismi. Non c'è bisogno di essere dei super eroi, basta davvero poco a salvare il pianeta: una bottiglia di plastica in cui versare i vari oli ma anche il burro fuso e alla prima occasione riversarlo nell'apposito bidone dell'olio esausto. Vero che la state già predisponendo?



# ADDIO PONTE MORANDI

## Genova cerca il nome del nuovo ponte da cui risorgere

Inviateci le vostre idee, le faremo pervenire al Sindaco Bucci



Un pezzo di storia di Genova, della Liguria e non solo. Il ricordo delle vittime di un disastro assurdo e impensabile. Un'operazione organizzativa e di demolizione unica al mondo. La ricostruzione come simbolo di una città che vuole rinascere. La vicenda Morandi è tutto questo e molto altro e di sicuro un evento che ci ha toccati tutti. *"Una straordinaria giornata per Genova, ma anche una straordinaria giornata per la Liguria, una straordinaria giornata per l'Italia"* - ha affermato il presidente della Regione Liguria Giovanni Toti-. *Abbiamo rispettato tutte le promesse fino all'ultima, abbiamo collaborato tra istituzioni nonostante le diverse sensibilità, c'è stato un lavoro straordinario.* Fiducioso sulla ricostruzione il vicepremier Matteo Salvini: *"Oggi è la giornata in cui ringraziare ingegneri, tecnici operai e forze dell'ordine, oggi si è compiuta un'operazione unica al mondo"*. Subito dopo l'esplosione che ha cancellato quel che restava del Morandi il Sindaco Marco Bucci si è subito proiettato sul futuro: *"Finché non si troverà un nome lo chiameremo 'Ponte per Genova'. Ora serve un nome per la ripartenza"*. Come lo chiamereste? Mandate la vostra proposta ai nostri recapiti (Vedi pag. 2) e faremo avere le idee al Sindaco Bucci.



### GRAZIE ALDO!

Il mio GRAZIE, lo voglio rivolgere ad ALDO tassista di fiducia. Veramente. Ho avuto bisogno di viaggi all'Istituto Besta di Milano per ricoveri ed altri doveri farne ancora. Viaggi tranquilli e sicuri, una guida fantastica. Persona affidabile, discreta e disponibile.

**Donatella e Maurizio.**

*Questo spazio è a disposizione di chiunque voglia esprimere la propria gratitudine verso una persona, una gentilezza e non solo: si può infatti essere grati anche di essere vivi e in buona salute, di avere un tetto e di che vestirsi e cibarsi, di poter studiare o viaggiare. Siamo certi che ognuno scoprirà che ha molto per cui ringraziare. Osate inviarceli, sarà bellissimo!*

### INVIA IL TUO GRAZIE

a redazione@corfole.com  
oppure SMS, Whatsapp, Telegram  
al numero 379.1614857

## Rinasce a Sestri il ponte medievale che unisce la città

*La comunità si è unita per restaurare il ponte medievale di Santo Stefano e l'edicola dedicata alla Madonna, che è stato possibile riportare all'antico splendore anche grazie a un dipinto conservato in Francia*

Uno dei simboli di Sestri Levante è sicuramente il Ponte secolare di Santo Stefano, da sempre collegamento fra le due parti divise dal fiume Gromolo. Un ponte la cui storia si intreccia con quella della Pieve del Santo e la relativa parrocchia e che per questo è sede di un'edicola votiva di almeno 400 anni che, grazie all'impegno di una comunità intera, è stata portata a nuova vita: *«L'edicola non è né della parrocchia, né di privati - spiega Stefano Noceti, parrochiano di Santo Stefano - ma è patrimonio di tutti. Presentava evidenti segni di cedimento e anche il ponte aveva bisogno di una "rinfrescata"»*. Così parrocchia e amministrazione hanno unito le forze.

Il ponte, impropriamente detto ponte romano, è di origine medioevale anche se non si esclude l'esistenza di un manufatto preesistente. E' profondamente legato alla storia della parrocchia di S. Stefano, chiamata, appunto, Del Ponte a partire dal corso del 1600, e alla zona circostante, definita Villa Pontis già nel 1467. Ristrutturato nei primi decenni del 1700, conserva ancora oggi l'aspetto dell'epoca. Questo ponte, prima dell'avvento della moderna rete di viabilità carrabile, ha rappresentato un punto di attraversamento importantissimo per i trasporti a dorso di mulo che partivano dal porto di Sestri, tra i più importanti per i traffici in direzione di Varese Ligure, Parma e Piacenza. Ha svolto la funzione di collegamento anche per la vita religiosa in quanto unica via

di accesso dal borgo alla Pieve di Santo Stefano, per secoli "Chiesa Madre" di tutto il comprensorio sestrese (ben oltre gli attuali confini comunali). Inoltre da qui è sempre passata la processione del Carmine da quando nel 1686 si decise di modificare il suo iniziale itinerario e indirizzarla al borgo di Sestri. Per questo il ponte è molto caro al sentimento di tanti sestresi che hanno voluto e custodito da secoli alla sua sommità un'edicola dedicata alla Madonna. Questa edicola è lì da secoli: la sua più antica memoria risale al 1579. La forma era diversa da quella che oggi vediamo: provvidenzialmente era stata ritratta nell'acquerello *"Le pont de St. Etienne"*, conservato a Besancon in Francia. Fu un parrochiano, nei primi anni del novecento, a dare l'aspetto attuale.

### LE DUE FESTE DEL PONTE

Due sono i momenti dell'anno che in questa parte di Sestri sono sempre attesi con spasmodica felicità, ed entrambi ruotano attorno al Ponte. Il primo è la **festività del Carmine**, quando la storica processione lo attraversa per arrivare sino alla chiesa di Santa Maria di Nazareth, in centro. La seconda è la sagra degli **"Amici del Ponte"**, un momento di festa che si svolge sul sagrato della Chiesa e che lo scorso anno ha permesso di raccogliere i fondi necessari per eseguire il restauro dell'edicola. Quest'anno la sagra si svolgerà dall'1 al 4 agosto e sarà di nuovo occasione di raccolta fondi.



*Sopra: passaggio della processione del Carmine davanti all'edicola restaurata nell'imminenza della celebrazione del centenario dell'incoronazione della Madonna del Carmine (luglio 2019) e dei 400 anni dell'istituzione della cappella a Lei dedicata nella chiesa di S. Stefano (2020). Gli "Amici del Ponte"*



# FONTANABUONA: PICCOLI E DIVISI NON FUNZIONA, È ORA DI DIVENTARE GRANDI

Il Comune unico come soluzione ai problemi legati alla frammentazione politica, infrastrutturale, turistica e sociale. Al via il dibattito per guardare al futuro della vallata: presto un incontro pubblico

- di Giansandro Rosasco

Passata la competizione elettorale e calmati gli animi è tempo di riflessioni per la Val Fontana-buona, un tempo definita “il Nord Est della Liguria”, per sottolinearne l’alta produttività.

## La (non) partecipazione politica

Prima di tutto è necessario pensare proprio alle elezioni amministrative, per le quali creare una lista costa ad ogni tornata sempre più fatica in quanto non si trovano più persone disponibili. Se ne racimolano poche per le liste “uscenti/vincitrici”, non se ne trovano per le liste di “opposizione” figuriamoci per quelle “di disturbo/civetta”. Esempi lampanti i casi di Moconesi e Carasco, che insieme fanno un terzo della popolazione dell’intera valle, rimasti senza liste di opposizione. Ma anche quando si trovano, l’impegno e la credibilità restano discutibili, con risultati imbarazzanti, come a Neirone, dove ben cinque candidati consiglieri hanno avuto zero preferenze, o ancor peggio Tribogna dove in sette candidati non hanno racimolato nemmeno una preferenza, e infine il record di Coreglia: su otto candidati, nessuno ha preso preferenze. Questo, nel quadro generale, indebolisce di molto la struttura democratica e si perde la spinta a fare meglio. Abbiamo quindi amministrazioni elette con una manciata di voti in microscopici Comuni che dovranno fare i conti con risorse sempre più limitate, i servizi saranno sempre meno, i cittadini sempre più scontenti. Quante volte vi siete sentiti dire: “Non ci sono soldi”, magari per interventi davvero risibili?

## Biogas, piscina, viabilità, fiere, turismo: da piccoli progetti comunali a strutture di Valle

Da persona che ieri rifiutava la logica del Comune unico, oggi mi trovo ad averci ripensato del tutto e con voi (lettori, amministratori, abitanti) vorrei ragionare proprio su questo, ossia sul fatto che una Valle va vista come un unico territorio, un’unica realtà, dove tutto, dai sevizi alla viabilità, va pensato in maniera organica. Mentre ora è tutto spezzettato Comune per Comune, in micro particelle a sé stanti, dove ognuno pensa a sé. Faccio qualche piccolo esempio, i primi che mi vengono in mente, che vi prego di non prendere come una critica alle amministrazioni. Comincio con l’impianto di biogas, ipotesi scongiurata qualche tempo fa nel piccolo comune di Orero. Perché imporre un peso così grande ad un gruppo di Consiglieri così ristretto? Queste opere vanno valutate bene da tutto il comprensorio su cui ricadono queste scelte, non solo dal Comune di cinquecento abitanti che avrebbe dovuto ospitarlo, perché un’opera del genere influenza la viabilità e l’ambiente dell’intera Valle e anche oltre. Salto a Cicagna e mi focalizzo su un’opera apprezzatissima, la **piscina**, strappata dal suo Sindaco alla grande politica e nessuno, nella logica dei piccoli Comuni, avrebbe potuto fare di meglio. Ma se si fosse pensata come servizi per il Comune Unico, per tutta la Valle, si sarebbe potuta realizzare più grande, più baricentrica, più soleggiata, con più servizi, coperta e fruibile tutto l’anno. Darebbe anche più posti di lavoro e sarebbe più economicamente sostenibile. Vantaggi per tutti.



Vogliamo poi parlare dell’imbarazzante situazione dell’Expo di San Colombano Certenoli? Una struttura che dovrebbe lavorare tutto l’anno ma che fatica ad aprire qualche giorno per l’unica fiera, costringendoci a mendicare quattro spiccioli alla Città Metropolitana. E della **pista ciclabile** che corre lungo tutta la valle? Dovrebbe essere un vanto che richiama quell’eco turismo che tutti vogliono e si adoperano per avere, ma è frazionata tra tutti i piccoli Comuni, che hanno le pezze nelle braghe e la la ciclabile è l’ultimo dei loro pensieri. Così finisce per rappresentare solo un disonore per tutti. Eppure il turismo può essere un volano pazzesco per l’economia locale. Ma va strutturato, con opere e interventi che vanno pensati come comprensorio. Arriviamo quindi ai nostri **Musei**. Abbiamo svariate “stanze” della civiltà contadina, sparse per la valle, aperte con fatica da volontari che mettono a disposizione gratuitamente materiali, tempo e ri-



## Cosa pensa chi l’ha percorsa (da TripAdvisor)

- Il classico specchietto per le allodole di tante amministrazioni...si traccia un percorso accanto a un fiume, si piantano delle insegne illustrative e all'improvviso si è green, moderni e nordisti. Ipocrisia allo stato puro. L’ho appena fatta per un bel pezzo ma all'improvviso sono dovuto uscire, pena il completo disfacimento della bici, senza contare le ferite da spine e orticaria che sicuramente avrò. Fanno ridere i pannelli illustrativi sulla fauna e flora della zona: ci fosse almeno la possibilità di leggerli! Peccato perché lo scenario circostante è unico: un ambiente naturale di stampo quasi amazzonico e grandi pievi immolate sulle montagne.

- Dopo i primi km da lavagna dove l’alluvione ha distrutto tanti argini quindi pericolosa, poi su sterrato poi deviazioni su strada, poi mancanza di segnalazioni e poi... non sai più dove andare e quando la ritrovi è in totale stato di abbandono. A casa mia se parto in bici sulle ciclabili giro tutto il Trentino, non tocco strade carrozzabili e soprattutto sono sicuro di tornare incolumo. Dove stanno qui i comuni o chi deve fare la manutenzione?

## Solo se si è grandi si può pensare in grande

Gestire ampi territori con risorse risicate e un peso politico nullo: nella situazione attuale, per ogni singolo comune, amministrare è un’impresa titanica. Che comunque porta a risultati piccoli ed entro i propri confini. Occorre cambiare visione, ci vogliono unione, organizzazione, una visione di insieme e di contare di più. E l’unica soluzione è la formazione del Comune Unico, o almeno di cominciare a pensare in quell’ottica. Se decidessimo di costituirlo oggi potremmo usufruire di svariati finanziamenti destinati proprio alla fusione. So che non sarà un traguardo facile e forse nel mentre che cercheremo di muovere qualcosa in questo senso arriverà qualche decisione dall’alto che ci imporrà tale scelta senza darci niente in cambio. Ma dobbiamo tentarci, dobbiamo comunque immaginare una visione più grande, per la nostra vita, oggi, e per le generazioni future. Spazzo via subito il concetto del quale tutti sembrano avere più paura e cioè che non avremmo più garantiti i servizi minimi. Intanto non si parla di chiusura, si discute invece dell’apertura di una sorta di “Municipi” (come succede nelle città) dove i servizi primari rimangono ma il centro politico determinante è uno. Già tutti i Comuni sono obbligati ad erogare servizi secondo una logica d’unione, molti segretari fanno la spola tra un Comune e l’altro e così via. Inoltre, anche a livello amministrativo, più gente unita significa una maggiore e più dignitosa competizione elettorale e maggiore partecipazione. Un comune con qualche centinaio di abitanti ormai non interessa più a nessuno se non per piccoli interessi di bottega; se cominciassimo come Comune Unico a mettere sul piatto della bilancia il peso di almeno una decina di migliaia di cittadini cominceremmo anche ad avere maggiore peso politico e attenzioni di un certo livello. Occorre coraggio.

Se condividete queste riflessioni, se le contestate o se ne avete altre da proporre potete scrivere a [info@corfole.com](mailto:info@corfole.com), mandare un whatsapp al numero 379.1614857 o scrivere a Corfole Via Chiose 32H 16047 Moconesi Ge. Tenteremo di iniziare insieme un percorso di discussione aperto a tutti che speriamo sfoci in qualcosa di propositivo. Non bastano gli amministratori, servono i commercianti, le associazioni, chi ha famiglia e chi è single, i giovani e gli anziani. Fatevi sentire, facciamoci sentire!



**GARDEL**  
gioielli

San Colombano - Calvari  
Via D. Cuneo 155  
0185.358238

### Speciale Nozze

Un momento unico, che potrete ricordare per sempre con una fede unica, che parli solo di voi.

Oltre all’ampia scelta di gioielleria realizziamo fedeli e gioielli su disegno. Inoltre: regali, quadri e cornici preziose.





## Furti e micro criminalità: il “Controllo di vicinato” si conferma un deterrente

*A Recco confermato e rinforzato il progetto, unico in Liguria, che vede la collaborazione tra Comune, cittadini e forze dell'ordine*

Di fronte all'escalation di furti nei piccoli borghi dell'entroterra, dove la copertura delle forze dell'ordine fatica ad arrivare, i cittadini si organizzano sempre più tra loro per monitorare il territorio. Ma si resta sempre a livello privato e ufficioso. Eppure ci sono formule comprovate per fare un passo più concreto. Ne avevamo parlato già agli esordi, l'anno scorso, e ora con la nuova amministrazione il progetto avviato dall'ex sindaco Dario Capurro, non solo viene confermato ma anche rinforzato. Sono stati infatti installati i cartelli “Zona controllo del vicinato”, che indicano la presenza di cittadini attivi per la sicurezza del territorio, in stretta collaborazione con le forze dell'ordine. Già sono attive due chat con un coordinatore, scelto dagli stessi cittadini, in colle-

gamento diretto con la Polizia Municipale e con i Carabinieri. L'ufficialità e la collaborazione con le forze dell'ordine sono il tratto distintivo del progetto, tra i primi nella provincia di Genova. Inoltre i cittadini attivi saranno invitati a partecipare ad incontri informativi per ampliare la cultura della prevenzione e per partecipare a progetti di “sicurezza partecipata”. L'iniziativa sarà replicata a breve in tutte le aree in cui si stanno costituendo le reti di sorveglianza, organizzate per segnalare ai malintenzionati che in quel luogo gruppi di persone sono particolarmente attenti a movimenti anomali e individui sospetti. L'esperienza, infatti, conferma che nei comuni dove la rete di controllo è operativa i reati contro la proprietà sono diminuiti. Perché non farlo ovunque?

## LAVAGNA

### Pista ciclo-pedonale: da 5 anni in attesa di intervento

Dal novembre 2014 gli argini dell'Entella danneggiati dalla piena giacciono trasennati e nessun lavoro di riparazione è stato mai effettuato: “Secondo un documento del Comune - spiega Valerio Gennaro di Medici per l'Ambiente - dovevano effettuarsi negli ultimi mesi 2018 ma ad oggi tutto tace”. Ora in diversi punti anche la rete arancione di segnalazione di zona a rischio è sparita e son rimasti solo i tondini di acciaio infissi in terra, che nulla segnalano o proteggono, casomai costituiscono loro stessi un pericolo. In una zona come il Levante gli spostamenti in bicicletta dovrebbero essere promossi in tutti i modi, ma la loro gestione è decisamente... bocciata.



