

CORFOLE

Corriere del Levante

20.000 COPIE GRATUITE!

Anno XXIII n.219 novembre 2020

La testata più diffusa del territorio | Nelle famiglie da 23 anni | Indipendente | No finanziamenti pubblici | Carta riciclata ed energia rinnovabile



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

SOLO COSE BELLE

Le idee green dei giovani liguri, la poesia più lunga del mondo (a Lavagna), il murales sul covid che parla d'amore (a Cogorno), le caramelle della gioia di Cesare e gli spunti per reagire a questa "seconda ondata"



**4^a Edizione del concorso
dedicato alla regina
della tavola
SEGNALA LA TUA
PIZZERIA PREFERITA!**



pag. 9

LE AVVENTURE DI ANNA E GUIDO

Inviati Rai e scrittori, fecero conoscere il Levante al mondo... e il mondo a noi



pag. 10

GUARESCHI TORNA A TRIGOSO

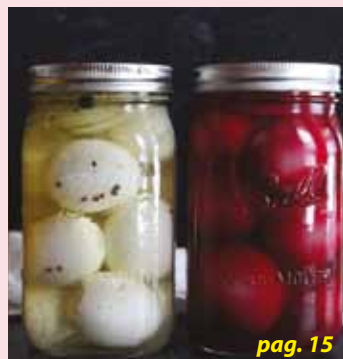
Una statua ricordava le sue estati felici nel borgo, ma fu rubata: ora ce n'è un'altra



pag. 12

SAPETE COS'ERA LA MANPÂ?

Alla scoperta di stratagemmi usanze e parole zeneizi che arrivano dalla Spagna



pag. 15

RISCOPRIAMO LE UOVA IN SALAMOIA

"Stuzzichini" di un tempo, si vendevano anche nei bar: la ricetta in tante varianti

- Gli Indispensabili -

IL TASSISTA di FIDUCIA

Aldo 347.4725380
Per viaggi, gite, spostamenti ma anche per visite o commissioni

IL TUTTOFARE

0185.95063 - 347.163 2371
Giardiniere per sfalci e potature, montaggio e smontaggio mobili, piccoli lavori domestici.

CUCITO E NON SOLO

MondoScucito
Chiavari, 0185.309703
Riparazione macchine da cucire, anche a domicilio. Corsi di cucito.

TRASLOCHI SGOMBERI

Alessio 348.6984404
Piccoli traslochi, sgomberi case, cantine, opere murarie, taglio erba. Sopralluoghi senza impegno

COLLEZIONISMO

fulviofilatelia@libero.it
338.2128986
Sono interessato a francobolli, cartoline, santini, modellini, collezioni. Stime gratuite, serietà

LEGNA E PELLETT

349.0063440
Vendita diretta e possibile consegna. Pulizia terreni e giardini.

Investire in pubblicità
in tempo di crisi
è come dotarsi di ali
mentre tutto precipita
- Steve Jobs -

CORFOLE
È LA TUA
PISTA DI LANCIO.

Chiama per scoprire
come possiamo aiutarti
a spiccare il volo
0185.938009

**LE RUBRICHE
degli esperti**



Avvocato



Fiscalista



Nutrizionista



Otorino



Genovese



VUOI ESSERCI TU?
Contattaci!
0185.938009

IL MERCATINO
Vendi. Compra.
Cerca. Affitta.
- pag. 22, 23



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.fontanabuanaimmobiliare.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

SANITÀ: NON TUTTO È PERDUTO

Rinnovo la patente tutti gli anni. Sano come un pesce ma con bypass. Avevo chiesto l'esame di sangue ed urine per maggio. Me l'hanno spostato ma nel frattempo la patente è prorogata al 31 dicembre. Ho ricevuto convocazione al 15 ottobre per l'esame finale ma sarebbe stato prima degli esami e l'ho fatto presente all'ASL4. Subito mi hanno spostato gli esami al 7 ottobre. Mi hanno anticipato anche l'esame cardiologico al 9 ottobre per la stessa ragione delle scadenze. Resta solo l'esame neurologico ma sembra che lo avrò lunedì o altrimenti sarà dopo il controllo finale. Ho riscontrato buona volontà compatibile con la grave situazione in corso e mi pare di aver ottenuto tutta l'attenzione possibile. Tutto nella struttura pubblica. Forse ai ritardi corrispondono le attenzioni che si hanno per il personale. Non so, magari a me è andata bene ma io ci vedo una buona gestione, sempre considerando i complessi problemi attuali.

Distinti saluti. Gianni Oneto, Rapallo

- Risponde la direttrice

Gentile e affezionato lettore, grazie per la testimonianza: ci mostra che la situazione è difficile ma tiene.

SEGNALETICA DA RIFARE

Buongiorno, vorrei segnalare che durante il rifacimento del manto stradale in località Monleone non sono state ritracciate le linee di mezz'ora tratteggiate per permettere l'ingresso e l'uscita da questa strada (V. foto) come erano prima del lockdown. Anche le strisce per l'attraversamen-

to sono state spostate quando avrebbero dovuto essere in corrispondenza della fermata autobus e non dove sono state ex novo disegnate. Possibile che nessuno possa intervenire per far ristabilire la vecchia segnaletica? Tutto questo rappresenta un disservizio per i cittadini che ci abitano e un grave problema nel caso di incidenti.

Lettera firmata



V.I.R.U.S.

Vogliamo Il Risveglio di una Umanità Speciale Siamo assediati da un nemico tosto, invisibile, troppo piccolo per essere visualizzato. Subito ho pensato al diluvio universale, che ha punito l'uomo per troppo male, e agli alieni che forse han inviato il virus e la Terra conquistare. Il mondo è globalizzato, le distanze ravvicinate, ed oggi basta poco ad unire ciò che prima richiedeva molto di più. La realtà ci deve far capire che bisogna reagire. Basta divisioni, odi, conflitti, tutti dobbiamo cooperare! Pensiamo, in verità, a quel che più conta per l'intera umanità.

Emilie Castagnola, Sori

- Risponde la direttrice Michela De Rosa

Gentilissima Emilie, la sua lettera è stata ritrovata per caso, dopo che un colpo di vento l'aveva infilata in un angolo nascosto della redazione. Forse è arrivata a marzo, all'inizio di tutto. Ma trovarla ora è come aver trovato il "memo" di qualcosa di importante che dovevamo fare e poi, una volta ripresa la quotidianità, ci siamo dimenticati. All'inizio della pandemia era chiaro a tutti che quella situazione portava anche un'opportunità di riflessione. E, chi più chi meno, tutti ci siamo posti delle domande, augurandoci un cambiamento. Ma... sperare non basta: alla riflessione deve seguire un cambiamento nelle azioni, altrimenti non serve a nulla. Ed ecco questo foglio svolazzante che viene a dirci "cosa è cambiato? Dov'è quell'Umanità Speciale che poteva risvegliarsi? Io per prima cosa ho modificato nelle mie azioni per creare un "dopo" migliore?". Perché il Risveglio che tanto agoniamo non può essere "degli altri". E neanche ci sarà un click, un interruttore che magicamente ci farà svegliare tutti migliori.

Ci vuole il nostro singolo impegno, le nostre singole azioni: e perfino nulla di eclatante, niente che ci farà ottenere riconoscimenti ed elogi, solo la "banale" quotidianità. Come ci rivolgiamo in famiglia e al prossimo - in modo costruttivo per loro? O per il mio ego? -, con quale spirito agiamo in ogni singolo momento della giornata - consapevoli o guidati da emozioni negative come rabbia, rancore, gelosia, invidia? E molto dipende anche dal nutrimento che diamo alla nostra mente e al cuore: se ci riempiamo di informazioni spazzatura (notizie urlate, fatti negativi e pruriginosi, pettegolezzi), difficilmente il nostro pensare e quindi agire sarà chiaro e costruttivo.

Dobbiamo decidere quali occhiali metterci sul naso: se quelli che vedono sempre e costantemente il male e la malignità in ogni persona e in ogni azione (e a quel punto chiederci cosa ci gratifica di tutto questo), o quelli che cercano il bene e il bello.

Non è un "modo di essere", è una scelta costante e come tale può essere allenata: più si fa, più diventa facile, come in palestra. Ecco perché sulle nostre pagine, oltre a uno o due articoli di attualità, trovate esclusivamente contenuti informativi, divertenti o costruttivi. Tornando a quel "risveglio" ci piace ad esempio notare come i giovani siano già allineati con una realtà in cui occorre creare e agire nel rispetto della Terra e degli amici animali; in cui la tradizione, messa da parte dal "progresso", vada riscoperta e rinnovata con l'ausilio delle nuove conoscenze; una realtà in cui i ragazzi cresciuti nella globalizzazione non sanno cos'è la diversità, la divisione e sono quindi naturalmente inclusivi e collaborativi. Ne sono un esempio i progetti dei giovani imprenditori liguri descritti a pag. 4. In particolare è da notare proprio lo spirito di collaborazione dove "se vinci tu vinco io, e viceversa", lasciandosi alle spalle quell'approccio da "araffo tutto e solo per me", senza peraltro lasciare niente di utile agli altri e danneggiando il territorio, che ha caratterizzato gli ultimi decenni in ogni settore. Quindi Emilie, un grazie alla tua lettera, che era svolazzata via per farsi ritrovare proprio ora e farci da "memo".

P.S. - per quanto riguarda "gli alieni", dopo le recentissime scoperte di laghi salati sotterranei su Marte e di acqua sulla Luna, e quindi di possibilità di vita come noi la intendiamo, non ci resta che vedere come si evolve la situazione!

I NOSTRI NUMERI

23 anni ininterrotti di pubblicazione

37 comuni, da Genova al Levante

10.000 iscritti newsletter

16.000 fan facebook

20.000 copie cartacee

Per far conoscere la tua attività, eventi e iniziative, contatta la testata più più seguita del territorio:

0185.938009 - 379.1614857

CONTATTI

Corfole

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: Corfole (pagina)

TWITTER: @corfole

SOSTIENICI!

Corfole è indipendente e auto finanziato, ogni contributo è utile.

> **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

> **Lasciti e altre formule**

contatta la redazione

AREA DI DISTRIBUZIONE

Genova - Avegno - Bargagli
- Bogliasco - Borzonasca -
Camogli - Carasco - Casarza
L. - Castiglione C. - Chiavari
- Cicagna - Cogorno - Core-
glia L. - Favale di M. - Lavagna
- Leivi - Lorsica - Lumarzo -
Mezzanego - Moconesi - Ne-
- Neirone - Orero - Pieve L. -
Portofino - Rapallo - Recco -
Rezzoaglio - S. Colombano C.
- S. Margherita L. - S. Stefano
d'Aveto - Sestri L. - Sori - Torri-
glia - Tribogna - Uscio - Zoagli



QUESTA VOLTA NON FACCIAMOCI FREGARE

Distanziamento fisico, non sociale: ci sono tante cose che possiamo fare in sicurezza per reagire a questa situazione ed essere di aiuto agli altri e ancor prima a noi stessi

● E voi come affrontate questo momento? Raccontatecelo a redazione@corfole.com o ai recapiti a pag. 2

La prima ondata di covid-19 e le conseguenti restrizioni ci hanno colti di sorpresa e impreparati: ci siamo quindi chiusi in casa e lasciato che solitudine, ansia e inedia prendessero il sopravvento. Questa volta possiamo prepararci e reagire diversamente, in un modo più consapevole e costruttivo. Meglio ancora se collaborando con altre persone perché, si sa, l'unione fa la forza. Qui solo alcuni esempi su come reagire!

1 Fate volontariato

Ad esempio, in Croce Rossa c'è sempre bisogno di persone, anche per le attività "extra ambulanza": in particolare, in questo periodo è stato intensificato il servizio totalmente gratuito di consegna farmaci a domicilio a favore delle persone vulnerabili, quindi potete proporvi per questa attività. Contattate la sede della Croce Rossa o della Pubblica Assistenza più vicina a voi per sapere come poter dare una mano.

2 Cucite

Avete una macchina da cucire? Unitevi alle associazioni di volontariato. Ad esempio Vita che rinasce Onlus raggruppa decine di persone sparse tra Sestri, Chiavari, Val Fontanabuona e Val Graveglia pronte a realizzare calzari per il personale degli ospedali del Tigullio. Molto importante anche recuperare la materia prima, quindi se avete del tessuto TNT da donare, fatevi avanti! Contatto: Cristina Olivieri 392.2721217

3 Parlate!

Il concetto di "distanziamento sociale" è stato fuorviante. Occorre sì mantenere la distanza fisica, ma questo non significa che non si possano avere rapporti sociali. Anzi, occorre trovare il modo di intensificarli per non ricadere nel rischio della solitudine e di quella sensazione di alienazione che ci ha colti di sorpresa "la prima volta". Con uno o due metri di distanza e le mascherine si possono fare tante cose: quindi, parlate ai vicini sul pianerottolo, tra i balconi, dalle finestre e giardini, ma anche per strada. Questa volta non facciamoci cogliere impreparati: tenete le distanze ma parlate tra di voi, anche con una telefonata e tramite i social.



4 Ri-scoprite un hobby

L'unico ambito su cui abbiamo potere sono le nostre scelte quotidiane, quindi perché non riscoprire un hobby o iniziarne uno? Oltretutto su internet si trovano tutorial gratuiti praticamente per tutto! Magari in casa avete ancora i ferri da maglia e uncinetto? Potete cimentarvi nelle nuove realizzazioni super glamour. La cucina è un grande classico e mette di buonumore: si può provare qualche dolce super goloso o cimentarsi nella cucina etnica, scoprendo così nuovi sapori e preparazioni. Voglia di rivoluzionare la casa? Si possono rinnovare i mobili, imbiancare e darsi al piccolo fai da te. E ancora: quanto tempo è che non disegnate o colorate? Non è "roba da bambini", anzi è un ottimo esercizio per la mente e recupera la nostra parte creativa. Leggete un libro, fate le Parole crociate, studiate quella materia che vi appassiona tanto... Insomma, sono migliaia le possibilità per trasformare questo momento in una opportunità.

5 Fate movimento

Il modo più veloce per rilassare la mente? Attivare il corpo. E non c'è bisogno di andare in palestra: una musica che vi piace e potete ballare in salotto, che sia la dance sfrenata o un valzer. Internet è poi davvero un alleato e potete seguire qualsiasi disciplina, dall'aerobica alla ginnastica dolce, dai balli allo yoga... da cosa volete iniziare?

6 Dite NO ai cattivi pensieri

Ne "I dieci ladri della tua energia" del Dalai Lama il primo punto recita: "Lascia andare le persone che si avvicinano solo per condividere lamentele, problemi, storie tragiche, paure e giudizi sugli altri. Se qualcuno sta cercando una pattumiera in cui buttare la sua spazzatura, non permettergli di trovarla nella tua mente". In TV invece chi ha la notizia più "forte" fa più ascolti, quindi dove giri giri, è un continuo litigare sul Covid, con esperti che dicono A e altri che dicono B, statistiche con numeri "allarmanti", proiezioni che annunciano "un disastro imminente". Urli, schiamazzi, preoccupazioni... Spegnetela. E passate ai punti da 1 a 5. Le uniche informazioni che vi servono sono quelle relative alle regole da rispettare, sanitarie e legislative. Il resto sono solo supposizioni che non portano niente di concreto, se non generare panico e paura. Questa volta non facciamoci fregare.

da
Cason de Larvego Agriturismo



**Funghi e castagne
del bosco, pasta e polenta
con le nostre farine!**

**A soli 9 km da Carasco, un'oasi per immergerti
nella pace, nella natura e... nella buona cucina!**

Pane, pasta, dolci e focaccia fatti in casa con la nostra farina,
poi il nostro olio, ortaggi dell'orto, uova delle nostre galline,
carne dei pascoli del Ramaceto, formaggi della Val Cichero... e vino buono!

MENÙ BUONA FORCHETTA €25 Antipasti, 2 primi, 2 secondi con contorni, dolce della casa, acqua, vino, caffè e ammazzacaffè.	MENÙ BUONGUSTAIO €20 Antipasti, 1 primo, 1 secondo con contorno, dolce, acqua, vino Caffè e ammazzacaffè.
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Località Cichero | prenotazioni 333.2121161

Sempre più Ambiente nelle scuole

Sestri Levante - La raccolta delle olive dell'uliveto didattico è un momento bellissimo per gli alunni della scuola di via Lombardia, che mantiene vivo un sapere prezioso. Un valore fondamentale, a cui si aggiunge la possibilità di fare didattica all'aperto, tema particolarmente importante in questo momento. Inoltre quest'anno è stato recuperato una ulteriore porzione di uliveto che è stato liberato dai rovi e rimesso in sesto e sono già state raccolte le olive anche di questa nuova area. Orgogliosi gli alunni nel vedere il frutto del proprio lavoro.



Sori - "La plastica ha rivoluzionato le nostre vite: ha reso un grande servizio all'uomo, ma oggi sta diventando un problema e rischiamo di esserne sommersi; dobbiamo porre un rimedio partendo dall'eliminazione di tutto ciò che è plastica monouso" questo il sunto della lettera del **Sindaco di Sori, il dottor Mario Reffo**, che i ragazzi hanno trovato sul banco insieme alle bottarelle. "Abbiamo deciso di investire nell'educazione ad uno stile di vita più attento all'ambiente. E un cambiamento culturale inizia sempre dalla scuola". L'iniziativa vuole disincentivare l'utilizzo della plastica monouso e contemporaneamente contribuisce all'utilizzo dell'acqua potabile pubblica che è sicura, controllata e decisamente a km 0.



Abbandono rifiuti: a Recco oltre 7000 euro di multe

Prosegue la lotta contro l'abbandono indiscriminato dei rifiuti. Sono stati 58 i verbali di contestazione elevati dalla polizia locale, per un importo complessivo di 7.340 euro. A comunicare la pioggia di multe è il **comandante Mirko Mussi** che dà anche il resoconto delle violazioni amministrative: 16 abbandoni di ingombranti, 5 di verde, 1 di cartone, 16 di sacco nero, 16 per inosservanza degli orari di conferimento della differenziata, 17 per errata modalità di conferimento. Determinante è stato l'utilizzo delle telecamere le cui immagini confluiscono nella centrale operativa della polizia locale: "L'inciviltà di pochi ricade anche su quei cittadini che, invece, sono attenti al conferimento dei propri rifiuti - commentano il sindaco **Carlo Gandolfo** e l'assessore all'ambiente **Edvige Fanin** - E' una piaga, questa dell'abbandono dei rifiuti e grazie alla collaborazione dei cittadini e con l'ausilio del sistema di videosorveglianza stiamo scovando i trasgressori".

Sono tutti progetti di giovani e uniscono innovazione, tradizioni, tutela dell'ambiente, inclusività e collaborazione

LE IDEE LIGURI PER L'OSCARGREEN 2020

Il tè di ulivo, il formaggio in miniera, l'ardesia per fertilizzare, l'orto come terapia e molte altre



I formaggi in miniera

Per la categoria **Campagna Amica** è stata premiata **Silvy Garibaldi** (Ne, GE) dell'azienda agricola **La Marpea** al **Fiordilatte**. Silvy guidata da un grande attaccamento con il suo territorio ha deciso di riscoprire la miniera sotterranea di **Gambatesa**, in **Val Graveglia**, che dal XIX secolo diede lavoro a molti genovesi, tra cui i suoi nonni, impegnati nell'estrazione dei minerali, ed oggi gestita dal **Parco dell'Aveto**: proprio dentro la miniera ha deciso di mettere a stagionare i suoi formaggi. Dopo vari studi, la zona prescelta è stata quella della "dinamite" (adeguato ricircolo d'aria, luogo salubre) e il formaggio è stato chiamato "il Minatore".

Uniti per il territorio

Per la categoria **Fare rete** il vincitore è **Christian Scapellato** dell'azienda agricola **La Piana** (Savignone, GE), che con altri tre giovani ha creato un "ponte" tra **Valle Scrivia** e **Valpolcevera**. L'anno scorso Christian ha rilevato l'azienda di famiglia trasformandola completamente, investendo in una stalla con annesso caseificio. Si è unito quindi con altri ragazzi in una rete d'impresa per valorizzare e far conoscere i loro prodotti, e altri giovani si potranno unire. Lo scopo è quello di aiutarsi reciprocamente soprattutto nella parte di vendita delle eccellenze, che a oggi contano formaggi, miele, marmellate, ortaggi e carne.

Tutto il mondo riunito sull'Antola

Il premio della categoria **Impresa 5.Terra** se l'è aggiudicato **Olmo Bagnasco** dell'azienda **AUTRA** (Savignone, GE). Nel 2018, assieme alla sorella, ha rilevato l'impresa di famiglia, agrituristica e fattoria didattica, nel **Parco dell'Antola** facendo della difesa delle biodiversità, dell'accoglienza e del dialogo tra culture il proprio segno distintivo. In questo vero e proprio **Agri zoo** allevano vacche **Cabannine** da latte, razza autoctona a rischio estinzione e per la parte di fattoria didattica animali provenienti da tutto il mondo come gli zebù (India), Yak (Tibet), lama e alpaca (Sud America) assieme a asinelli albini dell'**Asinara**, animali selvatici quali daini, mufloni e caprioli e tanti altri.