*La situazione in cui versa la pista ciclabile di Lavagna*

## A RAPALLO È GUERRA DI ROBOT



*La titolare Yuan Jin Cha, per tutti Cinzia, con il robot che hanno chiamato Gioia*

*Al Ristorante Pechino arriva “Gioia”, la cameriera telecomandata. Si tratta del modello più evoluto rispetto a quello presente al Gran Café “In Cina sono molto comuni”*

Rapallo set di una guerra tra robot? Chissà, forse gli stiamo stendendo un “tappeto rosso”, ma per ora si tratta di puro divertimento. Dopo il clamore suscitato dal primo robot, arrivato al Gran Café, l'attiguo Ristorante Pechino rilancia con Gioia, un modello di ultima generazione. Diversamente dall'altro, questo è senza fili e non si muove su binari, bensì su ruote, quindi può girare ovunque. Comandato a distanza dal computer, riesce a camminare senza urtare contro persone e oggetti. Inoltre, collegando la chiavetta USB riproduce canzoni e anche video, grazie allo schermo nella parte anteriore. Può trasportare il doppio di piatti e bevande grazie al doppio vassoio che porta sulle mani, ma la titolare ci tranquillizza: “Non sostituisce il lavoro umano. Ha solo scopo di intrattenimento, cattura l'interesse dei giovani e soprattutto bambini!”.

## VOX POPULI

*I migliori commenti presi dalla rete: protagonisti VOI!*

### > LAVAGNA

#### LUNGO ENTELLA: UN FIUME DI RUMENTA

Questo spettacolo l'ho fotografato questa mattina: ‘beo’ che scende da via Bacchini a Lavagna fiancheggiata poi il supermercato Dimeglio finendo nel fiume Entella e poi nel mare!!! Notare la “rumenta” che staziona lì da almeno un mese e poi il colore dell'acqua... tutto normale? (Barbara Cafferata)



### > RAPALLO

#### BUS A CHIAMATA: NESSUNO RISPONDE

Sono proprio arrabbiata per il disservizio Aatp, abito in Loc. Foggia, al mattino il bus è su prenotazione, già la dice lunga, ieri tutto il giorno a chiamare, naturalmente senza risposta, scendo in piazza riesco a prenotare, preciso che è una cosa importante... secondo voi stamattina è arrivata? (Cristina Collegiani)

### > SESTRI LEVANTE

#### SCEMPIO IN SPIAGGIA

Nessuno ha visto niente? Nessuno si è opposto, quando costoro si sono allontanati dalla spiaggia, lasciando questo scempio?? Spiaggia del Leudo, ore 21.00 (Cecilia Medone)



### > CHIAVARI

#### LA PISCINA? DA MEDIOEVO

Una piscina che potrebbe essere un fiore all'occhiello della città avrebbe bisogno di una “rimodernata” sia internamente che esternamente. Frequentata giornalmente da tantissimi bambini anche piccoli vorrei sollevare la questione delle docce, ferme a vent'anni fa. Acqua gelida o bollente: possibile che con la tecnologia di oggi non si possa regolare la temperatura? Si risparmierebbe anche molto nel tempo e si inquinerebbe meno. La gettoniera è fuori dalle docce come da foto. Mentre fai la doccia non hai modo di sapere quando scadrà il tempo. Quindi può capitare di essere ancora insaponati e dover uscire a mettere un nuovo gettone e se nel frattempo qualcuno si prenota quella doccia? In pochi mesi ho visto e sentito varie esperienze negative. Non dimentichiamoci delle persone che gareggiano, avranno questo come ricordo di Chiavari. (Cinzia Puglisi)



## DECRETO CRESCITA

### Sconto 50% su climatizzatori, stufe a pellet, boiler a pompa di calore, infissi e fotovoltaico

Questi interventi erano già agevolabili grazie alla detrazione Irpef del 65% per il risparmio energetico, il cosiddetto ecobonus, ma il nuovo decreto offrirà la possibilità di barattarli con uno sconto immediato del 50% sul prezzo d'acquisto. Quindi una percentuale inferiore rispetto a quella prevista dall'ecobonus ma col vantaggio di usufruirne immediatamente, a differenza della detrazione che si recupera in 10 anni. Per usufruire dello sconto basterà effettuare la cessione del credito al venditore e a quel punto i prodotti si potranno pagare a metà prezzo. Il pagamento va fatto sempre utilizzando il bonifico per ristrutturazioni, nella fattura sarà presente l'intero importo, ma quello effettivamente da versare sarà pari alla metà del prezzo. L'unico obbligo sarà quello di comunicare all'Agenzia delle entrate la cessione del credito. L'ecobonus sarà comunque a disposizione fino al 31 dicembre 2019.

# LARS

# IMPIANTI s.n.c.

DI LENITO ROVEGNO ALESSIO E DEPICOLZUANE ANDREA

## IDRAULICA - RISCALDAMENTO

### Assistenza caldaie

### Impianti elettrici

### Ristrutturazioni chiavi in mano

LARS IMPIANTI s.n.c.  
Via S. Maria del Campo, 64  
16035 Rapallo (GE) - Cell. 338 2681531  
E-mail: larsimpianti@gmail.com





# PERRONE È DI NUOVO RE DELLA FOCACCIA

*Il concorso ha infuocato gli animi, con una partecipazione record che ha confermato il panificio di Cavi Arenelle! Ecco i più votati*

«Siamo molto contenti di aver ricevuto di nuovo questo riconoscimento, anche per coronare un anno per noi molto importante», festeggia così **Sergio Perrone**, titolare del **Panificio Perrone di Cavi Arenelle** a Lavagna, il secondo titolo di miglior focaccia del Levante Ligure, già conquistato nel 2016 e che ha dato una botta di visibilità a questa eccellenza un po' defilata. Chi l'ha provata ha poi continuato a venire qui in pellegrinaggio, confermando il valore e l'utilità dei concorsi di Corfole coi quali vogliamo appunto premiare le eccellenze del territorio. Un anno che ha visto la Famiglia festeggiare i 40 anni di attività, rinnovare totalmente il locale e curare (e viziare) una clientela in crescita costante, come abbiamo potuto constatare di persona il giorno della consegna dell'attestato vedendo la lunga fila fuori dal negozio già di prima mattina. Di questi tempi una notizia davvero rinfancante. D'altra parte si sa, la qualità paga sempre. E la focaccia di Sergio è di una qualità incredibile, tanto che i clienti vengono da ogni angolo della provincia e anche da fuori regione per gustarla: «Sappiamo che alcuni ne sono rimasti così entusiasti che l'hanno spedita in America e addirittura in Australia per farla assaggiare a parenti ed amici». Una qualità che, per gli amanti delle varianti,



Sergio Perrone, le figlie Greta, Ginevra e Alessia e lo staff del Panificio Perrone: Claudio Fadda, Luca Roncone, Jessica Brizzolari, Poirè Piera, Laura Pitzalis, Glenly Nunez. A destra: Marina Bongiorno di Lavagna, fortunata estratta tra tutti coloro che hanno votato Perrone e che ha vinto una teglia della focaccia preferita

è riscontrabile anche nelle materie prime: «per la focaccia con le cipolle ad esempio utilizziamo solo Cipolla Rossa coltivata a Lavagna».

## LE ALTRE FOCACCE MERITEVOLI

Staccato in extremis solo per qualche punto il **Panificio Molledo Luisa di Recco**. Menzione speciale per il **Panificio Antichi Sapori di San**

**Salvatore di Cogorno**, che per larga parte del concorso è stato in testa alla classifica, terminando la sfida in terza posizione. A seguire, gli altri panifici segnalati nei vari comuni.

**CHIAVARI:** Raffo, Nonsolopane, Salone Moderno, Al Forno, Balin, Il Mulino, Bruno&Pietro, Barbieri, Panificio Luca.

**SESTRI LEVANTE:** Spiga D'Oro.



**LAVAGNA:** Val D'Aveto, Vaccarezza, Un Angolo di Recco, Curotto.

**RAPALLO:** Vivaldi, Tossini, Cogorno, Schenone. **SANTA MARGHERITA L.:** Panetteria del Corso "Il Nilo", Pinamonti.

**RECCO:** Molledo (Via Assereto).

Le avete già provate tutte? E adesso tocca al gelato: segnalate! (V. sotto)

## #FOTODELMESE (invia la tua foto a redazione@corfole.com)

### Il botigión de vin bón e la verità sulla menestrinn-a co-e êuve

Nell'entroterra è meraviglioso perdersi per le stradine e chiedere informazioni agli anziani del luogo. Poi ti capita di trovare pure quello simpaticissimo che sorride, che si fa fotografare e che ha in mano e 'n botigión de vin bón. Subito la memoria va alla mitica "Trilli Trilli" che tutti conosciamo e che in questo periodo si canta a squarciagola nelle varie sagre di paese. Quello che non tutti sanno è a cosa fa riferimento a menestrinn-a co-e êuve... La pietanza difatti è molto più veloce da preparare rispetto al tradizionale minestrone ligure, quindi la moglie la preparerebbe al marito quando deve sbrigarsi perché ha fatto tardi... con un altro uomo!

## Gelato artigianale: è più buono, più genuino e ha meno calorie!



### Quarta edizione del concorso che scova l'eccellenza artigianale del Levante

Caldo, afa... cosa c'è di meglio di un buon gelato per rinfrescarsi e tirarsi su il morale? Come per la focaccia (V. sopra) Corfole scova con voi e per voi l'eccellenza artigianale, con la quarta edizione di "Il cono più buono", l'iniziativa che vi permette di segnalare le gelaterie dove si gusta il miglior gelato del territorio. Intanto, ecco qualche informazione per gustarlo senza rimorsi! Partiamo dalla prima buona notizia: il gelato artigianale è meno calorico di quello confezionato. Quest'ultimo infatti viene spesso addizionato con oli e grassi vegetali che ne aumentano cremosità e gusto, ma anche le calorie: 100 grammi di gelato alla crema artigianale sviluppano 190 calorie, che salgono a 205 per quello industriale; per quello alla frutta si passa dalle 130 alle 150 calorie. I gusti più calorici? Come potete immaginare il cioccolato con 240 cal. ogni 100 grammi a pari merito con... il cocco! Seguono fiordilatte (218), pistacchio (200), crema (190), nocciola e vaniglia (185). I meno calorici sono quelli alla frutta: 120 cal per la fragola e 130 cal al limone, segue quello allo yogurt con 150.

Il meno calorico è quello alla soia con frutta, solo 99 calorie. Ogni cialda da cono ha solo 20 calorie, ma se volete o dovete risicare, basterà scegliere la coppetta.



**1)** Segnala subito la tua gelateria preferita (possibilmente allegando una foto) a grafica@corfole.com oppure sulla pagina facebook Corfole

**2)** Dal 15 luglio sulla pagina facebook di Corfole cerca l'album "IL CONO PIU' BUONO 2019" e metti Mi piace alla foto della tua gelateria preferita. Se non è presente segnalala come al punto 1.

**Regolamento:** si può votare fino alle ore 18.00 del 16 settembre. Sono ammesse le gelaterie nei comuni di Bogliasco, Recco, Sori, Camogli, Portofino, Santa, Rapallo, Zoagli, Chiavari, Lavagna, Sestri e le Valli Petronio, Fontanabuona, Aveto, Graveglia, Sturla e Trebbia.

**Premi:** alla vincitrice l'Attestato di miglior gelato del Levante; tra tutti coloro che l'hanno votata, 3 estratti vinceranno un chilo del loro gelato preferito. Ad altri 20 un premio di partecipazione.

**La caccia è aperta: segnalate!**



## TRILLI TRILLI

T'ò dîto che t'â prepâri/ o stòchefisce e bacilli a gongorzôla co-i grilli/e 'n botigión de vin bón. E invêce ti m'æ preparòu/a menestrinn-a co-e êuve a fâ ciù fito sci a chêuxe/ma o l'è 'n mangià do belin

- RITORNELLO -

Ò trilli trilli trilli/t'æ ciù mósse che mandilli mandilli no ti n'æ/t'æ ciù mósse che dinæ. Ò gnâo gnâo gnâo/ma o belin cômme t'è cào e fôto fôto fôto/ma o belin cômme t'è brùtto. E sémmo de Zêna e-ò 'n sâcco de vòxe ne gîa e cógge no pigémmo ciù mogê e pòi ghò-u dimmo per in moménto e pòi ghe dimmo che se lèvan d'inti pé. E sémmo de Zêna e sémmo da Fòxe ne gîa e cógge no pigémmo ciù mogê finché a-o móndo ghe saia a mogê do mæ vexin no pigémmo ciù mogê pe 'n bëllo belin Stàn bén bén quèlli ch'àn quarcôsa stàn bén bén stàn bén bén Stàn bén bén quèlli ch'àn quarcôsa stàn bén bén stàn bén bén

- RITORNELLO -

E sémmo de Zêna e-ò 'n sâcco de vòxe..... no pigémmo ciù mogê pe 'n bëllo belin Pe 'n bello violin!





# APRIRE UN LOCALE DI ECCELLENZA SUI MONTI?

*La sfida della famiglia Calissi è vinta: in pochi mesi è già diventata meta per buongustai di ogni tipo*

**Brioche e dolci fatti in casa**, pause **pranzo gourmet**, **gelato artigianale** con latte del territorio, **aperitivi sfiziosi** in un locale bello e accogliente con salottino in terrazza. E la **bottega** con prodotti di qualità con sorpresa per gli amanti dello **stoccafisso**!



Questa è una storia di coraggio e intraprendenza. Quella della **famiglia Calissi**, che a **Calcinara di Uscio**, sulla strada panoramica crocevia tra Reco, Genova, Lumarzo, Gattorna e Sori, oltreché punto di accesso per le scampagnate sui monti Fasce, Cornua e Becco ha compiuto una piccola grande impresa: reinventare completamente la piccola bottega storica di paese e trasformarla in un'eccellenza, con annesso un bellissimo bar gelateria dove tutto è di produzione artigianale, dalle brioche del mattino ai piatti del pranzo fino alle torte per la merenda e il gelato, prodotto con la frutta fresca e selezionatissima del negozio e con **latte fresco della Val Trebbia**. Il tutto con salottino su terrazza con vista ossigenante sulla vallata. Un locale da invidiare perfino in città.

## TRATTORIA GIÀ NEL 1800

La storia che lega la famiglia Calissi a questo locale parte da lontano, dalla fine del 1800 quando era una piccola trattoria gestita dalla nonna, detta **"a' russa"** e che all'epoca dava ristoro ai viandanti che passavano dall'entroterra per arrivare alla costa e viceversa. Si arriva agli anni recenti dove i conosciutissimi coniugi **Marina e Gianfranco Calissi** hanno gestito questa che, negli ultimi trent'anni, ha avuto la vitale funzione di bottega di paese. A loro oggi si è aggiunta la passione dei **figli Stefano e Francesco** e tutti insieme, pochi mesi orsono, hanno deciso appunto di ristrutturare completamente l'edificio e di rinnovare i locali per offrire alla clientela dei servizi che si stenta a trovare persino nelle cittadine rivierasche.

## LA BOTTEGA DI UNA VOLTA...MA MEGLIO

Rimane un punto fermo per tutto il paese ma non solo: ogni buongustaio può fermarsi in questo luogo un po' bottega di altri tempi un po' negozio di eccellenza e trovare frutta e verdura selezionatissime, salumi e formaggi del territorio e lo **stoccafisso**. Ma non uno qualsiasi

**CI SIAMO TRASFERITI A SAN SALVATORE DI COGORNO!**

**Legno Arreda**  
ARTIGIANI del LEGNO  
TRASFORMIAMO  
ZONE INUTILIZZATE IN  
PREZIOSI SPAZI UTILI

SCALE - CUCINE E MOBILI SU MISURA  
PORTE E FINESTRE - PAVIMENTI  
CASETTE IN LEGNO - PERGOLATI

**CI SIAMO TRASFERITI A**  
S. Salvatore di Cogorno - C.so Risorgimento 266  
TEL 339.1235781 - 349.3849323

si: qui lo bagnano direttamente, in una sezione "a vista" dove il cliente può seguire le varie fasi. Un must per gli appassionati di stock!

## IL BAR GELATERIA CHE NON TI ASPETTI!

Finalmente potete scordarvi i prodotti semicongelati che consumiamo nella stragrande maggioranza dei bar. Qui la **colazione** ha il profumo e la dolcezza di torte e brioche fatte in casa e appena sfornate. E tra crostate, treccine, croissant e altre prelibatezze c'è solo l'imbarazzo della scelta. Il caffè è selezionatissimo e il cappuccino artistico. Cosa volere di più? A **pranzo o merenda** se siete di fretta potete gustarvi un panino alla vecchia maniera, ricco di salumi di prim'ordine tagliati al momento o con formaggi del territorio, oppure fermarvi a gustare i manicaretti preparati da Marina, come il polpettone, verdure ripiene e altre specialità genovesi che in molti hanno già preso l'abitudine di asportare a casa per gustarsi una cena pronta, ma da gourmet. Poi arriva uno dei pezzi forti: il **gelato artigianale**. Non avrete che da gustarvi un bel cono o una ricca coppa con i tanti gusti a disposizione che Francesco, fresco del corso presso la rinomata Carpigiani di Bologna, prepara ogni giorno con il latte della Val Trebbia. E poi ci sono frappe, frullati di frutta fresca e **aperitivi sfiziosi**, preparati come si deve e serviti con ricchi stuzzichini. Dove gustare tutto questo? Dentro il locale è davvero elegante e accogliente, ma fuori sul terrazzo avrete un vero salottino vista valle che contribuirà ad aprirvi il cuore e rilassarvi dopo una giornata al lavoro o al rientro da una scampagnata. Scommettiamo che poi ci tornerete apposta? Fateci sapere!