Scarti di ardesia per fertilizzare le vigne

Infine, **Mattia Basso** (Moconesi, GE) dell'azienda agricola **Terre Verae**, è il vincitore della categoria **Sostenibilità**. L'idea che vedrà il pieno sviluppo nel prossimo futuro consiste nell'utilizzare scarti di ardesia nella vigna: gli scarti grossolani sono posizionati sotto e attorno durante l'impianto della vite, mentre la polvere viene utilizzata come fertilizzante. Il vino prodotto viene poi fatto maturare o spumantizzare naturalmente all'interno di cave di ardesia a profondità e temperatura controllate. Già nei manuali di agricoltura di fine '800, si cita l'utilizzo di questi scarti come fertilizzante naturale, che contrasta la siccità e la sofferenza dei vegetali. Le recenti analisi del terreno dimostrano le modificazioni apportate dall'ardesia, che donano all'uva e al vino delle caratteristiche uniche. L'innovazione risiede nel particolare processo di produzione e maturazione del vino, nel coinvolgimento di vari imprenditori locali, nel riutilizzare un materiale di scarto per ottenere un fertilizzante naturale. Infine si valorizza la **Valfontanabuona**, e le sue produzioni d'eccellenza.

Giunto alla 14ma edizione, l'OscarGreen è il premio che punta a valorizzare il lavoro di tanti giovani che hanno scelto per il proprio futuro l'agricoltura e la pesca, e che mostra come, a livello nazionale, il ritorno alla terra e al mare sia ormai un dato di fatto, soprattutto tra i ragazzi che non vogliono abbandonare il proprio territorio ma salvaguardarlo, valorizzarlo e farlo conoscere al resto del mondo. Il concorso è suddiviso in diverse categorie e ognuna ha visto vincere l'idea che ha più saputo coniugare l'innovazione con la tutela dell'ambiente e valorizzazione del territorio.

Il tè ligure dalle foglie di ulivo

Federico Castellari dell'azienda agricola **Castellari** (Albenga, SV), è il vincitore della categoria **Creatività**, grazie all'idea di utilizzare le foglie di ulivo della pregiata varietà **taggiasca** per ottenere un tè 100% ligure, con innumerevoli

proprietà per la salute. Così le foglie, invece di essere uno scarto, vengono raccolte in tempo balsamico, lavate, essicate a freddo e macinate: nasce così **OLIVEA**, che permette di ottenere una bevanda dal sapore caratteristico, distribuita in farmacie e parafarmacie.

L'orto come terapia

Il vincitore per la categoria **Noi per il Sociale** è **Simona Brizio** dell'azienda agricola **L'orto di Muma** (Imperia), con il progetto "Semplicemente Orto" che prevede lo svolgimento di attività manuali e didattiche presso gli orti della struttura imperiese che ospita soggetti portatori di disabilità fisiche, psichiche e sensoriali. In futuro sono previste delle visite guidate presso alcune attività imprenditoriali della zona. Il progetto ha avuto una brusca battuta d'arresto a causa del COVID-19 ma si punta a riprenderla il prima possibile con tante novità.



**COOPERATIVA AGRICOLA RURALE
ISOLA DI BORGONOVO - MEZZANEGO**
frantoioiborgonovo@gmail.com | www.frantoiooleario.it | 349.0063440

Sapori e saperi della nostra terra

VENDITA DIRETTA

- *Olio aromatizzato: tartufo, basilico, rosmarino, bergamotto, peperoncino
- *Crema spalmabile e Liquore di nocciola
- *Pesto col nostro olio
- *Miele di castagno

NOVITÀ

- *FARINA DI MAIS nostrana
- *ACETO BALSAMICO igp
- *VINO nostrano
- Bianco** igp bianchetta e vermentino
- Rosée** igp sangiovese e cilieggiolo

**ORDINA LE OLIVE
E RICEVI L'OLIO!**
frantoio aperto per moliture



Dopo il focus nel numero scorso sono giunte diverse comunicazioni

LA SANITÀ TIENE BANCO

La risposta dell'ASL4 su furti e ritardi; le mail di medici e lettori con precisazioni su privatizzazione e gruppo SOSsanità

di Giansandro Rosasco

La risposta dell'ASL4

Recuperato l'80% delle prestazioni sospese

Nel "Focus Sanità" pubblicato sul numero scorso abbiamo lasciato come sempre diritto di replica, ed ecco la risposta della Asl4: "Per quanto concerne le testimonianze di utenti che lamentano tempi lunghi per eseguire esami ematochimici o strumentali (ecocolordoppler vascolari o mammografia, per i quali si conferma l'aumentata disponibilità delle agende) - scrive il **Capo Ufficio Stampa, Marina Ballotta** - si precisa che il periodo post lockdown ha visto la ripresa delle prestazioni imponendo dapprima il recupero di tutte quelle inelavate (circa 200.000), con condizioni di accesso comportanti tempi più lunghi in relazione alle attività di triage, distanziamento e sanificazione dei locali. Ciò ha imposto la rivisitazione degli orari e dei giorni delle visite prenotate e gli utenti sono stati singolarmente richiamati, con un enorme sforzo organizzativo".

Il comunicato prosegue con un'analisi dei dati: "ASL4 assicura di aver recuperato circa l'81,5% delle prestazioni sospese durante il lockdown e di aver ripreso tutta la prenotabilità con il rispetto del 95% (il valore di garanzia stabilito a livello Ministeriale è del 90%) dei tempi di erogazione per le **prestazioni B** (brevi: entro 10 giorni) e **D** (differite: entro 30 giorni per le visite e 60 giorni per gli esami strumentali) e per l'80% delle **prestazioni P** (programmate: entro 120 giorni). In tal senso, si rammenta l'attenta valutazione della classe di priorità segnalata sulle ricette che, indicata dal Medico di Famiglia o dallo Specialista, rappresenta l'unica reale indicazione sulla data di accesso alla tipologia di visita o accertamento richiesto". Il comunicato sottolinea poi: "il grande impegno ad assicurare la migliore e tempestiva presa in carico dei bisogni di salute con puntuale monitoraggio delle liste di attesa e attivazione di percorsi strutturati per risolvere ogni eventuale criticità segnalata". E veniamo appunto alle segnalazioni degli utenti, da cui è partito il nostro focus: la Asl precisa che "è fondamentale l'utilizzo dei canali di comunicazione specifici: **numero verde 800185088 attivo dal lunedì al venerdì dalle ore 9.00 alle ore 12.00**, mail **urp@asl4.liguria.it** oppure di persona previo appuntamento telefonico allo **0185/329316**. In seguito alle segnalazioni vengono svolti gli opportuni accertamenti e si risponde all'utente entro i termini di legge".

Chi vuole la privatizzazione?

E' questo il fulcro della lettera giunta in redazione dal **Dott. Paolo Macciò di Santa Margherita Ligure** che, sempre a seguito dell'articolo sul numero scorso, ci scrive: "A proposito del post di Diana, che si conclude con "... ma la sanità privata molti di voi l'hanno voluta": le visite intramoenia sono state consentite ai medici che optassero per il "tempo pieno" nel SSN (con relativa indennità), a condizione che non svolgessero attività libero-professionale in strutture private. La decisione fu assunta nel 1997 dall'allora governo Prodi, ministro della sanità Rosy Bindi, che in un'intervista del 2018 ne ha rivendicato la maternità, anche se non la successiva gestione. L'intenzione espressa dal ministro della sanità del governo Conte 1, Giulia Grillo del M5S, di rivedere tale normativa, non ha avuto alcun seguito... Insomma, la sanità privata effettivamente in davvero molti l'hanno voluta e la vogliono...".



Manifestazione di questa estate per dire no al depotenziamento dell'ospedale di Sestri Levante con chiusura di ambulatori e reparti, altro tema della sanità locale
(foto dalla bacheca della Sindaca Valentina Ghio)

SOS Sanità: serve davvero?

Legittima anche la questione contenuta nella lettera del signor **Silvano Leandri**, il quale indica che "l'iniziativa riguardo la segnalazione di disservizi della sanità ligure è assolutamente lodevole, ma mi chiedo se e come potrà portare ad un miglioramento del servizio. Ho visto moltissime segnalazioni che riguardano soprattutto le liste di attesa nelle prenotazioni visite (a proposito, sono 4 giorni che gli operatori del Cup sono impegnati, a tutte le ore, non si sa con chi se è impossibile parlargli!), ma il servizio non migliora, anzi, il contrario! Quindi, mi chiedo, e le chiedo, a che serve segnalare? Nulla cambia e i malati non possono aspettare, per ovvie ragioni! Inoltre la prenotazione delle visite chirurgiche nella ASL 4 è bloccata e non è dato sapere quando sarà possibile; l'operatore durante la telefonata al CUP mi ha proposto una visita all'ospedale della Spezia per il mese di marzo. Grazie per questa iniziativa che ci dà l'opportunità di protestare e spero che possa servire a cambiare qualcosa".

In arrivo petizioni popolari

È utile ricordare che il gruppo facebook SOS SANITÀ vuole essere un contenitore che raggruppa tutti i problemi, disagi e dubbi che altrimenti resterebbero sparpagliati su migliaia di bacheche, facendo così da cassa di risonanza per portare le varie segnalazioni all'attenzione di chi può risolverli. Inoltre, permette di ritrovarsi in esperienze simili e di condividere la soluzione trovata. Considerate anche le continue proteste pubblicate, si evince che la situazione non è rosea. È certo che il covid sta rendendo tutto complicato, ma è anche vero che ha esasperato problematiche che già sussistevano e di cui nessuno nei decenni ha voluto occuparsi in modo risolutivo. Noi, come sempre, partiamo da una polemica per andare verso un lato propositivo: presto il gruppo SOSsanità sarà la base di partenza per petizioni popolari, di cui vi daremo conto a breve. Insomma, non proteste fini a sé a stesse ma per arrivare a proposte concrete.

DETERSIVI ECOLOGICI ALLA SPINA
CONCENTRATI e CONVENIENTI!
25 tipologie per il bucato e la casa

1 litro ne vale 3!

Made in Italy
Origine vegetale
Biodegradabili
Efficaci!

PROVA!

CAMPIONI OMAGGIO GRATUITI

LI TROVI SOLO QUI

La Rete Rosa
San Colombano C., Via Sturla 6
0185.350373 | ORARIO CONTINUATO

VOX POPULI

I migliori commenti dalla rete
Protagonisti, voi!

SESTRI LEVANTE

Dai banchi di scuola alle panchine

Questa mattina davanti alla Coop ragazzi di 14/15 anni seduti sulle panchine, senza distanziamento né mascherine, con atteggiamenti da bulli cercavano di scoppiare una bottiglia di plastica, una signora li ha ripresi, ma loro hanno peggiorato e deriso la signora. Questi ragazzi che non vanno a scuola per le chiusure, bisogna controllare che non stiano per strada, visto che non hanno controlli dai genitori. (Anna Notari)

CHIAVARI

Crateri come su Marte!

Piazza Giovanni Paolo II. Questi sono solo una parte, quelli dove tutti passano per uscire, dei crateri che si devono "guardare" ... a pochi metri abbiamo però una utilissima e frequentatissima pista ciclabile (Maria Stella Daneri)



SANTA MARGHERITA LIGURE

WC inguardabili

Pochi giorni fa sono entrato per la prima volta nei servizi pubblici di fronte alla banchina di s. Erasmo. Fuori c'era l'addetto che raccoglieva le offerte, entrando ho trovato un wc pulito ma tutti i muri scrostati e con muffa. Essendo un posto turistico non fa bella immagine, sarebbe opportuno utilizzare le offerte per una bella ripittura e un ordinata generale. (Simone Norbiato)

LAVAGNA

Il sacco abbandonato è una star

Giorno 22:
fate anche voi un selfie con Mr. Sacco in Vico Manara, lo farete felice! (Fulvio Di Sigismondo)



Sabbia nei rubinetti di casa

Filtri rubinetti di casa, puliti nemmeno un mese fa: capita anche a voi? A vederlo non è di certo calcare, ma è palesemente sabbia, magari infiltrazione causata da qualche tubatura rotta o qualche lavoro recente? Ovviamente farò segnalazione a chi di dovere (Francesco Sorbara)



SUL LUNGOMARE DI LAVAGNA È APPARSA LA POESIA PIÙ LUNGA DEL MONDO

Ed è una sorta di “opera guaritrice” per la città: è infatti composta con le parole che i lavagnesi vogliono per il loro (nuovo) futuro

Passeggiare “coccolati” da un poesia: succede a Lavagna, dove sul lungomare, da pochi mesi, sul muraglione che porta dalla stazione sin lungo il litorale è presente una lunga, lunghissima ode. Al passante distratto sembreranno parole dipinte a caso: invece fanno parte di un progetto e una di seguito all'altra formano una bellissima poesia d'amore per Lavagna.

Le parole che vorremmo

La poesia più lunga del mondo è nata con la volontà dell'amministrazione di dare spazio e voce ai giovani. L'iniziativa è partita da una domanda: “Lavagna per me domani è? Con che parole voglio fare un patto per il futuro con la mia città?”: sono arrivate decine di parole come strada, mare, poesia, libertà, diversità, rinascita, storia e così via. “Queste parole – ha spiegato il sindaco Gian Alberto Mangiante – sono state consegnate ad un 'sognatore di strada', visionario del futuro nel presente, Ivan Tresoldi che le ha amalgamate e armonizzate fino a farne una poesia, forse la più lunga del mondo, certamente la più nostra, la più lavagnese di tutte”.

Il festival della bellezza

L'iniziativa fa parte di “FestivArt”, manifestazione svoltasi quest'estate e nata come “un momento di rinascita culturale di Lavagna dopo anni di oscurantismo conseguenti ai noti episodi che ne hanno caratterizzato e condizionato non solo la vita economica e amministrativa, ma altresì ne hanno inibito ogni sviluppo artistico culturale e sociale”, ha spiegato il Comune. L'emergenza covid-19 ha ovviamente influito sul Festival imponendone una drastica rimodulazione, ma è pur sempre un inizio: provate a curiosare per Lavagna quanti murali sono già stati fatti, legati a questa iniziativa: ce ne sono diversi e bellissimi. L'idea è nata dal confronto tra le idee dell'amministrazione e la visione dell'artista **Ivan Tresoldi**, classe 1981, la cui ideazione, partecipazione e collaborazione ha reso fattibile questo Festival. Il Comune ha così portato nel borgo un festival di arte partecipata, denominato “FestivArt-Chiamata alle arti”, coinvolgendo cittadini e turisti, oltre che artisti locali, nazionali e internazionali, per realizzare opere di arte pubblica e partecipata, che vanno dal neomuralismo alla progettazione urbana fino alla poesia di strada. Una di queste è appunto la “poesia più lunga del mondo”, che a nostro parere, è bellissima. Eccola in anteprima integrale.

Gioia Rossi

Seguici su [facebook.com/Corfole](https://www.facebook.com/Corfole)



In canto

*La poesia per il borgo e la sua gente
quasi se la porta la corrente
quella di mezzo tra fiume e mare
unica per sapore e incontro
come la sua gente sorridente
quasi matta al salto tra dolce e amaro
gente che vuole amare anche se duole
perché siete voi che state a raccontare
dell'onde, della terra e del tramontare
di far dell'ombra idee più chiare
idee di fantasia e impegno forte
come la libertà
che come il vento di sera
a Lavagna
sbatte le porte*

*Il ritratto per il borgo del sorriso
è grande come tutta la memoria
e tutta la sua cultura
è ogni viso e il treno che ti porta
o ti ha diviso*

*Terra di papi, briganti e alta statura
che come fiore in radura
Lavagna sta
impegno e solidarietà
la sua gente per bene
dal respiro di vento*

*dal sorriso mai spento
dal cuore divampo
al monte e alle vele*

*Scrivo al bordo del borgo e ho scordato
come si fa ad esser stanco
perché la forza me la dona queste vie
portento
lustri posati il tempo
lastre portate a stento
da donne speranza e fatica
il sentiero
la cava e la risalita
E s'ora son solo un pugno di parole
me la tengo stretta questa poesia
perché per sempre mi porti via
per un futuro sostenibile che smetta
di esser sempre lontano
verde come il verde
che è fatto di mare e sole
perché s'è pulita la discesa
lo è anche la salita
comunità eguale, ecologica e viva
perché il divertimento
è sfidare il mare aperto
ma anche star coperto
un passo la battaglia*

*Progresso e sviluppo
perché è sul bordo del burrone
che l'equilibrio è massimo per timore
troppo per me
che già mi derido al timone
sono per l'invisibile
che tratterà il pennello
e scusate se l'amicizia è anche quello
cene e Brignardello
sapere di sapore e della vostra fiducia
non è che solo l'inizio
il cammino è il motivo della riuscita
sta nel far del piacere vita
e non vizio all'antica*

*Allegra e serena la poesia
tutta si fa ritratto
perché mi basta un tratto d'un tratto
per sentir una voce sola che s'alza
come spuma di onde e profumo
di bosco
il borgo del sorriso mai nascosto
che t'abbraccia come manto
di Lavagna che s'alza luce
la sua gente
incanto
d'unico canto.*

NUOVA ERREFFE RECCO Via S. Rocco 87 B2
TEL 0185/722681
www.nuovaerreffe.it | info@nuovaerreffe.it

Tasso zero IN 20 RATE (50% off)

AMPIA ESPOSIZIONE
Serramenti in alluminio, legno e pvc
Porte interne e blindate - Tapparelle

CONTATTACI ORA
per il tuo preventivo!

NESTORI
Fiori & Garden shop
GATTORNA
0185.934697

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

CAP Gomme 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!**

SE IL COVID DIVENTA UN COLORATISSIMO MURALES CHE PARLA D'AMORE

Tosh, il giovane l'artista che l'ha realizzato, ci racconta il significato e dice: *"Quanta bellezza abbiamo intorno e diamo per scontata"*



Non passa di certo inosservato, il murales realizzato da "Tosh", nome d'arte di **Andrea Cocciolo**, sul lungo fiume Entella, presso il Ponte Matteotti di San Salvatore di Cogorno. Inaugurato a settembre, è la sua prima, grande opera a cielo aperto.

Tosh, cosa rappresenta questo murales?

"Il progetto inizialmente avrebbe dovuto riguardare la storia del nostro territorio e dare spolvero alle tradizioni dei luoghi in cui viviamo, come quella della famiglia Fieschi e il celebre passaggio di Dante Alighieri che attraversò il fiume Entella. Poi, vista la pandemia da covid-19 che ha colpito il mondo intero, il soggetto della commissione è cambiato e si è voluto così rendere omaggio all'amore delle persone che si sono dedicati agli altri facendo sacrifici e rischiando in prima linea. Quindi ci sono tre scene di bacio: la prima simboleggia l'amore pre-Covid, al centro l'amore durante il Covid ed infine l'amore post-Covid. Vuole essere un messaggio di speranza e responsabilità alla cittadinanza".

Quanto tempo hai impiegato a realizzarlo e a chi ti sei ispirato?

"Circa un mese e mezzo. Due immagini, la prima e la terza, si rifanno a due opere di Roy Lichtenstein, tra i più celebri esponenti della Pop Art, mentre quella in mezzo ad un fumetto che adoro, realizzato nella fine degli Anni 50. E' la prima volta che ho realizzato qualcosa su un muro, sinora ho sempre dipinto su tela, qualche scultura, ma mai così in grande!"

Nelle tue opere ti ispiri spesso agli Anni 60, cosa ti piace di quell'epoca?

"Penso di soffrire, come tanti, la nostalgia di epoche mai vissute: a volte non mi trovo a mio agio nel mio tempo e attraverso l'arte cerco involontariamente di vivere momenti mai vissuti. Non mi chiedo perché, so solo che mi fa stare bene. Non sto a ragionare troppo su quello che creo: prendo ispirazione dal passato e poi ci metto del mio".

Che rapporto hai con il territorio?

"Oddio, non ci ho mai pensato, bella domanda: penso di vivere in un territorio bellissimo che purtroppo dò spesso per scontato. Quanta bellezza abbiamo intorno: penso all'architettura, dai portici di Chiavari, ai gradini stretti delle case, alla Basilica dei Fieschi. Per non parlare di tutta la natura che ci circonda... La bellezza spesso è racchiusa anche nelle persone: l'altro giorno ero a mangiare in un'antica trattoria di Chiavari e c'erano l'oste che controllava le persone mangiare, l'artista che passava in bici, gli anziani seduti ai tavoli... anche in tutto questo c'è tanta bellezza. Ma tutta questa meraviglia la colgo ora, mentre te la sto raccontando: nell'attimo la dò spesso per scontata".

Cosa cambieresti del posto in cui vivi?

"In senso materiale, direi di no: se c'è anche qualcosa di brutto ha comunque una storia da raccontare. Se proprio dovessi "abbattere" qualcosa, ecco cambierei l'approccio, la mentalità di chi vive qui: penso ai chiavaresi, ad esempio, non me ne vogliano. Nell'arte hanno sempre lo stesso me-

todo: comprano dai soliti, dai grandi nomi locali perché fa figo, e basta. Le novità che avanzano vengono accolte tiepidamente. Non so se sono troppo tranquilli, abituarli o timidi, a volte mi chiedo se si sono accorti che noi giovani artisti esistiamo".