Il bar, gelateria, alimentari è aperto tutti i giorni dalle 6:30 alle 21:00 e il venerdì, sabato e domenica fino alle 23:00. Si trova a Uscio in Via Garaventa 33 A, 0185.91119, la pagina Facebook: Alimentari Caffetteria Gelateria Calissi.





# Vi portiamo a **CROSI** dove c'è solo un abitante

*Emanuele Capra è l'unico residente nel piccolo gruppo di case della Valbrevenna; una vita da film tra cavalli, natura e libertà*

L'8 giugno siamo stati a un compleanno particolare, quello di **Emanuele Capra** che ha festeggiato i suoi quarant'anni ma soprattutto i vent'anni di una scelta di vita che all'epoca sembrava una scommessa folle: lasciare la Foce di Genova e andare a vivere a **Crosi**, un gruppo di case abbandonate nel comune di Crocefieschi. Da solo.

A diciannove anni, diplomato perito agrario all'istituto Marsano, Emanuele ha lasciato la vita comoda della città per seguire quella che da sempre è stata la sua passione: una vita in campagna, circondato dagli animali. Così, vent'anni fa Erminia Brascresco gli ha proposto di trasferirsi a Crosi, in una casa di proprietà sua e del marito Angelino, diventando l'unico abitante del paese. Successivamente, nel 2001, anche Franca Repetto e il fratello Stefano, gli hanno donato la loro abitazione. Giorno dopo giorno, con tanta passione e tanta fatica, l'abitato ha ripreso vita. Sono spuntati i sentieri, le linee della luce e del telefono, le erbacce e i rampicanti che infestavano le case ormai diroccate sono scomparsi, ed Emanuele ha iniziato a ristrutturare. Sono arrivati, naturalmente, anche gli animali. Capre, pecore, galline, cavalli, cani e le immane mucche di razza cabannina. Tanto lavoro, tanti ostacoli, ma nessun pentimento. E come non capirlo? Lo spettacolo dell'alba e del tramonto visti da lì, godendosi il silenzio e l'aria pura, ripagano di ogni sforzo. E non chiamatelo eremita: Emanuele ama la solitudine quanto la compagnia, è facile

vederlo circondato da amici di ogni genere ed età e se si passa di lì, non si può perdere l'occasione di condividere due chiacchiere e un "gotto" di vino. Ci accoglie nella sua immancabile tenuta, con il cappellaccio e la camicia a quadri. Dà un'occhiata alla tavola imbandita, ai canterini dei Trallallero e a tutte le persone che sono arrivate per lui e, con una risata imbarazzata, commenta **"Beh auguri, io vado a tagliare l'erba!"**. È un ragazzo allegro, con i capelli scompigliati e gli occhi blu. Impossibile non notarlo in giro per la valle o alle sagre dei paesi vicini, con i suoi cavalli o i buoi ed il carretto. In occasione del ventennale i genitori di Emanuele hanno allestito una delle case a mo' di museo, raccogliendo informazioni e oggetti sulla storia del paese e della valle. Gli anziani del luogo non possono che commuoversi di fronte a quell'inaspettata rinascita. Una bella occasione per una gita nel verde e per conoscere una persona che ha fatto della sua passione una scelta di vita.

## COME ARRIVARE

Noi siamo partiti da Casella, seguendo indicazioni per Valbrevenna, Ternano. Superato l'abitato di Piani, l'asfalto lascia il posto ad una strada sterrata fattibile con auto 4x4; a piedi in 10/15 minuti di passeggiata nel verde vi troverete davanti a un albero con il cartello Crosi. Volendo, dopo la visita al particolare borgo, il sentiero prosegue in una piacevole passeggiata in direzione del Monte Antola o di Pentema.



**Nel cerchio: Giulia insieme ad Emanuele Capra; Sopra: il borgo di Crosi**  
**Sotto, da sin. La festa per i 40 Anni di Emanuele; la statuina del presepe di Pentema dedicata ad Emanuele**

**Agriturismo Cason de Larvego**

*Un paradiso tra monti e mare a soli 9 km da Carasco*

**Buon Gustais**

Antipasti genuini  
Prima, Seconda e contorno  
Dolce della casa  
Acqua, vino, caffè e liquorina  
€20,00

**Buonaforchetta**

Antipasti genuini  
2 Primi, 2 Secondi e contorno  
Dolce della casa  
Acqua, vino, caffè e liquorina  
€25,00

*Pasta, pane e dolci fatti in casa; carne, formaggi e salumi a km 0*  
*Spazi all'aperto, giochi e bellissime passeggiate*

*Ideale anche per feste e cerimonie*

**www.casondelarvego.it - Prenotazione necessaria 333.21 21 161**

**Trattoria Colomba**  
di Isa e Gabry

*Un luogo d'altri tempi, dove ritrovare la semplicità, la gentilezza e i sapori genuini. E sentirsi subito "a casa" - da TripAdvisor*

**Tagliata a KM0!**  
Vieni a scoprire che sapore ha la carne dei bovini allevati al pascolo sui nostri monti!

**Festeggia da noi il compleanno!**  
Es. menù: antipasto, primo, secondo a scelta tra cima, tagliata, roastbeef, punta al forno €22  
Da 10 persone in su  
**TORTA DI PASTICCERIA IN OMAGGIO!**

I NOSTRI MENÙ - Acqua, vino, dolce e caffè			
<b>Settimanale</b> pranzo dal lunedì al venerdì	<b>Sgabai</b> su prenotazione minimo 4 persone	<b>Stoccafisso</b> solo su prenotazione	<b>Tagliata</b> solo su prenotazione
€10	€18	€25	€20

**>> NEL VERDE, A 10 MINUTI DA CARASCO! <<**  
Celesia, Via Devoto 35 Tel. 0185.357740 339.5495390 - 349.5374953  
Aperto tutti i giorni a pranzo, la sera su prenotazione.



# È a Santa uno dei musei più piccoli del mondo!

*Con la sua esposizione Mario Clementi racconta le storie marinare e la tradizione di pesca della cittadina. Eppure per anni ha odiato il mare...*

- di Michela De Rosa

Una stanza? Neanche. E' poco più di un corridoio e forse è uno dei musei più piccoli del mondo. Ma è pieno zeppo di modellini, oggetti marinari, quadri, quadretti, curiosità di ogni tipo, e viene reso grande dall'immensa conoscenza di Mario Clementi, che con passione e parlantina alla Piero Angela, illustra ogni singolo pezzettino stipato sulle mensole. E anche quello che non c'è, ma che si trova in giro per la città, tra la banchina, le piazze, le chiese.

## Quando a Santa c'erano i corallari

La barca tipica di Santa era la corallina (V. foto), con la fune che in fondo aveva "l'ingegno", una croce di Sant'Andrea con sotto dei ganci che rimanevano impigliati nel corallo, e poi tirato su. C'erano circa quattordici coralline e se si conta che ognuna aveva una quindicina di persone si capisce che mezzo borgo era impegnato in questo commercio. I corallari si riconoscevano dal cappello: non portavano quello classico blu del marinaio ligure, ma il gazzu (V. foto), rosso e bianco, e lungo per appoggiarlo sulla spalla e proteggerla quando si trasportava il corallo. Li compravano in Tunisia perché costavano molto meno. La storia dei corallari è conservata nelle chiese perché guadagnavano bene, circa sette volte di più di un pescatore, e hanno commissionato molti affreschi ed ex voto. In più avevano istituito "il decimo", una quota del guadagno che veniva donata alla chiesa perché sostenesse le famiglie dei corallari morti in mare. Visto il carico prezioso erano infatti attaccati spesso: a un certo punto decisero di dotarsi di una sorta di "scorta armata" composta da catalani, che erano particolarmente

audaci. Poi ci fu una sommossa (organizzata proprio a pochi metri dal museo) contro il Senato della Repubblica di Genova perché faceva pagare le tasse ma non li proteggeva, quindi minacciarono di bruciare le barche e andare tutti a fare i migranti in America, dove venivano regalate le terre, specie in Cile e Argentina. Allora Andrea Doria sancì che le coralline dovessero essere tutelate e diede una scorta di flotte militari.

## Meriterebbe un posto più grande

Ci sorprende scoprire che il museo non ha trovato una collocazione più opportuna, pur mettendo a disposizione tutto il materiale e dando disponibilità di tempo. Possibile in una città di mare così attenta alla cultura locale?

## Una passione nata da un trauma

Avreste scommesso anche voi che Mario fosse stato un marinaio o un pescatore, vero? Invece no, e per molto tempo lo ha anche odiato quel mare perché quando era piccolo si è portato via lo zio marinaio e appassionato di modellini. Uno era rimasto a Mario e un giorno si è rotto. In quel momento si è accorto quanto ci fosse legato e ha iniziato a informarsi per aggiustarlo, finché è diventato lui stesso modellista, scoprendo così anche le storie di mare. E appassionandosi anche in nome dello zio. Un altro motivo per farvi incantare dai racconti di Mario.

Santa Margherita L. Via Jacopo Ruffini 18  
TEL. 334.7443497 - 311.1026887



## MANGIARE BUON PESCE ...senza svenarsi?

**ECCO COSA POTETE TROVARE, VENITE A PROVARE!**

Linguine alle cozze, ravioli di pesce con gamberi e radicchio, ravioli di borragine con gamberi e asparagi, lasagne di pesce, spaghetti allo scoglio, taglierini al cinghiale, ravioli ai mirtilli, maccheroncini pesto e zola, cozze alla marinara, impepata di cozze, acciughe alla camogliana, impanate o al verde, gamberoni sulla ciappa o alla catanese, orata al vino bianco e molto altro!

**PRANZO DI LAVORO**  
da martedì a venerdì **10€**

**MENÙ PESCE**  
Tutti i giorni pranzo e cena! **18€**

Prepariamo al momento... prendetevi tempo!  
E da noi il coperto non si paga!

**La TAVERNETTA**  
**Pesce FRESCO tutti i giorni!**

**CHIAVARI VIA ENTELLA 87 - 392.3014060**  
Trattoria La Tavernetta - Chiuso lunedì

## ESPERIENZE UNICHE al *filoverde*

### IL BRUNCH IN GIARDINO

Regalatevi l'esperienza di una colazione da re, di energia e di sapori perduti...  
Poi sarete pronti per andare in spiaggia o al lavoro carichi e soddisfatti fino a sera!

Tutti i giorni fino alle 12.00 ricco buffet con brioche artigianali, torte dolci e salate, affettati e formaggi, omelette, yogurt, estratti di frutta e verdura fatti al momento, pane, burro e marmellata, frutta fresca e cotta, biscotti e sorprese di stagione...

**Luglio Agosto SOLO 8€ anziché 12€**

**LA PIZZA IN PADELLINO**  
Soffice, croccante, inimitabile...  
Una specialità della città di Torino resa unica dalla doppia lievitazione e dalla cottura in tegamino. Provatela!

**VIENI A PROVARLA! da 5€ A 10€**

Tutto di nostra produzione con prodotti di eccellenza da aziende agricole selezionate -

**SCOPRI LE ALTRE PROPOSTE**  
Aperitivo del contadino (dalle 18.00)

La nostra cucina: cena tutti i giorni e pranzo venerdì, sabato e domenica

**CHIAVARI Via G.Cioni 1 (parallela uscita autostrada)**  
0185.1871611 | 333.6695642 | [www.filoverderistorante.it](http://www.filoverderistorante.it) | Chiuso Lunedì



# Un tuffo nel mare

Dove la natura regna incontrastata e le case hanno le porte aperte / m

Se per voi l'estate è sole, acqua cristallina e zero stress, ma avete anche necessità di stare in mezzo alla natura incontaminata allora dovete andare almeno una volta nella vita alle **Isole Egadi**. Sono tre isole (più altre minuscole), ognuna diversa dall'altra: **Favignana**, con la sua alternanza tra spiagge bianchissime e scegliere mozzafiato; **Marettimo**, una perla da vivere "come una volta"; **Levanzo** (foto 1), con la sua imperdibile Grotta del Genovese. Un piccolo arcipelago ricco di fascino e storia, oggi privato della sua tonnara storica, (vittima di leggi europee e interpretazioni italiane) che merita di essere riscoperto.

**Dove gli sconosciuti ti invitano a cenare con loro e le feste si organizzano in base al vento**

Si dice che non ci si dimentichi mai della prima volta in barca, e per l'aliscafo vale lo stesso: il porto di **Trapani** è un brulicare di turisti, bagagli e taxi, ma una volta a bordo tutto all'improvviso si allontana. Alla velocità della luce, si arriva a Favignana. Il modo migliore per visitare l'isola è la bicicletta (vedi pag. successiva) e se volete concedervi un tour in barca fatelo solo dopo aver esplorato la meraviglia di **Bue Marino** (foto 2) dall'alto: una scogliera scavata dall'uomo come approdo per caricare le navi del suo tufo così pregiato, che si butta direttamente in un'acqua così blu da lasciare il dubbio che sia vera. Passando di lì noterete che, nei buchi lasciati dal tufo asportato sono nati dei **giardini ipogei**, che sotto il livello della strada nascondono tesori naturali. Qui l'accoglienza è favolosa: se riuscite ad allontanarvi dalle vie

più turistiche, vi potrà capitare di **essere invitati come ospiti per cena a casa di chi vi ha noleggiato la bici**. Se vi piace la frizzante aria notturna mediterranea e avete voglia di divertirvi non cercate volantini o manifesti, ma chiedete a qualche ragazzo locale. Qui le feste si organizzano **nelle spiagge dove il vento è favorevole**, perciò sino a qualche ora prima non si sa mai dove si terranno.

**Qui il tempo si è fermato e ha lasciato solo il meglio**

Anche se gli aliscafi non sono i mezzi più economici su cui salirete nella vostra vita, vale la pena passare qualche giorno su **Marettimo**, un'isola sconosciuta ai più, ma che riserva esperienze uniche. Da subito noterete che nei suoi stretti vicoli **le porte delle case sono quasi tutte aperte** e le sedie fuori aspettano che arrivi il fresco per diventare la sede del chiaccericcio dei locali, intenti a commentare i ridicoli abiti con cui arriviamo noi turisti. Se vi lasciate trasportare potrete gustare **la granita più buona della vostra vita** in un bar che sulla porta di ingresso ha ancora la tenda fatta di perline, tavoli e sedie di plastica. Infine **montate in sella ad un asino** e inerpicatevi sulla cima della montagna. Avrete qualcosa da raccontare al vostro ritorno.

**La tonnara e la grotta del Genovese**

Non rinunciate alla visita della **Tonnara Florio** a Favignana, oggi un bellissimo museo, e ad un tour in barca fino alla **Grotta del Genovese** a Levanzo.





# delle EGADI

na attività e servizi basilari rischiano di chiudere



## Dimenticate l'orologio sulla meravigliosa Marettimo

Quando l'aliscafo vi sbarcherà a **Marettimo** (foto 3) il tempo, cronometrato con precisione del vostro orologio, avrà un susulto. L'impressione su quest'isola è davvero di essere ritornati in una dimensione più rilassata, dove traffico, Tv e notifiche restano ovattati tra il suono delle onde che si infrangono sulle scogliere. Qui la strada è una (foto 4) e non vedrete praticamente mai un'auto percorrerla. Più probabile invece incrociare gli asini che si inerpicano sull'asperità più alta dell'isola (**un'esperienza imperdibile**). Purtroppo però Marettimo, così bella e selvaggia rischia lo spopolamento: **la banca ha chiuso da anni e bancomat e posta sembrano a rischio**. I servizi più importanti per gli abitanti più distanti dalla costa di tutte le Egadi. Una storia purtroppo che conosciamo bene anche noi.



## Favignana: libertà, biciclette, calette e busiate

Favignana è il rumore delle cicale, la brezza sulla pelle e il solleone che scotta. Sensazioni che per tutti significano estate. **Favignana è l'estate**. Un consiglio: lasciate l'auto a Trapani e appena sbarcati noleggiare una bicicletta (foto 5). Posate i bagagli e iniziate a pedalare alla ricerca della vera essenza della libertà: vi saranno sufficienti una decina di minuti per trovarla. I 33 chilometri di costa sono un susseguirsi di emozioni: **Cala Rossa, Bue Marino, Cala Azzurra**, la costa nord aspra e selvaggia. Percorrete l'anello dell'isola tra sterrati, gallerie e sorprendetevi ogni volta che scoprirete una spiaggia non segnata sulla cartina. Arriverete in paese giusto in tempo per godervi un bel piatto di **busiate alla norma** all'ora di cena. Stanchi, ma pieni di gioia.



### BONUS: AL RITORNO NON PERDETE LE SALINE DI TRAPANI

Proprio sotto l'aeroporto si trovano le saline di Trapani e di ritorno dalle Isole Egadi val la pena fare uno stop. Meno famose delle saline di Marsala, spesso dimenticate negli itinerari per dare spazio a Erice o altri luoghi vicini, queste respirano ancora di quella Sicilia autentica che è un piacere riscoprire. Dopo la visita al Museo del Sale, che vi chiarirà qualche aspetto sulla produzione del vero sale marino di qualità, lasciatevi trasportare dal fascino del percorso tra le varie vasche delle saline e vi stupirete quanti colori diversi può assumere la stessa acqua semplicemente essendo a un diverso stadio di evaporazione. Ah, non dimenticate di andare per l'ora del tramonto: colori indimenticabili e un po' di brezza che fa sempre piacere...



**Trattoria LA REGINA**  
BARGAGLI  
Località Traso  
Tel 010/900744  
Aperto tutte le sere  
e domenica a pranzo  
Chiuso mercoledì

Antipasti ricchi e originali, taglierini al sugo di asino, ravioli cacio e pepe con crema al pecorino, tagliata di cervo, carne pepata ai petali di rosa, dolci super e molto altro da scoprire!

**NUOVA ERRE EFFE** La tua finestra sul mondo  
www.nuovaerreeffe.it  
Via S. Rocco 87 B2 Recco  
Tel 0185.722681

**AMPIA ESPOSIZIONE**  
serramenti in alluminio, pvc  
e legno - tapparelle - porte  
interne - porte blindate



● LUGLIO 1974, UNA STORICA SENTENZA CONSENTE L'APERTURA DI EMITTENTI LOCALI: ANCHE QUI FU UN'EPOCA D'ORO

# QUANTE TV AVEVAMO A LEVANTE!

## Nomi, volti, giochi, trasmissioni ed eventi epocali che hanno segnato la storia del territorio: ve li ricordate?

-di Antonino Di Bella

La televisione "libera" compie 45 anni: sembra incredibile ma fino al 1974 la RAI ha avuto il monopolio dell'informazione e della vita radio-televisiva d'Italia. I televisori erano in bianco e nero e c'erano solo due canali, il Programma Nazionale e il Secondo Programma. Da allora ne sono cambiate di cose: Tv satellitari, pay tv, web tv e il prossimo anno arriverà il TvD2 obbligandoci ancora una volta a comprare decoder o televisori con la tecnologia di turno. Inoltre la moltiplicazione dei canali non vuol dire una migliore qualità dei programmi... Ma com'era agli inizi? Potevano esserci solo emittenti locali e il Tigullio ne ha avute tantissime, incluse nell'elenco delle tv italiane sulla rivista **Millecanali**, vera "bibbia" di settore. Centinaia le persone che hanno permeato il settore, pertanto chiedo venia per eventuali dimenticanze.



Giuliano Vignolo (a sin.) con Marina Ravera di teleGolfo e Tito Mangiante, cameraman della Rai e di Entella Tv; regia 2 Riviere Tv



### LA PRIMA TV PRIVATA? NON È QUELLA CHE PENSATE

Scommetto che state pensando a Berlusconi, ma bisogna andare molto più indietro e anche più lontano. In molti credono che la "prima tv libera" fu **TeleBiella** costituita nel 1971 da Giuseppe "Peppo" Sacchi; in realtà l'ing. Gregorio già nel 1966 con la sua **TeleNapoli-TeleDiffusione Italiana** riuscì a portare nella città partenopea addirittura le immagini del Festival di Sanremo!

### LE MIRABOLANTI AVVENTURE DELLE TV DEL LEVANTE

Tra coloro che videro nella TV una nuova avventura e nuove opportunità ci furono tanti dei nostri, tra cui per primi **Peccerillo**, **Canтони**, **Paglalunga** e il giornalista **Mario Bitonte** che fondarono **TeleRapallo** con sede nel castello sul mare. Ma la vera rivoluzione culturale Italiana iniziò il 10 luglio 1974, con la storica sentenza della Corte Costituzionale che sancì la "libertà d'antenna" in ambito locale. Nel nostro territorio TeleRapallo era già pronta e perciò iniziò le trasmissioni alle ore 19 dell'11 luglio '74. Queste le prime parole di **Patrizia Bitonte**:

<Qui **TeleRapallo**, una iniziativa dovuta a uomini liberi per informare la città>. Poi venne trasmessa una partita registrata di Basket. L'attrezzatura era costituita da un banco regia, quattro telecamere, un mixer, tre videoregistratori (allora una novità) ma soprattutto tanta passione anche perché bisognava stendere qualche chilometro di cavi! A novembre le trasmissioni divennero a frequenza bisettimanale.

Parallelamente partirono nel Golfo Paradiso **TeleCamogli**, presso la sede di Radio Camogli, agli ordini di **G.B. Verdina**, mentre il Tigullio vide nascere nella città dei portici **TeleChiavari** che scelse come sede quella del Circolo Eraclea in via Costaguta grazie all'amicizia del maestro **Nicola Bradascio**. Se passate, ancora oggi c'è la targa del circolo chiuso ormai da decenni. La città non si fa trovare impreparata: nel pomeriggio di domenica 14 Luglio vennero effettuate alcune video interviste e riproposte in serata su telesori posti sul lungomare dove si accalcarono centinaia di persone incuriosite. **Gli intervistati poterono così vedersi, commentando ad alta voce le immagini. Chissà cosa penserebbero nel rivedersi al giorno d'oggi!** I pionieri di questo nuovo mezzo sono un gruppo eterogeneo composto da radioamatori chiavaresi, appassionati di elettronica e di musica, tra questi **Attilio Costaguta** di Lavagna. A loro si aggiungono dei "foresti" come l'amico **Verdina** da Camogli e i "rapallesi" **Adriano Paglalunga** e **Nino Antonucci** che prestano parte dell'attrezzatura smontandola appunto da TeleRapallo e rimontandola negli studi di Chiavari. A tutti i collaboratori si aggiunge poi un bambino di 11 anni con la passione per le tv e radio locali, che diventa la mascotte dello staff della prima, e unica, tv via cavo di Chiavari! Quel bambino ero io e ogni settimana, il Giovedì, per circa 2 ore scrivevo la programmazione annunciata da alcune giovani ragazze, come **Annalisa**. Si iniziava col videogoniale, poi il programma musicale chiamato **MusiChiavari** e poi interviste ai cittadini su temi di attualità e ai personaggi famosi che transitavano in città, come gli artisti che si esibivano al Teatro Cantero. Intanto i tecnici, sempre volontari, passavano cavi per tutto il centro allargando il pubblico potenziale.

### QUANDO AL BAR PIPPO SI BRINDO ALL'ARRIVO DEI CAVI TV!

L'autunno portò come novità la presenza dei televisori nei principali negozi del centro cittadino, ma bisognava collegarli alla sede centrale e allora ecco che i volontari provvedono a passare chilometri di cavo coassiale. Il permesso dell'allora sindaco **Luigi Gatti** dà la garanzia che si può andare avanti. Uno degli impavidi che si cimentano a stendere la ragnatela di fili è **Giuliano Vignolo**, già conosciuto cantante-musicista chiavarese e futuro inventore di programmi, autore di reportage e poi giornalista della carta stampata. Finalmente arrivano gli allacci ai negozi del **Carruggio Dritto**, quello di **Elio Rossi**, di **Zunino** e la **pellicceria Milano** ma anche la vetrina di **Sivori Viaggi**. ...e naturalmente la redazione de **Il Secolo XIX**. Passano i giorni e si allarga la zona "fino" da **Foto Mariuccia** in Galleria Garibaldi e dal **Bar Pippo** in Piazza N.S. dell'Orto. Quest'ultimo allaccio si festeggiò addirittura con un pranzo tanta era la gioia per il traguardo raggiunto! Ma durò poco: la mattina di Natale del '74 si fanno gli auguri in diretta dando appuntamento per l'anno nuovo con altre trasmissioni. Che però non ci saranno. L'avventura di TeleChiavari finisce, ma...

### IL CANALE FANTASMA

...Era pronta un'altra tv. C'erano altri appassionati del nuovo mezzo come **Errico "Erri" Devoto** figlio del proprietario del negozio di radio tv e musica **Pibiri** e **Molinari**. Avevano anche una discreta attrezzatura ma la cosa finì ancora prima di iniziare. Insomma ci fu anche una vera Tv fantasma!

### L'ANTENNA SOSTITUISCE I CAVI ED È BOOM DI NUOVI CANALI!

Nel 1975 un'altra sentenza della Corte Costituzionale dichiarò che la libertà di espressione si poteva applicare anche all'etere: finalmente il cavo che tanti problemi aveva dato a causa del territorio montuoso lasciava il posto alla trasmissione tramite ripetitori e antenne. La semplificazione della tecnologia fece nascere altre emittenti. Col nome **TeleLiguria** nacque un'emittente che in parte raggruppava anche **TeleCamogli** e **TeleRapallo**, anche se quest'ultima vivrà comunque di vita propria con la preziosa collaborazione in redazione di **Gino Peccerillo**. La sede sarà sempre il castello sul mare dividendo gli spazi con **Radio Riviera**. Nel 1977 TeleLiguria viene acquistata da **Alberto Monti** che ne trasferisce la sede al porto turistico Riva. TeleRapallo invece, come abbiamo visto, rimase indipendente facendo vita a sé. Rimanendo in zona, il giornalista **Cesare Lanza** prese contatti col sindaco del borgo più famoso al mondo per dare vita a **TelePortofino** che però rimase un sogno. A Chiavari sotto la direzione del patron **Alerano Ginocchio**, proprietario di un negozio di tv e hi-fi, **RadioStereoExpert 96** sperimenta le trasmissioni televisive con una telecamera fissa sullo speaker di turno. Da queste prove nascerà, dagli studi ospitati in alcuni locali del convento di S. Antonio, **TeleRadioChiavari ovvero TRC**: una delle prime trasmissioni fu la "messa in onda" della messa! Dopo circa tre anni si trasferì a Lavagna e nei nuovi studi nacquero trasmissioni sportive, giornalistiche come **Reporter** e **l'Edicola**, musicali con l'accompagnamento di **Raimondo Veronese**, un programma in genovese, non facendosi mancare la presenza di politici anche di livello nazionale. Del gruppo facevano parte tra gli

**PASTICCERIA GALLETTI**  
Regalati un delizioso momento di dolcezza  
**Biscotti, dolci tipici, pasticceria secca e torte per tutte le occasioni**  
Favale di Malvaro Tel 0185.975000  
www.pasticceriagalletti.it CHIUSO LUNEDÌ

Bottega Storica  
**LA CITTADELLA**  
Ingresso, dettaglio e vendita a peso "come una volta"  
Alimentari - Drogheria  
Prodotti per la casa - Giardinaggio  
Mangimi - Zootecnia - Trattamenti biologici  
Chiavari Via Doria 16 Tel 0185.309573

**FARINE bio e macinate a pietra**  
www.vivalafarina.it



# Guido Gagliardi VIVE A RECCO IL SUPERCAMPIONE DEL QUIZ TV L'EREDITA'

**Nessuno aveva portato a casa una cifra così importante: chi è, le curiosità dietro le quinte e come userà il gruzzolo**

- di Cristina Parente

In onda dal 29 luglio del 2002 su Rai 1 alle 18:50, L'eredità ha tenuto incollati davanti la tv milioni di spettatori, con 4100 puntate in cui si sono avvicendati diversi presentatori. Prima della consueta



pausa estiva lo show è andato in onda in un formato speciale di sei puntate chiamato "I Magnifici 7", nel quale si sono dati battaglia i concorrenti che hanno mantenuto più a lungo il ruolo di campio-

ne e che hanno vinto il montepremi più alto nella famigerata Ghigliottina. Tra loro c'era anche Guido Gagliardi: nato a Siena 50 anni fa, si è poi spostato a Pisa per studiare fisica e dopo la laurea ha raggiunto Genova per gli studi di dottorato. Dopo qualche anno all'estero per lavoro si è stabilito a Recco. Si definisce un 'foresto' anche se vive qui da mezzo lustro, e del resto non lo smentisce il suo accento tipicamente toscano. Lavora come ricercatore al dipartimento di fisica dell'Università di Genova, nel campo di ricerca della cosiddetta 'fisica delle interazioni fondamentali', che vuol dire andare a vedere nell'infinitamente piccolo quali sono le regole della natura. Inoltre insegna fisica e laboratorio ai ragazzi del primo e secondo anno: "I ragazzi sono stati i miei primi sostenitori durante questa cavalcata televisiva". Ma anche gli amici e la nonna lo hanno spinto a partecipare al gioco data la sua bravura già quando guardava la trasmissione da casa. Così si è proposto: "Non mi aspettavo di rimanere per ben 22 puntate. Ho

dovuto rifarmi il guardaroba per avere sempre un aspetto impeccabile!". Del resto in uno studio televisivo come quello dell'Eredità "Sembrava di essere su un'astronave, piena di luci, oppure a teatro, dentro una realtà onirica". Guido è stato affascinato dalla tecnologia impareggiabile e dalla bravura dello staff, in primis dalla bravura del conduttore, "un vero professionista, lucido, colto e instancabile, sempre pronto alla battuta". La sera in cui è andata in onda l'ultima puntata, ha festeggiato con gli amici di Recco e di Camogli con un'apericena, per concludere poi con una rimpatriata con gli amici di Pisa nel giorno del santo patrono. Il nostro Super Campione ha portato a casa un totale di circa 195.000 euro. La cifra vinta è importante, ma non tale da cambiare la vita, specialmente se si considerano le tasse. Come la userà? "Credo che farò un viaggio in qualche isola del Pacifico". Come preannunciato alcuni di loro saranno presenti anche nella prossima edizione in onda da settembre, quindi forse lo rivedremo in tv.

altri Giuliano Fogola, Giuliano Ravera, Salvatore Borda Andrea Cordano, Enzo Lombardo, ancora Giuliano Vignolo e Tito Mangiante il "cameramen volante" perché la sua passione per il volo lo portava a sorvolare con un deltaplano a motore tutto il Tigullio e fare belle riprese dall'alto. L'entrata in società del ragioniere Vittorio Chiesa aumentò la disponibilità economica e con essa l'investimento in nuove attrezzature arrivando oltre i confini regionali. Si cambiò anche il nome in 2 Riviere Tv poi con la costituzione della redazione di Sanremo fu raggiunta la costa francese e il Principato di Monaco e pertanto divenne 2 Riviere Tv Cote d'Azur. La popolarità diede la possibilità di creare nuovi programmi, arrivò Marina Ravera speaker di RadioPortofino e l'emittente farà crescere una generazione di giovani che daranno il contributo alla nascita di nuove radio. Purtroppo per motivi anche economici 2 Riviere Tv perse l'interesse del pubblico e quote di mercato pubblicitario, fu trasformata in TeleMare limitandosi a trasmettere un notiziario locale, uno regionale e qualche evento sportivo mentre il resto del palinsesto era quello della Tv Svizzera; poi piano piano scomparve dal panorama televisivo.

Agli inizi degli anni '80 dall'idea di Vignolo e Tito Mangiante nasce CTR il Centro Televisivo Regionale per produrre servizi, notizie, riprese di eventi ecc. da vendere a varie tv anche regionali e nazionali. La sede era a Chiavari in Corso Garibaldi. Alla fine degli anni '80 in quella stessa sede per iniziativa di Rinaldo Lanzarotto nasce a Rapallo TeleGolfo. Qui ritroviamo Giuliano Vignolo e Marina Ravera che curavano la redazione e conducevano il notiziario chiamato Agendario mentre alla regia c'era l'evergreen Tito Mangiante. La presenza sul territorio era garantita tra gli altri da collaboratori come Claudio Leandri, Franco Canavesio e alcuni cameramen. Arrivò a trasmettere quattro ore al giorno, poi scomparve nei primi anni duemila vittima come altre di un insieme di norme conosciute come Legge Mammi. Sempre a Rapallo nel 1989 nasce anche STV: uno dei fondatori, Davide Riccò, ricorda gli inizi <Il Comune cercava qualcuno che potesse trasmettere le sedute dei consigli e così io, mio



Paolo Pinat (terzo da sinistra) con alcuni amici

fratello Pier Luigi e Fabio Valente, decidiamo di accendere il primo ponte radio nel giro di pochi mesi. Lo studio era in via Laggiaro e poco importa se le riprese del parlamentino rapaltese cominciarono molti anni dopo>. L'emittente che trasloca prima a Santa Maria e poi in via Ferretto - attuale sede - univa informazione e intrattenimento. Alcuni programmi? La Scuderia, ambientato in un vero maneggio di Santa Maria, Occhio al peso, appuntamento serale a cui molti rapallesi non rinunciavano perché se vedevi in tv il tuo vicino di casa la curiosità aumentava. Si alzavano i toni col Faccia a faccia che metteva di fronte mondi opposti, come ambientalisti e cacciatori o credenti e atei. Insomma, un antesignano di "Ciao Darwin". Poi i terribili ricordi dell'alluvione del 1995 che devastò Rapallo e che Stv raccontò in diretta con gli inviati con l'acqua fino al ginocchio e il telefono che in redazione continuava a squillare per segnalazioni e richieste d'aiuto da parte dei cittadini. In studio

conduceva l'allora direttore Alberto Gastaldi, che oggi è un sacerdote. Tanti uomini e donne hanno fatto parte della vita di questa emittente rapaltese, un nome per tutti: Emilio Carta recentemente scomparso.