Biografia

Andrea Cocciolo, in arte Tosh, nato a Santa Margherita nel 1995, consegue il diploma di maestro d'arte nel 2012 presso il liceo artistico Luzzati di Chiavari, dove vive tutt'ora. Fin dai primi passi emerge sulla scena pittorica ligure, proponendo un'arte che ricorda la pop art degli anni '50/'60, avvalorata dal suo "io" artistico. Un giusto mix di intraprendenza, caparbieta e talento lo portano ad una continua presenza in esposizioni collettive e personali, fiere e live performances in tutt'Italia. Degne di nota sono le commissioni ricevute da **Patron Tequila** e da **Ernst Knam** e le pubblicazioni sulla stampa nazionale. L'arte di Tosh non ha mezzi termini, il messaggio è diretto e facilmente assimilabile dall'osservatore che rimane rapito dall'assonanza tra colori sgargianti e immagini che accumulano la vita di ognuno di noi: lui stesso la definisce "nuova pop". Lavora in studio a Rivarola (Carasco) e alcune sue opere sono esposte a Genova (Galleria Artistica Comelli), a Milano (Galleria Pisacane) e Roma (Collezione Gallery). **Contatto: andrewtosh2013@gmail.com**

Gioia Rossi

Seguici su [facebook.com/Corfole](https://www.facebook.com/Corfole)



CACCIA ALLA PIZZA PIU' BUONA DEL LEVANTE

Segnala la tua pizzeria preferita!

Sarete come sempre voi a dirci quali sono le pizzerie più apprezzate e a sostenerle col vostro voto. Ecco come.

1) Segnala subito la tua pizzeria preferita (possibilmente allegando una foto) a grafica@corfole.com o sulla pagina facebook Corfole o via Whatsapp al 379.1614857

Sono ammesse le pizzerie nei comuni di Pieve, Bogliasco, Recco, Sori, Camogli, Portofino, Santa M. L., Rapallo, Zoagli, Cogorno, Chiavari, Lavagna, Sestri L. e le Valli Petronio, Fontanabuona, Aveto, Graveglia, Sturla e Trebbia.

2) Vai sulla pagina facebook di Corfole, cerca l'album "PIZZA REGINA 2020" e metti Mi piace alla foto della tua pizzeria preferita (anche più di una).

Se non è ancora presente nell'album, segnalala come al punto 1.

DURATA: si vota fino alle ore 18.00 del 27 novembre. Consigliamo di segnalare sin da subito la vostra pizzeria!

PREMI: alla vincitrice l'Attestato di PIZZA REGINA 2020; tra tutti coloro che l'hanno votata e messo MI PIACE alla pagina di Corfole, 1 estratto vincerà una cena completa per due. Ad altri 20 un premio di partecipazione.



LA COPPIA CHE CI PORTÒ NEL MONDO

Documentaristi, fotografi e scrittori, Guido Lombardi e Anna Lajolo raccontarono la società del tempo e le storie di isole sperdute, come quella dove naufragarono dei levantini. Poi, con l'avvento della rete Rai regionale fecero conoscere all'Italia la Liguria, il Tigullio e il suo entroterra

- di Antonino Di Bella

La bottega in caruggio era come una tv vivente

Guido Lombardi, chiavarese doc, cresce nella città dei porti, presso la bottega dei genitori, la storica **drogheria Pompeo** che si affacciava su Piazza Mazzini angolo Caruggio Dritto. Il negozio è un riassunto del mondo: frutta candita, fichi secchi, datteri, acqua di fior d'arancio e prelibatezze da ogni regione, ma anche spezie esotiche come cardamomo, curry o macis. E poi vi trovavi di tutto: dal **cannello di zolfo per il torcicollo** al **mastice per risanare le botti** fino al **bisolfito per fare il vino**. Siamo negli anni '50-'60 e questo negozio non è solo un'attività commerciale ma, come dice Guido, **"anche un crocevia di filosofi, nonché libera università popolare"**. Dentro e fuori si ritrovavano personaggi che rappresentavano uno spaccato della gioventù di allora, pensatori e artisti, veri docenti o maestri di vita, appassionati sportivi ma anche fieri "vitelloni" di provincia con annesse storie e sogni. Guido cresce intriso di racconti e di storie di ogni tipo e quando arriva il tempo di capire "cosa fare da grande" non ha dubbi: raccontare storie attraverso la nascente arte visiva applicata al cinema e alla televisione.

L'incontro del destino

Avviene tutto nel giro di poco tempo: parte per Roma e trova lavoro come tecnico della Rai, frequenta un'importante scuola di cinema, diviene uno tra i pionieri del video in Italia fondando nel 1971 con Alfredo Leonardi il gruppo Videobase. Nella capitale incontra **Anna Lajolo**, di Torino, che diverrà sua compagna di vita e di lavoro: girano film di impegno politico-sociale premiati a festival internazionali, girano l'Italia per descrivere la realtà di quegli anni e delle lotte sociali, come in ***E nua ca simu a forza du mundu*** (1971), ***Quartieri popolari di Roma*** o ancora ***Policlinico in lotta/Carcere in Italia***. Con ***L'isola dell'isola*** documenteranno la storia della comunità di Carloforte, nell'isola di San Pietro, **enclave ligure** in Sardegna dove si parla ancora oggi il dialetto genovese.

Pionieri della Rai regionale

Nei primi anni '80 nasce la Terza Rete Rai, come espressione delle realtà regionali, ed ecco la svolta locale: la coppia Lombardi-Lajolo comincia a realizzare una serie di puntate dedicate al Tigullio e al suo entroterra sconfinando anche nel Levante Ligure, con personaggi tipici e luoghi particolari. Grande spazio viene dato all'entroterra di **Lavagna** e alla **ValGraveglia** dove era ancora in funzione la miniera di Gambatesa, all'epoca la più grande miniera di manganese. A **Cassagna** furono intervistati i minatori che ancora potevano raccontare le difficoltà e la vita all'interno e intorno alle cave. Spiccavano le figure di **Rosa, detta Rosetta** - che insieme ad altre donne e ragazze faceva la cernitrice, ossia separava i minerali appena estratti - e il marito **Nino Antonucci** che, dopo anni in miniera, raggiunta la meritata pensione, intratteneva amici e familiari con la sua inseparabile fisarmonica. Altri episodi erano ambientati a **Chiavari** e spiegavano come erano nate ad esempio le sedie **Chiavarine**, raccontavano le storie dei **personaggi**, artisti e poeti che animavano la città nonché la gastronomia locale e i luoghi dove gustarla, tra **fainotti** e trattorie tipiche.



Verso l'isola degli ammutinati del Bounty



Sceneggiato Rai, "Due amici e un cane nel mare della buridda", Vernazza



Documentario Rai sulla cava di ardesia ad Orero



1991 - Lasciando Tristan da Cunha, su un cargo per il trasporto delle aragoste



Il nostro Antonino Di Bella con Guido Lombardi



Anna da Luchin. (Probabilmente documentario sulla sedia di Chiavari)



(foto della famiglia Antonucci)

Sull'isola più sperduta del mondo

Agli inizi degli anni '90 vogliono raccontare l'avventura dei **naufreggi camogliesi Repetto e Lavarello** e del **lavagnese Giulio Tiscornia** che erano parte dell'equipaggio del brigantino "Italia", affondato nel 1892 nei pressi dell'isola vulcanica **Tristan da Cunha**, sperduto possedimento inglese nell'Oceano Atlantico. Esattamente un secolo dopo, arrivarci resta un'avventura: raggiunto il Sud Africa, Guido e Anna devono imbarcarsi su di un cargo mercantile e dopo ben sette giorni di navigazione finalmente vedono l'isola più solitaria del mondo, dove vivono trecento abitanti discendenti di balenieri e naufraghi europei e americani. Vi si fermano per tre mesi raccontando la vita di quella piccola comunità: **"Ad esempio - ricorda Guido - nell'unico negozio dell'isola si trovavano formaggi a diversi prezzi: quello che costava meno era quello scaduto da più tempo! Oltre a pesca, bestiame e coltivazioni, gli abitanti si cibavano anche delle uova di alcuni tipi di uccelli, ma quando capirono che questo poteva far scomparire quelle specie, si rinunciarono a mangiarle. Infine, l'abitudine, fino a non molti decenni fa, che le ragazze pregassero che ci fossero naufragi perché da quegli episodi, tristi per qualcuno, si traeva il materiale per costruire e arredare le case dell'isola"**. Aspra e incontaminata, Tristan è ancora oggi un microcosmo unico, fedele ai principi di solidarietà e uguaglianza, che difende con orgoglio il proprio isolamento e la natura, habitat di numerose specie di uccelli marini, foche e pinguini. **"Uno di quei posti al mondo che ti cambia**

la testa", ricorda Guido. La coppia torna in patria con un altro lungo viaggio, **"Questa volta grazie all'arrivo di una nave da carico che faceva tappa sull'isola per portare sulla terraferma un abitante ammalato gravemente"**. Col materiale registrato produssero i documentari per la Rai ***L'isola in capo al mondo*** e ***L'isola trovata*** e i libri ***Le lettere di Tristan*** e ***Tristan da Cunha: i confini dell'anima***.

Viaggi, vita e libri a 4 mani

L'esperienza rimase tanto impressa che decisero di visitare altre isole remote, realizzando importanti documentari sull'Isola di Robinson Crusoe (arcipelago cileno delle Isole Juan Fernández) e sull'Isola di Pitcairn nell'oceano Pacifico. Tornati definitivamente sulla terraferma, dedicano il loro tempo a documentare piccole e grandi realtà. Famoso è il cortometraggio sulle fontane di Roma, ma Chiavari è sempre nel cuore di Guido che la racconta nei libri ***Il respiro del fiume*** dedicato al fiume Entella, ai suoi luoghi e a coloro che ci abitano e ancora coltivano le terre circostanti, ***Acqua dolce-Storie chiavaresi*** e ancora ***Le storie che noi siamo*** e ***L'intarsiatore*** dedicato a Luigi Buder, pittore, costruttore di violini e maestro dell'antica arte della tarsia. Ultimamente Guido e Anna hanno scritto a quattro mani il libro ***Bella la luce del giorno***, forse il loro capolavoro e la loro storia più bella.



GIOVANNINO CORRE ANCORA

Rubata nel 2014, torna a Riva Trigoso la statua di Guareschi in ricordo delle sue estati felici

Era stata rubata nel 2014 la statua raffigurante Guareschi fanciullo, che era stata realizzata dallo scultore Pietro Ravecca su iniziativa del Circolo Acli. S. Sabina aps di Trigoso (Sestri Levante). Ora, alcuni amici di Sestri e Riva Trigoso l'hanno sostituita. L'incarico è stato affidato allo scultore **Leonardo Lustig** del quale a Sestri Levante ci sono già alcune significative opere come il **"Pescatore"** nella Baia del Silenzio e il **"Roveto ardente"** nella chiesa di S. Antonio. Per il basamento si è pensato a un'idea particolare e suggestiva, immaginando un percorso che dal lato monte scende verso la "piazetta". La realizzazione di questo percorso è previsto in pietra a vista e in cima il caratteristico **"risseu"** sul quale fissare la scultura, dando così l'idea che il fanciullo raggiunga la piazza correndo col suo cerchio su un pezzo di antico sentiero. Un'opera di pregio, che sarà un nuovo punto di attrazione per il borgo.

Perché a Riva c'è la statua di Giovannino Guareschi bambino?