## QUELLE CHE RESISTONO

A Lavagna, il "re" dei ripetitori e dell'alta frequenza (a lui si deve l'arrivo delle tv estere) Paolo "Paolino" Pinat fonda nel 1986 Entella Tv. Inizia la collaborazione con CTR quindi da Chiavari, oltre che le dirette del carnevale Chiavarese, verrà irradiato fino al 1996 il quotidiano videogiornale letto da Giuliano Vignolo e Marina Ravera sotto la regia di Tito Mangiante mentre dalla sede vengono trasmessi mitici programmi come Vita du Castellu del compianto Elio Rossi, Punto sport, Samarcanda di Claudio Leandri già voce di Radio Portofino e le dirette della storica Torta dei Fieschi. Dopo la prematura scomparsa di Paolo ora l'emittente è saldamente in mano fa-

miglia Pinat, al timone la moglie Adriana e i figli, in particolare Marco che ricopre i ruoli di regista, cameramen e ideatore di programmi. Entella Tv è riuscita a far arrivare nel parmense il segnale con uno scambio con l'emittente Videotaro ora visibile sugli schermi tigullini.

Nel 1990 nasce presso la canonica della chiesa del Curlo di Leivi l'emittente diocesana TeleRadioPace. Si trasferisce poco dopo alla Casa Marchesani di Chiavari divenendo la voce della Diocesi con l'intento di promuovere la cultura della pace, del dialogo, del rispetto della persona nello spirito del Vangelo. Negli anni, consolidando un'intuizione dell'allora vescovo di Chiavari Mons. Daniele Ferrari, avvengono grandi cambiamenti con nuovi mezzi tecnologici. Tra i programmi vanno citati Direttamente su... la Domenica Sportiva con i protagonisti dello sport locale e la rubrica Noi Chiesa. Ma sicuramente l'evento che fece conoscere TelePace a livello mondiale, tramite la trasmissione via satellite, fu la visita di Giovanni Paolo II nel settembre 1998. Due giorni intensi in cui le immagini della colmata a mare, piena di persone sorridenti in attesa della messa del Papa, fecero del Tigullio il centro del mondo.

## DUE IDEE PER VALORIZZARE QUESTO PATRIMONIO

Concludo questo lungo excursus sulle tv locali proponendo due idee alle amministrazioni locali sapendo che soprattutto i sindaci di Chiavari e di Lavagna hanno assessori alla cultura sensibili alla storia del nostro territorio. Quindi, perché non intitolare un luogo o una via rispettivamente a due personaggi simbolo della comunicazione e cioè Giuliano Vignolo e Paolo Pinat? La seconda idea riprende anche un suggerimento di alcuni anni fa di Maria Stella Mignone, già assessore alla cultura di Chiavari ed ora del comune di Ne ed ex speaker di RadioPortofino, quella cioè di fondare un Museo della Comunicazione del Tigullio con quello che è un patrimonio storico di immagini, registrazioni audio, trasmissioni televisive, film e documentari, altrimenti poco reperibili e destinati all'oblio. Cosa ne dite?

**Bonavita**  
è ecologia

Corso Europa, 220 cancello (int.212) - 16132 Genova  
Tel. 010.380315 - Tel./fax 010.396396

Stabilimento: Via Campi, 88 - Località Ferriere (Lumarzo)  
Tel. 0185.964000

**NESTORI**  
Fiori & Garden shop  
GATTORNA  
0185.934697

Addobbi per cerimonie  
Fiori freschi, secchi e artificiali  
Piante da interno ed esterno  
Realizzazione terrazzi e giardini  
Servizio a domicilio

**CAP FERRADA DI MOCONESI**  
Via Colombo 59 0185.939751  
capgomme@libero.it

Convergenza elettronica  
Officina meccanica

Il cambio gomme  
non è più un peso!  
PAGAMENTO RATEALE  
A TASSO ZERO!





# QUANDO LE SPIAGGE ERANO LIBERE E CI SI "AMMURRAVA" SUGLI SCOGLI

Un viaggio nel tempo fra le spiagge del Levante, con gli occhi di un bambino dell'epoca, quando ancora per divertirsi ci si accontentava di poco



*Hai una  
storia da  
raccontare?*

Se siete cresciuti coi racconti di guerra dei nonni o li avete vissuti di persona, se siete a conoscenza di fatti, storie curiose o della tradizione ma anche recenti, scrivete a [redazione@corfole.com](mailto:redazione@corfole.com) oppure contattateci allo 0185.938009.

Con il Memorial dedicato a Eugenio Ghilarducci, nostro collaboratore e storico, portiamo avanti il suo lavoro per far sì che la storia locale non vada persa

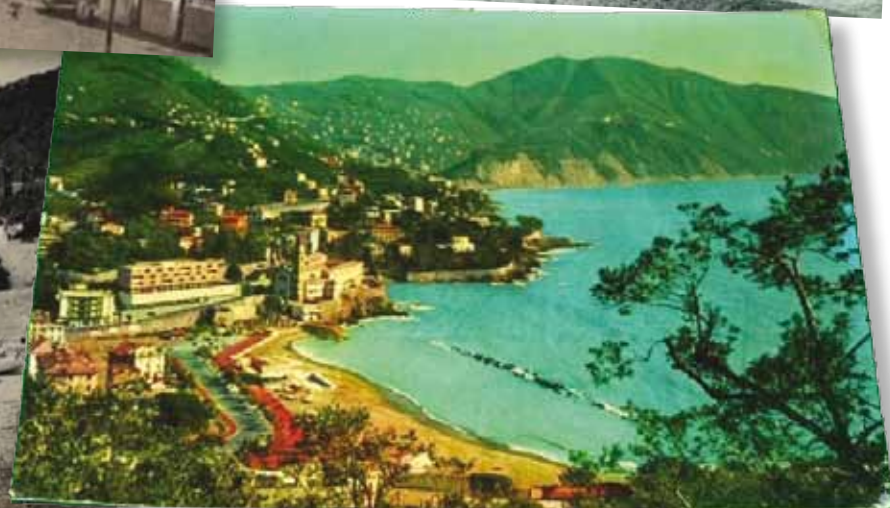
Quand'ero ragazzo, molte spiagge, spiaggette e scogliere del nostro Levante erano libere, accessibili a tutti gratuitamente. Poi, sempre più, sono state invase da cabine e stabilimenti balneari, chiuse da cancelli e privatizzate per andarci solo a pagamento.

## Calette da (Golfo) Paradiso

A Recco, la prima spiaggetta dove da bambino andavo con mio padre era il **Deriou**, dove la costa alta e rocciosa era un po' franata formando una piccola spiaggia di ciottoli e poca sabbia, vicino a grossi scogli. Ci si arrivava dall'Aurelia, con una strada che scendeva verso il mare, tra lecci e pini marittimi. In questa spiaggia ho imparato a nuotare: mio padre mi teneva coricato sul pelo dell'acqua, con una mano sotto la pancia e l'altra sotto il mento, dicendomi di sbattere i piedi per fare la schiuma e di muovere le braccia, finché un bel giorno riuscii a galleggiare e a nuotare senza aver bisogno del salvagente.

Un'altra spiaggia che si raggiungeva scendendo una *crosta* dalla Via Aurelia era il **Bordigotto**: dopo le ultime fasce di ulivi spuntava il mare azzurro con una scogliera piatta ed ampia. Si doveva scendere per un impervio sentiero, dando la mano al papà per non scivolare, tra cespi di ginestra, il cui profumo si mescolava con l'odore della salsedine. Sulla roccia costiera, qualche agave solitaria, protesa sul mare con la sua asta fiorita. Papà distendeva l'asciugamano e, coricati sopra, sentivamo il caldo abbraccio del sole e le "carezze" delle piccole onde che incontrano la roccia, con il suono della risacca che gorgogliava e sciabordava lambendo i bordi della scogliera. Un vero angolo di paradiso anche per fare il bagno lasciandosi andare sulla secca degradante nel mare.

La spiaggia preferita da ragazzo, era la **Gainella**, a Mulinetti, sotto le arcate del ponte della ferrovia: una piccola insenatura delimitata da un grande scoglio basso e largo, come una mano gigantesca poggiata sul mare, che continuava lateralmente con un'ampia grotta rientrante



*Sopra: spiaggia di Recco anni '20. Sotto: Punta S. Anna anni '40; veduta di Recco anni '60*

nella costa rocciosa e terminando con un'alta parete a strapiombo, davanti alla quale emergevano due scogli vicini a forma di piramide: le "puntette". In questa spiaggia avevo la mia prima barca, una piccola "lancia" di legno, sulla quale ho imparato a remare ed a costeggiare a remi da Mulinetti fino a Camogli ed a Sori.

## "Seccheeee... ammuraa"

Il divertimento più grande alla Gainella era con il mare mosso. A circa cento metri dalla riva, c'erano le "secche": ampi scogli che si alzavano dal fondo marino verso il pelo dell'acqua e con il mare mosso le onde cominciavano a schiu-

mare infrangendosi proprio lì. Allora, al grido di "**Seccheeee**", tutti noi ragazzi ci preparavamo schierati vicino alla riva, in attesa che l'onda ci raggiungesse e così poter "**ammurare**" verso la spiaggia, al grido di "**Ammuraaaa**": una specie di surf senza tavola, a corpo nudo, lasciandoci trasportare col collo teso sulla cresta dell'onda fino alla riva. Ed il mare spesso faceva scivolare il costume da bagno, che dovevamo prontamente tirar su tornando sulla spiaggia.

## La vita in simbiosi col mare

Mi piaceva pescare con la mia canna di bambù, dall'alto degli scogli: le *scigule* (ziguelle, pesci di piccola taglia) dai colori vivaci, le occhiate con la macchia nera sotto l'occhio, i saraghi piatti ed eleganti, le bughe che con i loro affilati dentini riuscivano spesso a tranciare la lenza se non c'era un amo lungo; ogni tanto abboccava qualche *bousa* da rigettare subito in mare, perché non buona per la frittura. Mio fratello Piero, invece, si dedicava alla pesca subacquea con maschera e pinne: le sue prede preferite erano i polpi che scovava nelle grotte delle scogliere o staccava dagli scogli con le mani, tra spruzzi di liquido nero e tentacoli che si attaccavano alle braccia e lui, svelto, a rovesciarli per tramortirli. Ricordo che un'estate riuscii a prenderne più di centocinquanta.

*Testimonianza di Giovanni Sale, Rapallo*

**MACELLERIA  
TORRE**

>>Macellazione propria<<

Carni scelte di bovini,  
ovini, suini e pollame  
Salumi, insaccati  
e specialità  
di nostra  
produzione



Calvari Via D. Cuneo 302  
Tel 0185.358069

**Ristorante  
Chiapparino**

Cucina casalinga - piatti tipici liguri  
Si consiglia la prenotazione



USCIO Via Colle Caprile 35  
0185.91279 - 339.1500808  
Chiuso il giovedì





# ONETO: bergamaschi, siciliani o liguri? E il cognome si deve a un bosco o a un fiume?

Un'ipotesi lo lega all'omonimo torrente lombardo,  
un'altra ai monti e un'altra ancora al mese di nascita



A sin. il Piano di Oneto sul Passo del Biscia (NE), a destra uno scorcio della frazione di Villa Oneto (S. Colombano Certenoli)

## A BERGAMO ONETO È UN FIUME

Il cognome è diffuso soprattutto in Liguria, in particolare nel Chiavarese e in Fontanabuona. Penso pertanto che sia da escludere la derivazione fatta da alcuni che riprendono l'idronimo Oneto, torrente del bergamasco che si origina dal Lago di Gaiano, dirigendosi verso il torrente Borlezza, dove confluisce dopo un percorso di alcuni chilometri. In Val Seriana esiste anche il comune di Oneta che deriverebbe il nome dal torrente che a sua volta prenderebbe il nome da *alnum*, l'ontano, quindi *alnetum*, bosco di ontani.

## ORIGINI LIGURI DOC

Il cognome potrebbe anch'esso derivare dal nome latino dell'ontano e territorialmente troviamo il **Piano di Oneto** (presso il Passo del Biscia) e **Villa Oneto** in Fontanabuona. È molto più attendibile pertanto un'origine ligure del cognome. Il Pian di Oneto è una vasta depressione nell'alta Val Graveglia che, dal punto di vista geomorfologico, può essere definita una dolina, e rappresenta una chiara testimonianza di un'evoluzione carsica del paesaggio. Questo piano in caso di piogge intense e prolungate non riesce a smaltire tutta l'acqua e la conca si trasforma in un vasto acquitrino. Villa Oneto è invece una frazione del comune di San Colombano Certenoli, nota anche per la presenza di ruderi di una piccola chiesa con una insolita struttura a croce greca e absidi ai quattro lati che potrebbero datare addirittura ai secoli prima del Mille.

Esiste anche un'ipotesi che farebbe derivare il cognome Oneto da *Odoneto* (Oddo, Odone, Odoneto varianti di Otto, Ottone, Ottonetto) che potrebbe significare nato nell'ottavo mese.

## IL CEPPO SICILIANO

Oltre alla diffusione ligure, il cognome ha anche un ceppo a Palermo; si trovano notizie degli Oneto fin dal Trecento quando dal Piemonte i principi di San Bartolomeo (CN) si trasferiscono in Liguria, e del ramo siciliano degli Oneto sin dal Cinquecento quando li troviamo Signori e Duchi di Sperlinga (EN) e poi Visconti di Francavilla (ME).

## PERSONAGGI ILLUSTRI

Possiamo ricordare **Giovanni Battista Giacomo Oneto**, nato a Genova nel 1790 e morto nel 1873. Banchiere, fu Presidente della Camera di commercio di Genova e poi membro del Consiglio di reggenza della Banca nazionale degli Stati sardi. Nel 1849 fu eletto senatore del Regno di Sardegna. Un **Gian Battista Oneto** nacque a Rapallo nel 1983 e fu campione italiano under 23 nel 2008 di fioretto maschile, cresciuto nella Società Club Scherma Rapallo e in forza al C. S. Aeronautica militare. Da ricordare anche **Gilberto Oneto** (Biella, 1946-Verbania, 2015) un architetto, giornalista e scrittore italiano, autore nel 2013, tra l'altro, del libro "L'importanza di essere Oneto". Infine, ricordiamo Francesco Oneto, ricco commerciante e banchiere, che nel 1882 per la sua famiglia commissionò allo scultore Monteverde quella che diventerà una delle opere più note del Cimitero di Staglieno: "L'angelo della morte". Un monumento fu-nebre che testimoniando come la crisi delle certezze stesse ormai investendo proprio la classe che ne era stata la più accesa fautrice.



**ELETTROMAX**  
VENDITA E  
INSTALLAZIONE  
ELETTRODOMESTICI  
TELEVISIONI  
SISTEMI AUDIO E VIDEO  
ILLUMINAZIONE  
LISTE NOZZE

San Salvatore di Cogorno  
Corso IV Novembre 28  
0185.380416

**DENTRO & Fuori**  
BIANCHERIA PER LA CASA

Lenzuola, copriletti,  
asciugamani, tende, tessuti,  
tappeti, gommapiuma,  
cuscini - anche su misura

Liste nozze

GATTORNA 0185 934443  
aperti anche la domenica

## L'ANGOLO ZENEIZE



**Parole e  
modi di dire**

A cura del  
prof. Franco Bampi

## Bónn-e vacanse!

Ormai si tende a dire **estæ** (estate), ma in genovese meglio sarebbe dire **stæ** (in italiano antico: state). E **de stæ** (d'estate) si sta a disagio quando **gh'é sófo-co** (c'è afa) ovvero quando c'è **macàia** (tempo umido): allora non ci resta altro che aspettare la **sciughêa** (tempo asciutto).

Uno dei rimedi estivi è allora quello di andare alla **mænn-a** (marina, spiaggia), termine che oggi si usa poco preferendo dire **bàgni** oppure **spiàgia**, dimenticando completamente l'antica parola **ciàzza** (spiaggia) detta con la "z" dolce perché, attenzione, la ciàssa è la piazza!

Un tempo il **mâ** (mare) era poco inquinato, ma potevi trovare la **möca** (ralla), un untume nero causato dalla pulizia dei serbatoi delle navi in rada. Ciò non impediva alle **patêlle** di attaccarsi agli **schéuggi** (scogli) e a noi di pungerci con un **zîn** (riccio di mare). Non di rado si incontravano delle **gritte** (granchi piccoli) e talvolta dei **fòuli** (granchi grossi e "pelosi"). Le gritte si usavano come **lésca** (esca) per prendere i **pórpi** (polpi), azione questa che si dice **porpezâ** (andar per polpi), ma che Marzari, e non solo lui, ha sempre usato maliziosamente per "palpeggiare". Progenitore dell'indispensabile **frigorifero** era, per chi poteva permettersela, la **giasêa** (ghiacciaia), ma ancor prima, per proteggere il cibo dagli insetti, si usava la **moschêa** (moschiera) e il **læte** (latte) si conservava al fresco della notte in **sciâ ciappa do barcón** (sul davanzale).

L'**aiétta** (arietta) ha sempre fatto piacere al punto da avere più parole: **bíxa** (filo d'aria), **bríxa** (brezza) e **æxia** (brezza mattutina). E quando fuori **no gh'é 'na bâva d'âia**, viva i condizionatori!

**Âia de fisûa, âia de seportûa**





# LA PAROLA AGLI ESPERTI

Per richieste, domande e consulenze potete rivolgervi ai contatti indicati | Sei un professionista e vuoi avere la tua rubrica? Contattaci.