Giornalista, umorista e caricaturista italiano, è uno degli scrittori italiani più venduti nel mondo, nonché lo scrittore italiano più tradotto in assoluto. Il suo **"Don Camillo"** è ancora oggi una vetta irraggiungibile della letteratura e del cinema, con quel mix di verità, fine umorismo e poesia. Ebbene, Guareschi ha vissuto alcuni anni della sua fanciullezza proprio a Trigoso, assieme ai genitori e alla nonna Filomena. Vacanze felici perché in quell'occasione Giovannino, Nino per i suoi genitori, vedeva la famiglia riunita e serena dato che suo padre, operaio militare nella Trafiliera di Casarza, lì raggiungeva, durante la libera uscita, nella canonica di don Giovanni Battista Chiappe dov'erano ospitati grazie alle cure dell'amica Lenin Castagnola. La figlia Carlotta, mancata nel 2015, dichiarò: *«Mio padre ha più volte scritto di aver avuto la forza di resistere nei momenti difficili della vita grazie ai ricordi di un'infanzia serena. Sono convinta che molti di questi ricordi fossero illuminati dal sole di Trigoso»*. Così, ripreso in mano il cerchio e il bastoncello, Nino riprende la sua corsa sui ciottoli, accompagnato dal verso della "Sagra di Santa Gorizia" di Vittorio Locchi che lo emozionava sempre: *«E voliamo nel sole, anima mia!»*.



Sopra: la statua nella nuova interpretazione

Sotto: quella originale, rubata nel 2014



Fernandel (Don Camillo), Gino Cervi (Peppone) e Giovannino Guareschi-sul set

RIPARTIAMO DAL PAESELLO

"Vogliamo vivere qui": così Bryan e Giorgia rinnovano il circolino sul cucuzzolo di Moconesi

Che i giovani stiano riscoprendo la bellezza della vita nell'entroterra lo abbiamo scritto spesso, che questo sarà la salvezza di tanti borghi lo si sente dire altrettanto spesso... ma poi sarà vero? Una bella testimonianza arriva da Moconesi Alto, ridente paesello che sovrasta la più famosa frazione Gattorna, dove l'aria buona e il paesaggio hanno da sempre attirato i genovesi, tanto che si è creato negli anni '70 un vero e proprio "villaggio turistico" composto da case e palazzine in stile baita. C'erano diversi bar, negozi alimentari e un noto ristorante con "dancing". Poi, come in tutti gli altri paesi collinari, negli anni è sparito tutto. Nessun luogo dove bere un caffè o rinfrescarsi con un gelato in estate; ma soprattutto nessun luogo di ritrovo. Negli ultimi anni aveva aperto un circolino, ma la gestione non è stata molto fortunata. Ed ecco che se il lockdown ha portato alla rinuncia della gestione, per qualcun altro è stata l'opportunità per farsi avanti. Ed è bello che a farlo sia stata una coppia di giovanissimi, Bryan Monteverde e la fidanzata Giorgia Grimaldi.

Al posto dei videopoker, calcetto, biliardo, ping pong e libri per un posto giovane ma in vecchio stile

Avevamo già conosciuto Bryan poco tempo fa per aver fondato l'associazione sportiva e squadra di calcio Moconesi Alto, ora lo ritroviamo in veste di fondatore del Circolo USACLI. Insieme a Giorgia ha preso in gestione "il circolino", trasformandolo in un luogo di ritrovo che mixa le idee giovani con un'atmosfera "vecchio stile" con il flipper, calcetto, giochi in scatola e ping pong e presto arriveranno due biliardi, uno per le boccette e uno per le stecche. I videopoker invece sono stati banditi e al loro posto è stata realizzata una stanza libreria dove fare bookcrossing e - finite le misure restrittive da covid-19 - sarà possibile avere aiuto per fare i compiti. Poi, certo, qui si beve e si mangia, con tavola calda e panineria; e ogni sabato una cena a tema con karaoke. La novità principale è l'orario di apertura (restrizioni permettendo) dalle 7 alle 24, 7 giorni su 7. L'intenzione è anche quella di offrire quei servizi che possono rendere la vita meno compli-



cata: un punto di piccolo approvvigionamento per gli alimenti quotidiani (burro, latte, uova, insalata, etc.), poi biglietti del bus e servizio di giornali su prenotazione, nonché spazi per feste. La famiglia di Bryan possiede diversi cani (che qui sono benvenuti) ma anche cavalli e c'è la possibilità di organizzare passeggiate in sella a queste bellissime creature. Infine, pochi anni fa questa zona è stata teatro di un brutto incendio che ha lambito le case e in caso di malori occorre attendere non poco l'arrivo delle ambulanze: per questo c'è in programma di diventare ponte radio con la Protezione Civile e di installare all'esterno un defibrillatore come pronto intervento salvavita. Essendo un circolo occorre tesserarsi: la tessera 10€ singola, 8€ in caso di nuclei familiari. In pochi sanno che recentemente la "questione tessere" è diventata più seria del passato e appartiene a un registro nazionale. Oltre alle tariffe agevolate (es. il caffè a 80 centesimi) i soci possono beneficiare di wifi gratuito e ulteriori agevolazioni. Speriamo che altri giovani ne seguano l'esempio e facciano rivivere i tanti paesi a rischio abbandono.

Contatti: 0185.1590563 – 392.6431282
facebook: Circolo Da U Bryan

Giansandro Rosasco

#LOSAPEVI?



IL GIOCO NON VALE LA CANDELA - Questa espressione si usa dal 1500! Per le loro attività notturne i giocatori d'azzardo erano soliti comprare una candela o lasciare la somma al padrone di casa. L'espressione indicava quelle serate in cui le vincite erano state talmente basse da non riuscire a coprire nemmeno il costo della candela!

Aperto tutti i giorni

Cavi Arenelle
via Pavia, 36
0185 390543

PANIFICIO PERRONE
dal 1979

[@panificio_arenelle](#)
[@PanificioPerrone](#)

Seguici

#RIDIAMOCISU!

Antonio
6 nov alle 22:56

È doloroso farsi un tatuaggio?

Daniela
Dipende dalla zona
10 h Mi piace Rispondi

Antonio
Sono di Nuoro

MENTIONA LA TUA ULTIMA CRESCITA PERSONALE

LA PANZA

Graffigna: cognome di conti o nomea di briganti?

L'origine potrebbe derivare da un termine nobile ma è più probabile da "sgraffignare..."



Diffusione in Italia

45 Liguria
9 Lombardia
3 Veneto
2 Piemonte
1 Emilia-Romagna
1 Trentino Alto A.

(fonte: Cognomix.it)



Prof.ssa Guendalina Graffigna

È un cognome tipicamente ligure, diffuso soprattutto in provincia di Genova e in particolare nel Chiavarese. Pare che il ceppo originario sia della valle del Bisagno: tale **Giovanni Battista** con il figlio Giulio, provenienti dalla valle, furono iscritti nel 1528 a Genova all'Albergo dei nobili Lercaro. La loro arma gentilizia, pubblicata sul "Libro d'Oro della Nobiltà di Genova" ha il leone color rosso su campo argento con un palletto doppiomerlato in tre pezzi. Già del 1463 è tuttavia un contratto di apprendistato rogato a Genova dove è citato un **Bartolomeo Graffigna di Borgonuovo** come apprendista filatore di canapa, mentre nel 1531 troviamo un **Battista Graffigna** censito tra gli idonei alle armi nel quartiere genovese di Santo Stefano a Genova, forse lo stesso Giovanni Battista prima citato.

LE ORIGINI DEL COGNOME

Secondo Piero Abrate, nel suo "Dizionario dei Cognomi liguri", il cognome Graffigna riprenderebbe, attraverso soprannome, il termine graffiare, che in senso figurato sta per prendere la roba altrui, 'sgraffignare' come si dice. La letteratura ha in passato utilizzato il cognome per dare il nome a briganti o personaggi equivoci. Citiamo un caso per tutti: nel Quattrocento, Castellano dei Castellani scrive "La Rappresentazione di Santo Honofrio" nel quale i nomi di alcuni "malandrini" sono scelti con evidente intenzione dispregiativa anche per la forma con cui suonano: Cuccudrilla, Carpigna, Bertuccione e, appunto, Graffigna. Tuttavia non ci sentiamo di escludere una derivazione simile a quella di due piccoli comuni italiani: Graffignana, in provincia di Milano e Graffignano, presso Viterbo. Secondo il *Dizionario toponomastico* UTET essi deriverebbero dal nome latino di persona **Carfinius** che in quei due casi vedono l'aggiunta di un suffisso che caratterizza l'appartenenza al territorio. Infine, l'ipotesi che possa derivare dal termine germanico **graf** (conte) non può essere trascurata, ma è molto improbabile.

PERSONAGGI NOTI

Ricordiamo **Achille Graffigna**, nato a San Martino dall'Argine (MN) nel 1816 e morto a Padova nel 1896, che è stato un professore di musica e compositore italiano. Tra le sue opere possiamo ricordare una nuova versione de *Il barbiere di Siviglia*, con lo stesso testo scritto da Cesare Sterbini e utilizzato da Rossini, che presentò il 17 maggio 1879. Graffigna si caratterizzò infatti, anche per il riutilizzo di libretti già di successo,

come per il libretto de *Il matrimonio segreto* di Giovanni Bertati, musicato in precedenza da Cimarosa. **Giuseppe Graffigna** di Genova, figlio di Giovanni Battista, fu uno dei Mille con Garibaldi, mentre **Gerolamo Graffigna** (1861-1932) fu un pittore nativo di Voltri formatosi alla bottega di Nicolò Barabino che svolse la sua attività in prevalenza nel ponente ligure, affrescando numerose chiese. Ricordiamo ancora il calciatore **Pedro Graffigna** nato il 23 settembre 1945 è un ex calciatore uruguayano, di ruolo centrocampista. Ha giocato 14 partite per la Nazionale uruguayana tra il 1976 e il 1978. Infine l'ingegner **Domenico Graffigna** che fu sindaco di Arenzano dal 1872 al 1875; la famiglia era originaria di Borzonasca, giunse ad Arenzano nel 1832 dove acquistò il palazzo Scasso, oggi Villa Mina divenuta parco comunale.

Venendo ai giorni nostri, è da segnalare la nota professoressa **Guendalina Graffigna**: di origine sanremese, è docente di Psicologia dei consumi e della salute presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano e direttrice dell'EngageMinds Hub, balzata alle cronache proprio in questi mesi per le sue ricerche e i suoi interventi sull'impatto del covid-19 sulla vita sociale e sulle abitudini individuali.

Regali indimenticabili.

GARDEL gioielli

Calvari S. Colombano Via Cuneo 155 | 0185.358238

Sulle sponde dell'Entella c'è un orto dove si coltiva la carità

Quando la frutta e la verdura sono buone... in tutti i sensi



Che frutta e verdura facciano bene, lo sanno anche i bambini. E se hanno anche un fine benefico, sono buone il doppio! Sul lungo Entella, lato Lavagna, è presente da un paio d'anni, tra tanti orti, uno un po' speciale: L'orto della carità.

La carità come avventura

Occupava un'area verde di tre ettari sulla piana dell'Entella e si chiama Orto della carità perché le offerte ricevute in cambio del raccolto sono interamente devolute ai poveri delle missioni dell'Operazione Mato Grosso (O. M. G.) in America Latina. Ad occuparsi della semina, raccolta e cura e di tutte le attività sono i volontari dell'associazione "L'Avventura della carità" (mail: avventuradellacarita@gmail.com), formata da famiglie e amici del Tigullio: "Vivere questo luogo - spiegano - ci dona l'opportunità di seguire i tempi della terra, di aprire occhi e cuore agli altri e ai poveri, di coltivare e far crescere anche nuove amicizie". Chiunque passi davanti a questo terreno, può notare una bacheca che dà il benvenuto: i prodotti poi vengono distribuiti attraverso diverse iniziative, tramite passaparola e annunci, e il ricavato appunto va in beneficenza. Gesti non troppo eclatanti, in silenzio, ma che aiutano tan-

te persone in difficoltà. Per il rudere, il progetto è di trasformarlo in una casa per accogliere ragazzi, gruppi, famiglie e chiunque voglia avere un posto per fermarsi, dove sperimentare veramente lo stile della gratuità e dello sporcarsi le mani per gli altri: "Ristrutturando la casa vogliamo creare un luogo ospitale, familiare, aperto a tutti, dove poter respirare un'aria 'buona' e diversa".

Cos'è l'Operazione Mato Grosso

È un movimento che attraverso il lavoro gratuito a favore dei più poveri offre la possibilità di esperienze formative: "Per chi vede qualcosa che non va dentro e attorno a sé, e vuole rimboccarsi le maniche!", spiegano con semplicità. Nel Levante ci sono diversi volontari che danno il loro tempo per aiutare concretamente attraverso la fatica, la coerenza tra le parole e la vita, lo spirito di gruppo, il rispetto e la collaborazione. I lavori vanno dalla raccolta di carta, rottami e altri materiali da macero, a quelli agricoli, di pulizia sentieri, costruzione e gestione rifugi. Numerose le spedizioni in America Latina dove si realizzano attività nel campo educativo, religioso, sanitario, agricolo e sociale.

Gioia Rossi

#GENOVESANDO

Quando in Liguria fa un po' freddo, ci mettiamo vicino alla stufa.

Se fa più freddo, ci mettiamo un po' più vicino.

Se fa molto freddo, ci mettiamo ancora più vicino.

Se però fa freddissimo... allora la accendiamo!



#DirittoUtile



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



LA COSTITUZIONE DELLA SERVITÙ PER DESTINAZIONE DEL PADRE DI FAMIGLIA

Franco (nome di fantasia per motivi di privacy) ci scrive di avere acquistato una palazzina con adiacente porzione di terreno.

Su tale terreno insiste un cancello, attraverso il quale si raggiunge la pubblica via, che al momento della divisione dei fondi era aperto, mentre attualmente è chiuso col lucchetto: la proprietaria del terreno detiene le chiavi e si rifiuta di farvi transitare automobili e persone. Franco chiede se un Giudice possa riconoscere il proprio diritto di passo carrabile attraverso il cancello per raggiungere la palazzina di sua proprietà con l'automobile. Ciò sul presupposto che originariamente la proprietaria del terreno era anche proprietaria della palazzina.

Al quesito posto da Franco mi sento di rispondere affermativamente.

In questa fattispecie, in caso di mancato accordo con la proprietaria del terreno, Franco potrà chiedere al Giudice il riconoscimento della servitù di passo carrabile **per destinazione del padre di famiglia**.

Tale tipo di servitù viene, appunto, riconosciuta in casi come questo in cui al momento della divisione di un fondo, appartenente originariamente ad un unico proprietario, a seguito della alienazione di una parte del fondo stesso, siano presenti sul fondo opere visibili e permanenti atte all'esercizio di una servitù e tra i due fondi vi sia un rapporto di subordinazione l'uno all'altro o di servizio dell'uno nei confronti dell'altro.

In questo caso Franco ben potrà vedersi riconosciuta la servitù di passo carrabile per arrivare con l'auto in prossimità della palazzina, in quanto il cancello insistente sul terreno di proprietà della venditrice della palazzina era presente al momento della divisione dei fondi e, a quanto dice Franco, vi transitavano le automobili.

Ricordiamo che l'esistenza di tale tipo di servitù può essere provata con ogni mezzo, come prevede espressamente la legge (art. 1062 del codice civile).

#L'Angolo Zeneise Parole e modi di dire



prof. Franco Bampi, Genovesista
www.francobampi.it
zena@francobampi.it



LA MANPÂ per fare entrare luce nelle case buie E ALTRE USANZE E PAROLE ZENEIZI CHE ARRIVANO DALLA SPAGNA!

Per le ampie relazioni che la Repubblica di Genova ebbe con la Spagna, molte sono le parole che il genovese ha tratto dallo spagnolo anche se di diversa origine etimologica. Chiocciola in genovese si dice **câgòllo**, dallo spagnolo caracol; quindi **scâa a câgòllo** denota la scala a chiocciola. Curiosa è la **manpâ** (da mampara, paravento), grandi rettangoli di tela bianca che venivano appesi obliqui fuori dai balconi nei **carôggi** per riflettere la luce del cielo dentro casa. Dallo spagnolo abbiamo preso anche la coppia **diccia** (fortuna) e **desdiccia** (sfortuna), ma pure il verbo **aru-batâ** (rotolare) e **i fidê** (pasta fresca da pastio). Persino **i spegétti** (occhiali) sono tratti dallo spagnolo espejuelos.

In disuso, ma belle, sono le parole **fârta** (mancanza) e **fôffa** (breve paura), entrambe registrate dal Casaccia nel 1876. I **pésci in scabéc-cio** sono i pesci in carpione, dall'arabo *sikbeg* giunto a noi attraverso lo spagnolo escabeche. Altro spagnolismo è **regatónn-a** (fruttivendola) che va distinta dalla **bezagninn-a** (erbivendola). Aggiungo ancora le parole **amiâdô** (terrazzo belvedere), **rasciâ** (raschiare) e **naega** (natica). Concludo con qualche attributo per le persone: **cialàn** (simpatico, detto per vezzo a un bambino o a un piccolo animale), **pación** (buon uomo), **tâmâsso** (persona grossolana e tozza), **inbesio** (intorpidito, stordito).

Ma che vêgnan dò-u latin, dò-u grêgo ò dò-u spagnòllo, sôn sênpre paròlle de Zêna!

#fiscoEagevolazioni



dott. Francesco Mandolfino
Commercialista
Per consulenze:
0185.934120
340.2984225
www.studiomandolfino.it



LOTTERIA DEGLI SCONTRINI DA GENNAIO 2021

Dal primo gennaio inizia la lotteria degli scontrini, nuovo concorso a premi gratuito collegato allo scontrino elettronico. Ogni acquisto genera un numero di biglietti "virtuali" che consentono la partecipazione alla lotteria: ogni euro speso dà diritto a 1 biglietto virtuale, fino a un massimo di 1.000 biglietti per un acquisto pari o superiore a 1.000 euro. Prima dell'emissione dello scontrino è necessario chiedere all'esercente di abbinare allo stesso il proprio "codice lotteria", che si ottiene accedendo all'area pubblica del "Portale lotteria", messo a disposizione dall'Agenzia delle dogane e dei monopoli. Per avere il codice lotteria non serve registrarsi all'area riservata del Portale, basta inserire il codice fiscale nell'area pubblica. Una volta generato, il codice lotteria può essere utilizzato per tutti gli acquisti e partecipare alle estrazioni. È sufficiente stamparlo su carta o salvarlo su un dispositivo mobile (smartphone etc.) e mostrarlo al negoziante al momento dell'acquisto. La lotteria prevede estrazioni "ordinarie" e estrazioni "zero contanti". Chi paga in contanti partecipa solo alle estrazioni ordinarie, chi paga con la moneta elettronica (per esempio, bancomat, carta di credito, carta di debito) partecipa a entrambe le estrazioni. Tutti i premi della lotteria non sono assoggettati ad alcuna tassazione. La vincita è pagata dall'Agenzia delle dogane e dei monopoli esclusivamente mediante bonifico bancario o, per i soggetti sforniti, con assegno circolare non trasferibile. Per le estrazioni ordinarie sono previste: • un premio da 1 milione di euro per il vincitore dell'estrazione annuale • 3 premi da 30.000 euro ciascuno per i vincitori delle estrazioni mensili • 7 premi da 5.000 euro ciascuno per i vincitori delle estrazioni settimanali. Con un provvedimento di prossima emanazione, saranno definite le regole dell'estrazione aggiuntiva "zero contanti". I premi di questa lotteria sono più elevati e ad essere premiato sarà anche l'esercente.



PER LEI

PAOLO, 39 anni, è alto, simpatico, con un carattere allegro e dinamico. Per lui amare significa donare disinteressatamente e non vede l'ora di cominciare una seria storia d'amore.

DONATO è un 45enne, molto per bene, disponibile e altruista, sensibile e dolce. Laureato in fisica, lavora come chimico. Cerca una ragazza interessante, per lui la bellezza sta all'interno.

GIORGIO, 54enne, lavora nel settore elettronico. Ama il mare e andare in barca. Vorrebbe una donna graziosa, dolce e sensibile, ricominciare ad amare e mettersi in gioco.

LUIGI, 68enne, architetto in pensione. Tante passioni, tra cui i viaggi e l'opera. Vive in una bella casa e vorrebbe accanto la persona giusta con cui trascorrere momenti di serenità e gioia.

MAURIZIO, 76enne che non dimostra gli anni che ha. Sempre elegante e galante incontrerebbe una signora educata e tranquilla.

PER LUI

ANGELA 35enne, nubile con due bimbe, vive in una bella casa di proprietà e vorrebbe accanto un ragazzo serio che sappia prendersi delle responsabilità.

LUCIA, 44 anni, gioiosa, volenterosa, intelligente e generosa. Ama il teatro comico, la filosofia, le passeggiate e il fitness. Cerca un uomo dinamico, gentile ed elegante.

CARLA, 51 anni, divorziata, bella donna, giovanile, con due figli grandi, laureata, dipendente pubblico. Spigliata ed energica, sogna un uomo gentile, che ami gli animali e la natura.

MARA 62 anni, psicologa, divorziata senza figli, è una donna fine ed elegante, amante del bello. Conoscerebbe uomini di pari requisiti fino a 75 anni se portati bene.

CARLA, 70enne simpatica, in gamba, nubile e senza figli, vorrebbe un uomo semplice ma interessante con cui condividere le sue giornate.

Contattatoci per un colloquio
GRATUITO: 010.5701032
Chiavari Corso Gianelli 20
Genova Via Fiasella 4 int.9A
www.obiettivoincontro.it

Invia un messaggio con nome,
professione ed età al numero

392 92 092 38

riceverai alcuni profili adatti a te!