## #DirittoUtile



**avv. Gabriele Trossarelli**  
Studio a Chiavari  
e a Gattorna  
Per quesiti legali:  
**Tel 0185.931015**  
gtross@libero.it



### TESTAMENTO OLOGRAFO DISTRUTTO DAL TESTATORE

Vincenzo (nome di fantasia per motivi di privacy) ci scrive di essere stato istituito erede da Giovanni (nome di fantasia per motivi di privacy) in base ad un testamento olografo. Vincenzo ci fa sapere di essere a conoscenza del fatto che Giovanni, prima di questo testamento ne aveva redatto un altro che è stato distrutto dal testatore prima di redigere il secondo. Vincenzo chiede se il secondo testamento sia comunque valido.

Mi sento di tranquillizzare il nostro lettore. Infatti, in base a quello che scrive, il secondo testamento è valido per una duplice ragione. Prima di tutto è un principio generale quello secondo il quale tra due testamenti incompatibili tra loro prevale quello redatto successivamente. In secondo luogo una recente pronuncia della Cassazione (che richiama un orientamento più risalente) la distruzione del testamento olografo costituisce un comportamento concludente avente valore legale, sia in ordine alla riconducibilità della distruzione al testatore, sia in ordine all'intenzione di quest'ultimo di revocare il testamento, salva la prova contraria in ordine all'assenza di un'effettiva volontà di revoca (si veda Cass. n. 10847/2019 del 18/04/2019).

### SULLA CAPACITA' DI REDIGERE TESTAMENTO

Marcello ci chiede se la dichiarazione del notaio di non avere riscontrato nella persona del testatore alcuna apparente incapacità a testare possa precludere la possibilità di dimostrare la reale incapacità di intendere e volere del testatore al momento di disporre delle sue sostanze. Anche in questo caso mi sento di tranquillizzare Marcello. Infatti, secondo una recente pronuncia della Cassazione in tema di testamento pubblico, "lo stato di sanità mentale del testatore, seppure ritenuto e dichiarato dal notaio per la mancanza di segni apparenti di incapacità del testatore medesimo, può essere contestato con ogni mezzo di prova, senza necessità di proporre querela di falso poiché, ai sensi dell'art. 2700 c.c., l'atto pubblico fa piena prova delle dichiarazioni delle parti e degli altri fatti che il pubblico ufficiale attesti essere avvenuti in sua presenza o da lui compiuti, ma nei limiti della sola attività materiale, immediatamente e direttamente richiesta, percepita e constatata dallo stesso pubblico ufficiale nell'esercizio delle sue funzioni" (si veda la recente Cass. n. 2702/2019).

## #fiscoAgevolazioni



**dott. Francesco Mandolino**  
Commercialista  
Per consulenze:  
**0185.934120**  
**340.2984225**  
www.studiomandolino.it



### RECUPERO DELLE RITENUTE SUBITE DA MINIMI E FORFETTARI

Accade spesso che il contribuente che ha aderito al regime forfettario o al regime dei minimi, subisca una ritenuta seppur non sia soggetto a tale obbligo.

Infatti, benché tali soggetti siano esonerati dal subire il prelievo alla fonte, non è raro che un committente la operi comunque.

I ricavi e i compensi percepiti dai contribuenti che applicano i predetti regimi agevolati non sono assoggettati a ritenuta d'acconto da parte del cessionario/committente che effettua il pagamento della fattura.

I contribuenti dovranno a tal fine rilasciare un'apposita dichiarazione al sostituto dalla quale risulti che il reddito cui le somme percepite afferiscono è soggetto all'imposta.

#### Come comportarsi invece se il contribuente le ha subite?

Vi è la possibilità di far valere direttamente nel modello dichiarativo il prelievo alla fonte (ancorché non dovuto) con riferimento ad esempio alle ritenute relative agli interventi di recupero del patrimonio edilizio e di riqualificazione energetica: si pensi ad un artigiano che emette fattura per il rifacimento di un appartamento oggetto di ristrutturazione e subisce dalla propria banca la corrispondente ritenuta.

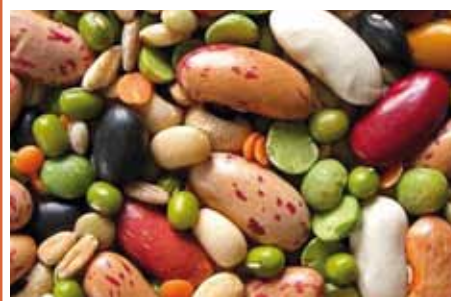
In particolare le ritenute vanno evidenziate al rigo RS40 rubricato "ritenute regime di vantaggio e regime forfettario - casi particolari"; conseguentemente, dette ritenute possono essere normalmente scomputate nel quadro LM, al rigo LM41, ovvero nel quadro RN, al rigo RN33 col. 4. Le indicazioni precedentemente descritte possono applicarsi, in generale, a tutte le ritenute erroneamente subite dai contribuenti forfettari, purché siano stati effettuati gli adempimenti previsti dalla relativa disciplina (devono essere certificate dal sostituto e da questi indicate nel proprio Modello 770).

Per evitare di subire la ritenuta, so che alcuni istituti bancari con cui ho contatti hanno la possibilità di inserire nell'anagrafica del conto corrente utilizzato per la ditta, la segnalazione di non operare la trattenuta sui bonifici per detrazioni.

## #inForma



**dott.ssa Grazia Lo Presti**  
> Scienze dell'alimentazione  
> Chirurgia generale  
Per appuntamenti:  
**346.6684585**  
dotlopresti@gmail.com



### ECCO FINALMENTE L'ESTATE! COME PREPARARSI

Tutti vorremmo avere un bel corpo, magro e tonico da sfoggiare in spiaggia.

Ricordo il caso di Laura, una bella signora di 52 anni, da poco in menopausa. Ha preso circa 5 chili in due anni, anche se si sforza di mangiare poco, soprattutto pochi dolci.

La faccio accomodare nel mio studio e cerco di metterla a suo agio, le faccio raccontare con precisione che cosa mangia nell'arco della giornata e capisco subito che assume troppi carboidrati e poche proteine. Le prescrivono una dieta povera di carboidrati e ricca di proteine della carne, del pesce e dei legumi. Questo tipo di dieta è molto facile da seguire, è comunque concessa una piccola porzione di pane a pranzo e cena.

La dieta si basa su ricche porzioni di verdura accompagnata dalla carne o dal pesce, cucinate alla griglia, al vapore e lessi, ma anche al forno e fritti in olio E.V.O., purché l'olio sia pulitissimo e venga poi tolto dalle pietanze con la carta da cucina. Un buon apporto proteico consente di avere muscoli tonici, soprattutto se alla dieta si accompagna attività fisica, magari una bella passeggiata a passo spedito. In questo tipo di diete è molto importante tenere conto dell'indice glicemico dei cibi e quindi scegliere sempre alimenti a basso o medio contenuto glicemico, evitando i cibi ad alto indice glicemico e poi sono anche quelli più ricchi di calorie. Dopo una prima fase in cui la dieta si basa essenzialmente su cibi proteici accompagnati da abbondanti porzioni di verdura, si introducono i legumi, soprattutto i piselli e fagiolini che costituiscono un'eccellente fonte di proteine vegetali e carboidrati.

Infatti una dieta sana dovrebbe essere costituita da carboidrati complessi, legumi, olio extra vergine d'oliva, abbondanti porzioni di verdura e frutta a basso contenuto glicemico, proteine animali soprattutto derivate dal pesce e una piccola quantità di proteine derivate dalla carne e dai latticini.



## #naturAmica



**dott. Davide Rufino**  
Naturalista e zoologo  
> Scrittore e Divulgatore  
> Operatore ENPA Genova  
In caso di animali selvatici feriti o abbandonati **010.7212178**



### IL GUFO REALE: UNA CREATURA MERAVIGLIOSA CHE... NON GUFA

Poche creature destano un misto di ammirazione, fascino, rispetto e meraviglia come il gufo reale (*Bubo bubo*), il più grande fra tutti i gufi viventi. Basti pensare alle sue dimensioni da record: le femmine, più grandi dei maschi, possono superare i 180 cm di apertura alare e i 4 kg di peso. Un rapace immenso e maestoso, dotato di grandi artigli e di un piumaggio gonfio e soffice, dai colori incredibilmente complessi e criptici. La parte superiore è bruno-rossiccia, fittamente screziata, mentre inferiormente presenta un piumaggio giallo crema barrato e macchiettato di scuro. I suoi ciuffi non sono orecchie, come molti pensano, ma lo aiutano a mimetizzarsi e a comunicare il suo stato umorale ai suoi simili. Completano il quadro due enormi occhi di colore arancione acceso e un becco affilato, breve, robusto e adunco.

Il re dei gufi non è facile da avvistare, ma vive anche dalle nostre parti: contrariamente a quanto si pensa, non abita i tronchi degli alberi ma preferisce di gran lunga le gole e le pareti rocciose, dove la sera fa echeggiare il suo inconfondibile richiamo territoriale. Generalmente è tranquillo, sicuro della sua stazza, ma non esita a scacciare e predare rapaci più piccoli quando se ne presenta l'occasione. Il suo volo silenzioso, la vista prodigiosa e l'eccellente udito lo rendono una perfetta macchina da caccia: vista la potenza degli artigli e la forza dei muscoli, è in grado di uccidere e sollevare mammiferi di una certa entità, come conigli e lepri. Caccia preferibilmente al tramonto, ma grazie alle sue capacità può spostarsi e volare con sicurezza anche nell'oscurità quasi totale. Visto da sempre come portatore di sventura (al pari di tutti gli altri gufi e civette), è in realtà un essere fondamentale per l'ecosistema in quanto grande predatore. E in quanto grande predatore, non è numeroso per definizione. Tuttavia, la sopravvivenza del gufo reale è messa a rischio dalle modifiche ambientali dovute alle attività umane.



# LA PAGINA DELLA SALUTE

Per richieste, domande e consulenze potete rivolgervi ai contatti indicati | Sei un professionista e vuoi avere la tua rubrica? Contattaci.

## PODOLOGO

dott.ssa Federica Affannato  
Laureata in Podologia

**327.6319162**

**Gattorna** Via del Commercio 65

**Chiavari** unità di medicina generale Via Prandina 29

**Torriglia** presso Croce Rossa Via A. Guano 18

**A domicilio** per persone disabili o allettate



## DISTORSIONE ALLA CAVIGLIA RECUPERARE COL METODO P.R.I.C.E.

La distorsione di caviglia è la **perdita momentanea e non completa dei rapporti articolari** dovuta a un movimento non corretto. A seconda del meccanismo traumatico può provocare lesioni parziali o totali dei legamenti o della cartilagine articolare fino a produrre a volte anche la frattura dell'osso. La distorsione è molto frequente e si può verificare in ogni fascia di età, per esempio camminando su terreni sconnessi, un cambio di direzione improvviso, un salto solo per citare alcuni dei meccanismi traumatici.

La **fase di recupero** della piena mobilità articolare e la scomparsa del dolore e del gonfiore può essere lenta e se trascurata può causare **rigidità e inefficienza funzionale** che non porteranno mai ad una completa guarigione. Nelle distorsioni di lieve entità il quadro clinico più frequente è il dolore, capacità incompleta di caricare l'arto, tumefazione e stiramento di uno o più legamenti, la cui rottura delle fibrille può determinare una leggera ecchimosi. **Il legamento più frequentemente soggetto a lesione è il peroneo astragalico anteriore.** La cura segue l'acronimo P. R. I. C. E., dove P sta per protezione con bendaggio compressivo, R per riposo, la zona lesa deve essere esente dal carico per qualche settimana, con ripresa dell'attività in maniera graduale, I per ice ossia ghiaccio, che attraverso la vasocostrizione riduce la tumefazione, C per compressione sempre ottenuta grazie al bendaggio elastico che favorisce la riduzione dell'edema e infine E per elevazione, l'arto lesa in posizione declive favorisce il ritorno venoso e mantiene in scarico l'articolazione

## DENTISTA

Dott. Francesco Ferraris  
Medico odontoiatra

**0185.931066 - 010.313895**

**Gattorna** Via del Commercio 80

**Torriglia** Piazza Cavour 18/2

**Genova** Via Bernardini 2/3

Disponibili 7 giorni su 7



## NESSUNA VERGOGNA CON IL DENTISTA FATELO PER LA VOSTRA SALUTE

**Troppo spesso si sente questo ragionamento:** "Ho avuto altro per la testa e saranno più di dieci anni che non vado dal dentista. Ormai mi vergogno. Ormai lascio andare le cose come andranno e mi farò più avanti la dentiera".

Rimandare la visita è fortemente sconsigliato, soprattutto perché spesso si sottovalutano alcuni importanti problemi:

- **di salute generale** (spesso i cardiologi dicono a noi dentisti di curare imperativamente ogni sito di infezione in pazienti con problemi di salute); avere infezioni in bocca fa stare tutto l'organismo in una situazione di 'combattimento' e di stress;
- **di bocca**, senza entrare nei dettagli, è facile perdendo alcuni denti, perdere la posizione corretta della mandibola, che è complessa da riacquisire

A volte si evita la visita perché ci si sente obbligati andando dal dentista a 'dover' eseguire tutte le cure, anche se non è il momento adatto (economicamente o per altri pensieri).

Il consiglio, anche chi si è trascurato per molto tempo, è di non avere alcun timore a **parlarne apertamente col dentista di fiducia**, che saprà aiutarvi a programmare le eventuali cure suggerendo soluzioni e tempistiche più adatte alla vostra situazione

## OSTEOPATA D. O.

dott.ssa Ilaria Basso  
spec. in Osteopatia Pediatrica

**347.1585425**

**Gattorna** Via del Commercio 52/2

**Bargagli** Via A. Martini 169

**Chiavari** Viale Arata 2



## ANSIA E STRESS: VIVERE IN "ALLERTA" FA MALE L'AIUTO CHE PUÒ DARTI L'OSTEOPATIA

Lo stress e i disturbi d'ansia sono importanti fattori patogeni. Oggi si sa infatti che queste condizioni, quando sono croniche, predispongono a malattie. L'osteopatia le riconosce nel corpo ed è consapevole che non si possono separare piano fisico e piano psichico. Molti disturbi fisici, infatti, hanno origine a partire da problematiche legate allo stress, ad emozioni forti, traumi e conflitti interiori.

Il lavoro sul corpo aiuta a **sciogliere le tensioni che imprigionano la persona in una serie di contratture e "atteggiamenti viziati"** che poi possono trasformarsi in mal di schiena, cervicalgia, mal di testa, bruxismo e altre patologie, aiutando anche a liberare le emozioni negative che sono alla base di tali tensioni.

L'osteopatia riesce a dare "coscienza" corporea a quelle aree del corpo che sono dominate da emozioni che spesso non arrivano a livello di coscienza. Ed è per questo che con il trattamento, **sciogliendo le tensioni e cambiando in una certa misura gli schemi muscolari** (postura), si può arrivare ad influenzare anche la sfera psichica.

In che modo riesce a farlo? **Lavorando ed agendo sul sistema nervoso autonomo**, il sistema che presiede a tutte le funzioni vitali che sfuggono al controllo della volontà e adibito al mantenimento dell'equilibrio di tutto l'organismo.

## OTORINO

dott.ssa Alessandra Grillone  
Medico chirurgo

**348.6568508**

**Gattorna** Via del Commercio 52/2

**Genova** Centro Medico Via de Amicis 6/4

e Centro Medico Manara Via Custo 11/r



## ARRIVA L'ESTATE: ATTENZIONE ALL'OTITE DEL NUOTATORE

L'**otite esterna** è chiamata anche "da piscina" o "**del nuotatore**" perché in genere si instaura a seguito di un ristagno d'acqua nell'orecchio, più probabile in chi passa tanto tempo in acqua, al mare o in piscina, ma che si verifica anche in altre condizioni: i microtraumi provocati dall'uso di **cotton fioc (sempre sconsigliati!)** o dall'uso prolungato di **auricolari**; l'impiego di **prodotti detergenti** (bagnoschiuma, shampoo) molto aggressivi.

L'otite esterna è più frequente in soggetti che soffrono di malattie della pelle, diabetici o con una conformazione particolarmente stretta del condotto.

I primissimi sintomi sono in genere **il prurito e la sensazione di orecchio ovattato**. A questi può aggiungersi il dolore, avvertibile tendendo verso l'esterno il padiglione auricolare, oppure deglutendo o sbadigliando.

La prima cosa da fare in presenza di un'otite esterna è evitare, almeno per qualche giorno, di far entrare altra acqua nell'orecchio. Quindi per prevenire l'infezione sono fondamentali alcune regole igieniche: risciacquare con acqua dolce le orecchie dopo il bagno in mare o in piscina ed asciugarle bene con l'asciugamano (che deve sempre essere di uso personale). ; indossare la cuffia quando si va in piscina; evitare l'utilizzo di cotton fioc, che alterano la pellicola di batteri naturalmente presente lungo il condotto uditivo. Per rimuovere il cerume che si deposita all'esterno del condotto basta semplicemente un asciugamano o un fazzoletto, senza esagerare con la rimozione, perché anche il cerume ha una funzione protettiva.



# APPUNTAMENTI IMPERDIBILI

da tagliare e conservare

Fai conoscere il tuo evento o locale in tutto il Levante, Genova e non solo!

Esserci fa la differenza: scrivi a [redazione@corfole.com](mailto:redazione@corfole.com)

## LUGLIO

DOM  
7

### SGARBI LEGGE DANTE A NEIRONE

Il noto critico terrà la conferenza dal titolo "Dante a Sestri di Neirone" dove passò il Sommo Poeta. Ore 21, ingresso libero.



### PREMIO BINDI: MORGAN A SANTA

Omaggio a Fabrizio De Andrè e premizioni finali  
Info: [www.premiobindi.com](http://www.premiobindi.com)



LUN  
8

### IMPARA AD USARE PC E SMARTPHONE

È arrivato il momento di prendere in mano la tecnologia e imparare a essere padroni dei nostri computer e telefoni con il corso personalizzato e a domicilio, **garantito da Corfole!** Info: 0185.938009

MER  
10

### CINEMASORI

La cittadina del Levante ospita il grande cinema ogni settimana, con titoli diversi che saranno proiettati presso la Sala Enzo Costa.  
Sori, Sala E. Costa - Ore 21:30 - Info: [www.salenzocosta.com](http://www.salenzocosta.com)

GIOV  
11

### CACCIA AL TESORO

Il borgo di Moneglia prende vita con uno dei classici giochi che fanno divertire grandi e piccini: la caccia al tesoro. Chi riuscirà a trovarlo per primo?  
Moneglia - Ore 17:30 - Info: 0185 49888

VEN  
12

### APERITIVO IN GIARDINO

Casa Carbone offre la possibilità ai suoi ospiti di gustare un aperitivo speciale nella suggestiva ed elegante cornice del giardino nel pieno centro di Lavagna.  
Lavagna, Via Riboli 14 - Info: 0185 393920

SAB  
13



### A PRANZO NEL VERDE

Se il caldo estivo non vi lascia in pace fatevi ispirare da Corfole e scappate nel fresco entroterra del Levante! Tantissimi ristoranti, trattorie e agriturismi vi aspettano a braccia aperte per farvi gustare le loro prelibatezze, finalmente al fresco!  
Trovate i ristorante sfogliando questo numero di Corfole



DOM  
14

### MERCATINO DELL'ARTIGIANATO

Nella splendida cornice di San Michele di Pagana, un'ottima occasione per visitare il borgo e scoprire nuovi interessanti oggetti artigianali!  
Rapallo, San Michele di Pagana - Ore 21:00 - Info: 0185 680 1

MER  
17

### FESTIVAL DELLA PAROLA (SPIN-OFF)

L'unica data estiva del Festival della Parola di Chiavari, dove si discuteranno temi di attualità e di impegno civile.  
Chiavari, Piazza Fenice - Info: [www.festivaldellaparola.eu](http://www.festivaldellaparola.eu)

GIO  
18

### VISITA ALLE AGORAIE

Una breve escursione attraverso la Foresta delle Lame fino alla Riserva Naturale Orientata delle Agoraie, con i suoi laghetti e le piante rare  
Rezzoaglio, Lago delle Lame - Ore 9:00 - Info: 0185 343370

SAB  
20



## CORRETE!

Gioiattolo, civiltà contanina e curiosità naturalistiche

### SONO APERTI IL POLIMUSEO E IL MUSEO DEL VIDEOGIOCO

H15.30/19.30 - INGRESSO E GIOCHI GRATUITI  
GATTORNA PALAZZO SCUOLE MEDIE INFO: 338 593 3282  
(Prossima apertura 21 settembre)

### IL DONATORE DEL MESE

Direttamente dagli USA ringraziamo Steve e Beth per la loro consueta cortesia, l'amicizia e questa volta pure una donazione: un APPLE II. SE ANCHE VOI AVETE DEI VIDEOGIOCHI, CONSOLE O ALTRO MATERIALE A TEMA POTETE DONARLO AL MUSEO. PASSATE A TROVARCI: INGRESSO E GIOCHI GRATUITI PER TUTTI!



DOM  
21

### PALIO MARINARO DEL TIGULLIO

Gran finale del Palio Marinaro edizione n°60, che dopo Rapallo e Sestri Levante approda anche a Chiavari dove verrà assegnato il titolo. Seguiranno concerto di Antonella Ruggiero e stand gastronomici  
Chiavari - Info: 328 0159553



SAB  
27

### TI RACCONTO L'ABBAZIA

La storia, l'ambiente, la cultura materiale, i restauri e gli episodi che hanno fatto da teatro a oltre mille anni di questo suggestivo angolo di Liguria  
Abbazia di San Fruttuoso di Camogli - Ore 13:00 - Info: [www.fondoambiente.it](http://www.fondoambiente.it)

DOM  
28

### AIONA, LA MONTAGNA MAGNETICA

Escursione sul lunare altopiano roccioso che rende unica questa montagna fanno da scenario a questo itinerario ricco di piante, stagni e rocce particolari.  
Santo Stefano D'aveto - Info e costi: 0185 88046

## AGOSTO

VEN  
2

### AMICI DEL PONTE

Dal 1 al 4 Agosto l'imperdibile sagra degli Amici del Ponte a Sestri Levante, con piatti speciali e musica. I proventi saranno investiti in opere per la comunità.  
Parrocchia di Santo Stefano del Ponte, Sestri Lev. - Info: 320 835 1821

SAB  
3

### INSIEME A SAN MARTINO DI NOCETO

Sabato 3 e Domenica 4 festa con musica e stand gastronomici sulle alture di Rapallo, con la presenza di Maurizio Lastrico (3/8) e Giuliano Fogola (4/8)  
San Martino di Noceto, Rapallo - Dalle 19:30 - Info: 0185 680 1

DOM  
4

### GENOVA BALLA

A Genova arriva la nuova edizione della "Porto Antico Estate Spettacolo", con la Genova HipHop Festival Summer Edition, concerto di Colle Der Fomento  
Piazza delle Feste, Genova - Info: [www.visitgenoa.it](http://www.visitgenoa.it)

VEN  
9

### CINEPASSIONI

Una mostra dedicata al cinema, in particolare alla Cineteca D.W. Griffith, alla Collezione intitolata a Stefano Pittaluga e alla collezione Cine Ciak  
Genova, Loggia della Mercanzia - Info e costi: [www.vistgeona.it](http://www.vistgeona.it)

SAB  
10

### INGE MORATH: LA VITA, LA FOTOGRAFIA

Per tutti gli appassionati di fotografia una mostra imperdibile dedicata a Inge Morath, la prima fotografa a entrare a far parte della Magnum Photos  
Palazzo Ducale, Genova - Info: 0105574000

MER  
14

### TORTA DEI FIESCHI A LAVAGNA

Nel giorno delle commemorazioni delle vittime del crollo di Ponte Morandi un evento classico dell'estate in Liguria: la Torta dei Fieschi.  
Lavagna - Info: [www.tortadefieschi.it](http://www.tortadefieschi.it)

MER  
26

### IL PIACERE DELLA LETTURA A SESTRI LEVANTE

Presentazione del libro di Simona Sparaco "Nel silenzio delle nostre parole" (Dea Planeta) organizzato da Mondadori Sestri Levante  
Ex Convento Dell'Annunziata, Sestri Lev. - Ore 21 - Info: [www.sestri-levante.net](http://www.sestri-levante.net)

SAB  
31



### CONCERTO ALL'ALBA

Ritornano i concerti all'alba sul Lungomare Scala di Chiavari. Inizio ore 6:15 e ingresso libero. Musiche di Paganini, Puccini, Verdi, Mozart e altri maestri della musica classica interpretati dal soprano Anna Santina Giunta, accompagnata da viola, violoncello e contrabbasso dell' Ensemble Archi all'Opera del teatro Carlo Felice.  
Info: [www.comune.chiavari.ge.it](http://www.comune.chiavari.ge.it)





# IL MERCATINO DI ZONA

**Annunci GRATUITI:** Immobili cerco, Cerco/offro lavoro, Regalo/Cerco/vendo, ANimali - Max 15 parole e un annuncio per ogni numero telefonico

**Annunci A PAGAMENTO:** Immobili offro, Vendite professionali, Personali, Professionali, Motori - Contatta la redazione per info

Gli annunci gratuiti sono pubblicati a discrezione della redazione che si manleva per quanto contenuto. Inviando l'annuncio consento alla redazione di Corfole di contattarmi o inviarmi sms a scopo informativo o promozionale direttamente collegati con la testata o l'Idt-Midero.

**redazione@corfole.com | 0185.938009 | 379.1614857 sms - whatsapp-telegram**

## ATTIVITA' COMMERCIALI

- Cedesi attività di edicola con possibilità di espandere attività e di spostare la sede all'interno del Comune di Cicagna o di affittare il negozio (70mq) 366.3945470

## IMMOBILIARI OFFRO

- **Torriglia, casa ristrutturata, 4 vani più mansarda abitabile con terrazzo condominiale, 5° piano 38.000 euro trattabili 338.3541477 - 340.5539596 - 010.888713**

## IMMOBILIARI CERCO

- Single cerca casa in affitto nel verde, arredato senza pretese, posto moto coperto 340.8505497  
- Cerco posto auto a Camogli 377.1462497  
- Cerco magazzino/garage/terreno in affitto zona Fontanabuona per ricovero Camper. 3776674084  
- Cerco orticello Sestri/S. Bartolomeo 349.4528568

## OFFRO LAVORO

- Cerchiamo infermieri per RSA in Santa Margherita Ligure anche senza esperienza. Inviare cv a ma.duva@21coop.it  
- Cerchiamo OSS convivente per famiglia di Chiavari, assistenza signora anziana, per igiene personale, cura della casa, preparazione pasti. Contratto nazionale DS 391.4135635

- Cerco sostituta badante dal 1 al 18 agosto, per igiene personale, pulizia casa, somministrazione pasti, accompagnamento fuori casa/mare. Max 45 anni. Sestri Levante 345.3628705

- Tabaccheria carruggio di Sestri Levante cerca collaboratore per stagione estiva. Commesso a chiamata orari di prevalenza pomeridiani e serali. Per appuntamento 338.6038085 Andreina  
- Cerco giovane ragazzo o ragazza appassionato di cucina per nuovo ristorante di livello alto in pieno centro di Genova. Inviare CV a fornitori@hostariaduale.it

- Pub taverna Paradiso Rapallo cerca una ragazza per due giorni alla settimana. Orario di lavoro: 17.30 fino a chiusura. Serve un mezzo proprio. Mandare cv al 345.2379212

- Locale serale a S. Margherita cerca cameriera con esperienza. CV con foto a mary9393@hotmail.it

- Panificio di Rapallo cerca urgentemente commessa con un minimo di esperienza 345.1356601

- Cercasi ragazza serale per pizzeria da asporto a Camogli. Contattare via WhatsApp 328.6537286

- Il Tagliere toscano a Zoagli cerca e personale sala e cucina. Max 25 anni, 6 gg la settimana dalle 17-18 fino a fine servizio 329.144 3062

- Osteria U Fundegu a Sestri L. cerca una cameriera preferibilmente fino a 29 anni. 347.8664459

- Cercasi per prestigioso ristorante in Rapallo cuoco e aiuto cuoco capaci e seri. Inviare cv a gabfulvio.giob@libero.it

## CERCO LAVORO

- Custode professionale guardiano cerca lavoro in una villa o palazzo 340.2706309

- Signora italiana anni 60 disponibile per assistenza leggera persone anziane, compagnia, lettura, spesa, farmacia, autista 349.187879

- Serio e volenteroso, cerco lavoro come lavapiatti/focacciaio esperto, automunito senza problemi di orario. Zona Genova, Fontanabuona, Levante. 320.37684973

- Ragazza 38enne cerca lavoro come commessa o baby sitter 340.1915818

## COMPRO - CERCO

- Cerco incudine vecchia qualsiasi peso o condizione 329.2847365

- Cerco in regalo per costituendo museo marinaro vecchi oggetti anche da riparare 334.7443497

- Per Museo del Videogioco: videogiochi e console anche vecchi e non funzionanti; riviste. Per Polimuseo: giocattoli e oggetti antichi, materiale contadino, etc. 338.5933282

- Compro vecchia stufa di ghisa a cerchi. 328.6339745 Whatsapp 388.5652528

- Cerco piccola motozappa anche non funzionante 329.2847365

- Doppiette da caccia con canne damasco anche in cattive condizioni purché regolarmente denunciati 3292847365

## REGALO

-Cameretta bianca e verde: lettino, armadio, comodino, scrivania, mensole 338.9128672



- Bicicletta bimba o bimbo  
Ritiro a Calvari di San Colombano  
345.6743616

-Per sgombero urgente regalo in coppia: divanetto due posti in vero cuoio, design svedese anni '70, struttura restaurata da poco. Mostra segni del tempo che si possono facilmente nascondere. Misure: lungo 130, largo 80, schienale alto 95. TV LG funzionante 338.5933282



**GATTORNA VIA DEL COMMERCIO 74 A(GE) 0185 938578**  
**MATTEO 320 0981762 DANIELE 393 9946116**  
**agenzia@fontanabunaimmobiliare.com**  
**ALTRE PROPOSTE IN AGENZIA E SUL SITO INTERNET**  
**WWW.FONTANABUNAIMMOBILIARE.COM**

**TRIBOGNA:** Casa indipendente su tre lati ristrutturata composta da ingresso ampio soggiorno **open space** con angolo cottura 2 camere bagno ripostiglio trogolo 2 balconi 3 spaziose cantine terreno comodo parcheggio € **68.000** Cl G ipe - kwh/mq anno

**BARGAGLI - LA PRESA:** Appartamento indipendente in casa bifamiliare senza condominio - **Ristrutturato** Ingresso soggiorno cottura 2 camere bagno orto **giardino** grande terrazza € 49.000 Cl G ipe - kwh/mq anno

**LUMARZO:** Casa indipendente di recente costruzione, ampio soggiorno con camino, cucina abitabile, 3 camere, 2 bagni, 2 cantine, ripostiglio, balcone, Giardino privato. € 165.000 Cl G ipe - kwh/mq anno

**TRIBOGNA: Casa indipendente bifamiliare** con cantina balcone vista aperta terreno e giardino adiacente Ristrutturata di recente Rustico adiacente compreso **Zona soleggiata Parcheggio** € 80.000 Cl G ipe - kwh/mq anno

**MOCONESI:** Appartamento con ingresso indipendente soggiorno con angolo cottura **2 camere** bagno **terrazza vivibile** termoautonomo posto auto Zona tranquilla e soleggiata € **15.000**

**CICAGNA:** Appartamento centro paese comodo a mezzi e negozi Ingresso soggiorno cucina 2 camere bagno ripostiglio Pavimenti alla genovese Soffitti alti e affrescati € **65.000** Cl. G ipe - kwh/mq anno

**CICAGNA-SERRA: Casa indipendente su 3 lati** ampia terrazza vivibile e cantina Ingresso soggiorno cucina 3 camere bagno giardino privato Zona soleggiata con ampia vista aperta terreno adiacente alla strada € 45.000

**CALVARI:** Appartamento molto soleggiato, vista aperta Ingresso Soggiorno con angolo cottura Camera Bagno Ampio balcone ristrutturato recentemente Cantina privata Posto auto Termoautonomo € 65.000 Cl G ipe kwh/mq anno

**CICAGNA - PIANEZZA: Casa indipendente su 2 lati** con accesso carrabile e **box auto** Ingresso, soggiorno, cucina abitabile, tre camere, bagno, terrazza, cortile, cantina Zona comoda a mezzi e negozi € 80.000 Cl. G ipe - kwh/mq anno

**MONLEONE: Finiture di pregio** Villa indipendente perfetta con giardino privato pianeggiante Ingresso soggiorno con camino cucina abitabile 2 camere 2 bagni 3 balconi Ampio box Taverna attrezzata Porticato € **285.000** Cl G ipe kwh/mq

**FERRADA A 2 KM:** Casa indipendente su 3 lati con ingresso in soggiorno cucina abitabile 2 camere bagno balcone ampie cantine riscaldamento autonomo **BOX AUTO GIARDINO E ULIVETO** soleggiata € 79.000 Cl G ipe kwh/mq

**MOCONESI:** Appartamento con ingresso indipendente in ottimo stato Soggiorno con camino cucina a vista 2 camere BAGNO NUOVO Ripostiglio balcone AMPIO BOX AUTO termoautonomo € **60000** Cl. G ipe - kwh/mq anno

**FERRADA:** Appartamento di **100 mq** Termoautonomo. Ampio soggiorno con cottura 2 camere bagno balcone ampia mansarda box auto Facciata nuova € **99.000** Cl G ipe kwh/mq anno

**ACQUA DI OGNI:** Appartamento con ampi vani **ristrutturato 100 mq** ingresso soggiorno cucina abitabile sala da pranzo 2 camere matrimoniali bagno **balcone terrazzo predisposto per terza camera** comodo a mezzi Soleggiato € 95.000 Cl G ipe 603 16 kwh/mq anno

**GATTORNA:** Casa ristrutturata **completamente indipendente** composta da ingresso, cucina abitabile, camera, bagno, ampia taverna, **spazioso box auto GIARDINO PRIVATO** lastricato riscaldamento autonomo soleggiata € **79.000** Cl. ipe - kwh/mq anno





- Regalo 3 gattini, un maschietto e due femminucce 393.0235822

## VENDO

### ARREDAMENTO E ACCESSORI CASA

-Causa trasloco vendo a prezzo stracciato mobili vari: credenza in pino, armadi sala in legno, poltrone a dondolo, armadio a ponte, 2 cucine economiche ecc. Arredo adatto a casa rustica Vero affare! 328.5842079  
-Due armadi bianchi h235x60 uno largo 100, l'altro 50, Chiavari 70€ 338.4029222  
- Lampadario in ferro battuto a mano 60€ 338.7201148  
-Al miglior interessato vendo BBQ di design. Visibile in Recco. 340.5433714  
- Rete ortopedica a doghe DORELAN 300€; divano + 2 poltrone 700€; Bauli in legno 40€; camera matrimoniale 700€; cassapanca legno 500€ 347.4886832  
- Cucina economica marrone La Germania in buono stato + tubi €95 tratt.; credenza in legno tipo rustico €120 328.5842079  
- Stufa a legna NORDICA Modello DOREL-LA 8 Buone condizioni generali, venatura sul vetro 150€ 339/5687550  
- Al miglior interessato vendo BBQ di design. Visibile in Recco 340.5433714

## ENTRA NELLA SQUADRA DI CORFOLE!

Ricerchiamo appassionati del territorio per articoli, testimonianze, interviste.

Invia un pezzo di prova o le tue proposte a [redazione@corfole.com](mailto:redazione@corfole.com)

- Cucina bianca componibile completa di tutto 350€; due macchine da cucire 20€cad.; brandina con materasso 40€ 338.7453780  
- Tantiche per liquidi anche combustibili 3 a 10 € (disponibili in quantità) 2 sedie paglierine Vienna rosse tot €15; piano cottura a gas, misura 50x58 €30 lettino allungabile da 120 cm a 200 cm con rete a doghe e materasso €79. 338.5933282  
- Tavolo legno per sala o cucina 150x84 h73 con allungamento di 50, rotelle per spostarlo + 4 sedie €90 338.4029222  
- 2 poltrone stile Luigi Filippo, nuove 100€ l'una 333.2464837  
- Salotto barocchetto veneziano, divano e poltrone 010.588125  
- Causa trasloco vendo mobili e oggetti vari antichi e non. Da vedere 333.7425229  
- Stufa a gas ARGO Ventosole mod. 246ASQ 10300W con ventola. Come nuova 347.0784481  
- Poltrona motorizzata KSP Italia con movimentazione pediera e schienale e in avanti per alzata assistita 350€ 335.5860555  
- Folletto Vk140 scopa elettrica più battitappeto/battimaterasso tubi, spazzola, sacchetti, kobo 350€ 338.4240833

### ABBIGLIAMENTO

- Pantaloni uomo taglia 52 causa cambio taglia 15€ cad ottimo stato 349.3150946  
- Occhiali da sole "GUCCI" nuovi a 120€ pagati

275€ 338.7201148

- Pantalone Acerbis nuovi mai indossati taglia large €50 in Chiavari 338.4029222

### ATTREZZATURE

- 4 cerchi in lega 100euro volkswagen up usati 320.8527585

### ELETTRONICA

- Nintendo wii in ottime condizioni, con joystick e giochi a 70€. 342.1898591  
- Cellulare Vodafone smart prime 7 x cambio cell 50€ 347.4316575

### MUSICA

- In blocco vendo circa 100 dischi 45 giri tolti da vari juke box (quindi senza copertine), anni 60/70/80, cantanti diversi da lato A a lato B, a chi interessato invio lista. 50€ 338.4102850  
- Causa sgombero vendo in blocco e solo in blocco circa 350 cd musicali originali, italiani e stranieri, tenuti perfettamente, 2€ cad. Visione senza impegno. Sms o whatsapp al 328.2256519  
- Pianoforte verticale marca Rubinstein da accordare ma tenuto bene. 1.000€ trattabili tel. 333.6509573

### SALUTE

- Apparecchio acustico Amplifon marca Siemens perfettamente funzionante pagato oltre 500€ vendo a 100€ 333.3372545

### LIBRI, RIVISTE, FUMETTI

- Vendo causa doppio regalo, DUE ABONAMENTI ANNUALI in versione digitale: Topolino e di Tv Sorrisi e Canzoni. Quindi 52 numeri dell'uno + 52 numeri dell'altro. Sono abbonamenti completi visibili su qualsiasi dispositivo mobile (cellulare o tablet); non ci sono restrizioni, avrete 365 giorni di lettura online accessibili 24 ore su 24, contratto regolare di sottoscrizione abbonamento. Totale valore degli abbonamenti 110€ li vendo a 50€. Mandare un messaggio esclusivamente whatsapp al 328.2256519.  
- Vendo oltre 60 fumetti tra Braccio di Ferro, Soldino, Provolino etc in blocco a €50. Whatsapp al 328.2256519

### SPORT

- Biliardo Carambola a 8 completo di tutto, linea moderna 600€ tratt. 348.5102800  
- In blocco 10 racchette tennis usate, senza fodero, solo i grip da rifare, varie marche (a chi interessato seriamente mando lista), ideale x TC e circoli x corsi principianti, in blocco 50€ 338.4102850

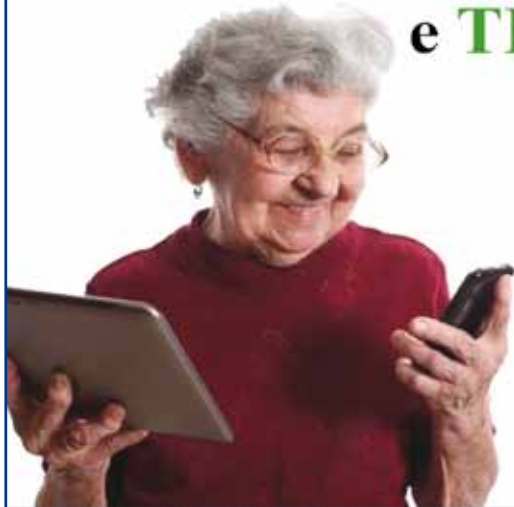
### VINTAGE E COLLEZIONI

- Circa 300 francobolli 333.5971830

### PERSONALI

Sono una signora di 77 anni, simpatica, sola, libera da pressanti impegni familiari, con una buona cultura. Mi piacerebbe incontrare per amicizia, scambiare idee, telefonarsi, fare una passeggiata, andare a teatro o cinema, una signora o signore, pari requisiti, abitante solamente a Rapallo o Santa Margherita, senza animali, della mia età o 73 75 anni. 334.8485286

## Corsi PC, TABLET e TELEFONINO per tutti!



*Se sapevo che era così FACILE chiamavo prima!*

### VANTAGGI

- ✓ Tutor gentili, simpatici e pazienti
- ✓ Linguaggio semplice, comprensibile a tutti
- ✓ Comodamente a casa tua, quando puoi
- ✓ Impari a usare IL TUO pc, tablet o telefonino
- ✓ INSEGNANTI DI FIDUCIA GARANTITI DA CORFOLE!



Chiama subito e chiedi senza impegno  
IDT-MIDERO: 0185.938009



**1500MQ DI ESPOSIZIONE**

USCIO

Via XXIV Maggio 19

0185.91338 - 3939480991

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

### TUTTO PER LA CASA E L'EDILIZIA



Arredo giardino



Clima e ambiente



Rivestimenti



Sanitari



Rubinetteria



Attrezzature



Arredo bagno



Piscine e saune



Bombole



Abbigliamento



Edilizia

**VIENI A SCOPRIRE LE NOSTRE OFFERTE**





## GLI INDISPENSABILI: RITAGLIA E CONSERVA

### SERVIZI



#### ANTIFURTO

Rendi la tua casa sicura, proteggi la tua famiglia e i ricordi a te più cari. Chiama per un sopralluogo gratuito **010.8694777**



#### TASSISTA DI FIDUCIA

Per viaggi, gite, spostamenti ma anche per accompagnarvi a fare visite o commissioni **Aldo 347.4725380**



#### LEGNA E PELLET

Vendita diretta e possibile consegna a domicilio. Pulizia terreni e giardini. Chiama per informazioni: **349.0063440**



#### IL FALEGNAME

Restauro mobili e lavorazioni artigianali per qualsiasi necessità. Prezzi ottimi. **349.3849323**



#### MURATORE

Per piccoli o grandi interventi chiamami senza impegno. **Graziano 349.2612008**



#### CARROZZIERE

Anche per auto ibride ed elettriche. Via Dei Mulini 182 Ferrada di Moconesi **LucaRacing 0185.939418 - 347.4615561**



#### IL COMMERCIALISTA

Contabilità professionale e privata, esenzione Canone RAI, detrazioni spese mediche etc. **dott. Francesco Mandolino 0185.935021, 340.2984225**

### RISTORANTI, TRATTORIE, AGRITURISMI

#### RISTORANTE FILOVERDE

Per un brunch o cena gourmet con ingredienti selezionati, in ambiente raffinato. Il bello del ristorante, il buono dell'agriturismo: piatti preparati esclusivamente con prodotti di aziende agricole. Vendita diretta prodotti di eccellenza.

**Chiavari Via G.Cioni 1 - Chiuso lunedì 0185.1871611 - 333.6695642**

#### AGRIT. CASON DE LARVEGO

Sentirsi sulle Dolomiti... a soli 9 km da Carasco. Per staccare e immergersi nella natura Un vero agriturismo che usa prodotti propri e a km0 dove gustare cibo genuino in due Menù: 20€ e 25€. Ospitalità calorosa. Splendide passeggiate ai piedi del Ramaceto. Aperto venerdì-sabato e domenica, prenotazione necessaria.

**Cichero, 333.2121161**

#### TRATTORIA LA REGINA

Locale rustico, porzioni super, ospitalità. Specialità carne

Antipasti misti, ravioli con sugo di asino, daino, tagliata di cinghiale e altre specialità. Cucina casalinga, prezzo amico. **Traso di Bargagli 010.900744**

#### RISTORANTE CHIAPPARINO

Immerso nel bosco, con sala rustica e veranda estiva. Cucina ligure e non solo.

Atmosfera bucolica e familiare con specialità pansoti, trippa, lumache, cacciagione. Dal lunedì al venerdì pranzo 11€ dolce compreso. Sera e festivi prezzo amico.

**Uscio Via Colle Caprile 35 - Chiuso giovedì 0185.91279 - 339.1500808**

#### TRATTORIA COLOMBA

Dove il tempo si è fermato: atmosfera, cucina e porzioni da pranzo in famiglia, giovialità e cortesia introvabili. Con annessa piccola bottega "come una volta"

Menù per tutti i gusti: sgabei, stoccafisso, carne dai vicini pascoli. Dal lunedì al venerdì pranzo 10€ dolce compreso. Sera e festivi prezzo amico

**Ceslea Via Devoto 35, 0185.357740**

#### TRATTORIA LA TAVERNETTA

Mangiare pesce fresco, in centro a Chiavari, senza svenarsi! Ambiente familiare

Menù lavoro 10€, menù pesce 18€, menù alla carta con piatti anche ricercati **Chiavari Via Entella 87 - Chiuso lunedì 392.3014060**



**HAI UN'ATTIVITÀ? OFFRI UN SERVIZIO? FATTI TROVARE!**

Per il tuo spazio qui: **0185.938009 info@corfole.com**

### SALUTE



#### IL DENTISTA

**Studio dott. Ferraris Francesco**  
Gattorna Via del Commercio 80; Torriglia Pza Cavour 18/2; Genova Via Bernardini 2/3  
**0185.931066 e 010.313895**



#### LA DIETOLOGA

**Dott.ssa Lo Presti Grazia**

Problemi di peso, obesità infantile, disturbi alimentari, bisogni speciali (diabetici, sportivi...) **Sestri Levante, 346.6684585**



#### LA GERIATRA

**Dott.ssa Penco Stefania**

Valutazione globale dell'anziano, anche per invalidità. Visita in studio o a domicilio **Gattorna, 392.1310451**



#### L'OTORINO

**Dott.ssa Grillone Alessandra**

Valutazioni per vertigini, ronzamento, sordità. Lavaggio auricolare a domicilio **Gattorna e Genova 348.6568508**



#### L'OSTEOPATA

**Dott.ssa Basso Ilaria**

Trattamenti per disturbi muscolo-scheletrici, neurologici e neurovegetativi, gastrointestinali, genito-urinari, cranici. **Gattorna, Chiavari, Bargagli 347.1585425**



#### LA PODOLOGA

**Dott.ssa Affannato Federica**

Visite e trattamenti specifici, anche a domicilio **Gattorna, Chiavari, Torriglia 327.6319162**

**CONTO TERMICO 2.0**

**SCOPRI I VANTAGGI**

**RITAGLIA QUESTO COUPON**

Ottieni lo sconto immediato di 200Euro sulla pratica!

**DETRAZIONE FISCALE 65%**

**10 ANNI DI GARANZIA**

**INSTALLA I PANNELLI SOLARI E SCEGLI SE FARE DETRAZIONE FISCALE DEL 65% O ACCEDERE AL CONTO TERMICO 2.0 E AVERE IL COSTO DEI PANNELLI GRATUITO**

**PER INFO, PREVENTIVI E SOPRALLUOGHI GRATUITI TEL: 0185 356307**

**San Colombano, Via Norero 44 A 1 KM DA CARASCO**

**PANNELLI SOLARI**

Lo hanno fatto anche i nostri vicini, adesso o mai più!

**CHIAMA SUBITO! 0185.356307**





## OCCHI IN VACANZA, MA SEMPRE PROTETTI!

Finalmente vacanze! Mare, montagna, campagna, città d'arte stanno lì ad attenderci... Ma abbiamo **pensato ai nostri occhi che hanno bisogno sempre di protezione, aiuto, difesa?** Il loro benessere ci aiuterà a godere meglio della nostra vacanza.

### OCCHI E MARE

Occorre **proteggere gli occhi da quella parte nociva di radiazione emessa dal sole con occhiali protettivi "su misura" forniti dai nostri tecnici esperti**, anche dopo la valutazione del **cromatismo oculare soggettivo**, per consigliare la **lente "ideale" per ognuno**. Ma al mare, occorre proteggere gli occhi anche **dall'aria salmastra, dalla sabbia e dall'acqua di mare** che, anche se cristallina, essendo

salata e ipertonica risulta irritante. Un **occhialino per il nuoto** risolve il problema; vi sono sia neutri (per chi vede bene) sia graduati per chi normalmente porta occhiali da vista. E per chi ama immergersi nel mondo sottomarino, esistono **maschere subacquee anche graduate per la vista**; per alcuni tipi di maschere esiste la possibilità di realizzarle graduate su misura (anche multifocali).

### OCCHI E MONTAGNA

L'uso di occhiali in grado di proteggere dalle radiazioni solari è fondamentale in montagna, perché gli effetti degli UV, data l'altitudine, aumentano. Le lenti, oltre che di filtro adeguato, **potrebbero anche essere polarizzate per evitare il fenomeno dell'abbagliamento** dovuto al riverbero.

Ciò vale sia in caso di uso di occhiali anche correttivi. Esiste infatti la **possibilità di graduare le lenti protettive da sole**. In caso di forte irradiazione solare si possono anche adottare montature avvolgenti per proteggere gli occhi lateralmente.

### OCCHI IN CITTÀ

Chi vorrebbe essere al mare ma deve ancora affrontare il traffico cittadino non dimentichi **comunque di proteggere gli occhi con occhiali da sole "su misura"**, anche se il sole non fosse forte; **le radiazioni dannose UV e la luce blu**, colpiscono anche quando non le percepiamo, perché non sono visibili.

Ricordiamo che è fondamentale per la **prevenzione**, sottoporsi a periodici controlli presso il **Vostro Medico Oculista di fiducia**



# ISOLANI

## ISTITUTO OTTICO



**PARTNER TECNICO DEL VOSTRO MEDICO OCULISTA DI FIDUCIA**

**DAL 30 LUGLIO  
AL 2 SETTEMBRE**

CENTRO VISTA E SOLE  
C.so Buenos Aires, 75r

CENTRO LENTI A CONTATTO  
Via Casaregis, 36a

**9:00 - 13:00**

**15:30 - 19:30**

da Martedì a Sabato  
Lunedì chiuso

**CHIUSURA ESTIVA  
dal 5 al 26 agosto**

GENOVA VIA PALESTRO, 9/11R

• **SEMPRE APERTI** •  
• **tutti gli altri centri** •



**SALDI ESTIVI SCONTI DAL 25% AL 50%**

**SU OCCHIALI DA SOLE E SU MONTATURE DA VISTA SELEZIONATE - DAL 06/07 AL 14/08**

GENOVA  
C.so Buenos Aires, 75r  
Tel. 010.3623053

GENOVA  
Via Casaregis, 36a  
Tel. 010.562340

GENOVA  
Via Palestro, 9/11r  
Tel. 010.8315182

GENOVA VOLTRI  
Via Camozzini, 26r  
Tel. 010.6136572

RECCO  
L.mare Bettolo, 43/45  
Tel. 0185.730709

GATTORNA  
Via XXIII Settembre, 4  
Tel. 0185.934986

RAPALLO  
Corso Matteotti, 62  
Tel. 0185.232071

CHIAVARI  
Via F. Delpino, 8/8A  
Tel. 0185.598683

SESTRI LEVANTE  
Via XXV Aprile, 57/59  
Tel. 0185.41409

SAVONA  
Via Guidobono, 28r  
Tel. 019.810447

[www.isolani.com](http://www.isolani.com) - [info@isolani.com](mailto:info@isolani.com) - [www.isolani.com/eshop](http://www.isolani.com/eshop) Seguiteci su