NUTRIZIONISTA

dott.ssa Grazia Lo Presti
Scienze dell'alimentazione e Chirurgia generale
Sono disponibile a rispondere alle vostre domande:

- **facebook:** Nutrizionista Dott.ssa Grazia Lo Presti
- **mail:** dotlopresti@gmail.com
- **whatsapp:** 346.6684585

Sestri Levante Via Un. Sovietica, 19

PRIMA VISITA GRATUITA

MANGIARE PER STARE BENE

Il mio primo obiettivo di medico nutrizionista è quello di conoscere bene ogni mio paziente e capire come vive e come mangia per poter formulare diete sempre PERSONALIZZATE e compatibili con lo stile di vita e con il lavoro. In particolare, è molto importante per pazienti portatori di DIABETE, PRESSIONE ALTA E MALATTIE RENALI (la così detta SINDROME METABOLICA), che se accompagnata da aumento del COLESTEROLO e dei TRIGLICERIDI, possono portare a ictus e infarto. La nutrizione è molto importante anche per chi sta combattendo il cancro, in quanto può ridurre gli effetti collaterali della chemioterapia. Infine, la dieta CHETOGENICA ci ha permesso di ottenere ottimi risultati nel trattamento di cefalea ed emicrania, oltre naturalmente al trattamento dell'obesità e di tutte le patologie legate a INSULINO-RESISTENZA e INTOLLERANZA AL GLUTINE.

Consulenza nutrizionali anche da remoto

Comodamente seduti a casa vostra potrete parlare con la nutrizionista al telefono o in videochiamata su whatsapp.

- Consulenza da remoto: a titolo gratuito
- Consulenza e programma nutrizionale :80,00 euro
- Visita di controllo e dieta di mantenimento: 50,00 euro

Contattami per info: 346.6684585 dotlopresti@gmail.com



OTORINO

dott.ssa Alessandra Grillone
Medico chirurgo

348.6568508

Gattorna studio proprio Via del Commercio 52/2

Cicagna presso Studio Valente Via Valente 42

Genova presso Centro Medico Via de Amicis 6/4
e Centro Medico Manara Via Custo 11/r

**RIPRENDONO
LE VISITE
nel rispetto delle
disposizioni
sanitarie**

NON SOLO MAGLIONI: PREPARIAMO ALL'INVERNO ANCHE L'ORGANISMO

L'autunno è il momento in cui dobbiamo preparare il nostro organismo e il nostro sistema immunitario ad affrontare l'inverno. Con il cambio di stagione siamo più soggetti infatti a raffreddori, influenza, mal di gola, otiti e riniti. Ad essere colpiti sono soprattutto le persone anziane, i soggetti affetti da patologie croniche e i bambini che a scuola o all'asilo entrano più facilmente in contatto con i virus.

Oltre a prepararci ad affrontare il freddo con maglioni, sciarpe e cappotti, dobbiamo essere consapevoli che anche il nostro organismo deve prepararsi. Un'alimentazione corretta può aiutare a combattere le influenze stagionali, per questo la dieta va arricchita con alimenti che contengono buone dosi di antiossidanti, come alcuni minerali e vitamine che aumentano le difese naturali dell'organismo.

Esistono prodotti utili per migliorare la funzionalità del sistema immunitario, contrastare gli effetti dei radicali liberi e prevenire le infezioni ricorrenti delle alte vie respiratorie. La scelta è ampia ed è possibile cucire una terapia su misura per ognuno di noi. Una visita medico/specialistica è utile per valutare i punti deboli del nostro organismo e adottare rimedi specifici per affrontare la stagione fredda. Prevenire, lo sappiamo tutti, è meglio che curare.



Sassonio il dentista a portata di tutti

Odontoiatria Generale | Endodonzia | Implantologia | Invisalign | Restauro | Otturazioni | Sbiancamento | Medicina Estetica



**Igiene orale
+ visita di controllo**
60€

**Protesi totale
12 elementi mobile**
790€

**Estrazione + impianto di titanio +
moncone + corona M ceramica**
990€

**Implanto con 4 viti di titanio con
ancoraggio a sfera + eventuali
estrazioni + 12 denti per arcata**
4.990€

**Implanto con 6 viti di titanio +
eventuali estrazioni + provvisorio
fisso + circolare in ceramica 12
elementi fissi**
6.690€

- **PRIMA VISITA GRATUITA**
- **PREVENTIVI SENZA IMPEGNO**
- **PANORAMICA E LASTRE IN SEDE**

LAVAGNA Piazza Milano 12 Tel 0185.697401 - 335.6446836
www.dottorsassonio.it | info@dottorsassonio.it | facebook.com/dottorsassonio

Mercatino FOTO GRATUITE!! di zona

GRATUITI: Immobili cerco, Cerco/offro lavoro, Regalo/Cerco/vendo, Animali | **A PAGAMENTO:** Immobili offro, Personali, Professionali, Motori

INVIA I TUOI ANNUNCI A redazione@corfole.com | sms - whatsapp - telegram: 379.1614857

Gli annunci gratuiti sono pubblicati a discrezione della redazione che può accorciare il testo e 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.

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

CERCO LAVORO

- 70 enne referenziata, genovese, disponibile da subito, cerca lavoro come pulizie, accompagnamento, assistenza 347.0775321

- Ragazza 39enne cerca lavoro come commessa presso negozi di Chiavari, anche periodo natalizio 340.1915818

- Cerco lavoro, pulizie domestiche e stiro. Automunita, seria, efficiente, libera da subito. Chiavari e dintorni. 348.5124279

VENDO
cyclette
modello Mash 500
usata
ma ben tenuta



339.3795400

VENDO

Aspirapolvere

praticamente
nuovo vendo 50€
349.1774966



VENDO

9 vasi resina

color antracite
ottime condizioni
15€ cadauno
100€ tutti
348.7225083



Ristorante Chiapparino

Cucina casalinga - piatti tipici liguri
Si consiglia la prenotazione



USCIO Via Colle Caprile 35
0185.91279 - 339.1500808
Chiuso il giovedì

REGALO

Regaliamo passeggini, seggiolini auto, dondolini e altri oggetti per neonati e bambini. Presso Unicef Chiavari Corso Garibaldi 48 Contatto: 334.1195900

VENDO (VARI)

- Catene neve mai usate 20€; Caricabatteria 12 volt. 10€ 331.3696851
- Cinturino nuovo per Smart Watch Garmin mod. Fenix 5, arancione 10€ 0185.319018
- 6 sedie in ferro battuto con sedile a nido d'ape e spalliera alta lavorata, molto belle. A miglior offerente 334.3277452
- Copriletto matrimoniale ciniglia beige €10 0185.304248
- Vendo ad appassionati e collezionisti orologi d'epoca e moderni 349.6893147

CERCO

- **Motozappa** in buono stato 346.1890650

- **Generatore 220v 2Kw** cinese, non funzionante anche con motore fuso purché parte elettrica in ordine 20/30€ max 339.5687550

- **Macchina CPAP** contro le apnee notturne 328.2256519

- Edizioni di **Cime Tempestose** di Emily Bronte, anche in varie lingue. 348.8183817

- **Libri per ragazzi**, es. saga Harry Potter e del Signore degli anelli 338.5933282

- Per Museo del Videogioco: **videogiochi e console** anche vecchi e non funzionanti; riviste e materiale e tema 328.2256519

VENDO

- Robusto **porta bottiglie**: perfetto per la cantina, è bello da tenere anche in cucina o soggiorno e si adatta a tutti gli stili di arredo. Misure: L56 x H160, €150 trattabili

- **2 ripiani o paraschizzi in acciaio** misure 52x98 e 52x100. Adatti a diversi usi €70 tot. (meno della metà del prezzo di vendita)

- **3 Kit allargamento porte**: si usano quando il muro è spesso (es. muri in pietra o portanti) e i telai delle porte risultano non abbastanza profondi. €50 cad. invece di €70

- **17 pacchi di parquet laminato** per un totale di 36 metri quadrati. Colore caldo con bellissime venature, adatto a ogni stile di arredo, dal classico al rustico fino a quello industriale e nordico. €250, meno di 7€ al mq, compreso il suo materassino di sottofondo.

328.2256519



Mondoscucito

RIPARAZIONI

macchine per cucire di tutte
le marche - anche a domicilio

CORSI

cucito di base, creativo
e patchwork

CHIAVARI
C.so Dante 118
0185.309703



VENDO - Contatto: 338.5933282



Cravatte grandi firme: Ferrè, Versace, Balenciaga, Valentino, Cacharel, Dolce & Gabbana, Krizia, Givenchy, etc.

Nuove o come nuove.

€190 (nuove €18 al prezzo di 1!)



Vari **Borsalino originali**
mai indossati tg 54/56
€35 cadauno



Soprabito **Burberry's originale** TG54. Interno in pura lana per l'inverno, staccabile per la primavera/autunno €250 (nuovo €1800/2500)



Stupendo e capiente **mobiletto porta gioielli con specchio**. H 151xL 37,5 Ancora imballato Pagato €129, cedo a €99





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

 <p>MOCONESI: Casa indipendente su tre lati bellissimo giardino privato al piano della zona giorno Soggiorno con cucina a vista Due camere Due bagni Garage Cantina Ripostiglio 2 posti auto € 95.000 Cl G ipe kWh/mq anno</p>	 <p>BARGAGLI - FERRIERE: Porzione di casa bifamiliare con ingresso soggiorno cucina camera bagno veranda Balcone. Dependance con taverna cucina e forno a legna Amplio terreno Box auto € 72.000 Cl G ipe kWh/mq anno</p>	 <p>FERRIERE 1 KM: Casa indipendente con giardino privato disposta su 2 livelli con ingresso su ogni piano Ristrutturata totalmente e parzialmente da terminare Zona soleggiata e comoda ai mezzi di trasporto € 77.000 Cl G ipe kWh/mq anno</p>
 <p>MOCONESI 2 KM DA GATTORNA: In casa bifamiliare spazioso appartamento composto da ingresso ampio soggiorno cucina abitabile 3 camere Bagno grande balcone Possibile terreno per orto e giardino € 58.000</p>	 <p>CICAGNA CENTRO: 121mq Appartamento ristrutturato composto da ingresso corridoio soggiorno cucina abitabile 3 camere grandi bagno balcone Termoautonomo infissi nuovi Zona molto soleggiata e comoda a tutti i servizi - Climatizzatore € 139.000 Cl G ipe kWh/mq anno</p>	 <p>LUMARZO CENTRO: Porzione di casa indipendente su 3 lati con ingresso privato Soggiorno Cucinino 2 Camere Bagno Giardino privato OTTIMO STATO Soleggiata e comoda € 89.000 Cl G ipe kWh/mq anno</p>
 <p>MOCONESI: Appartamento con ingresso indipendente composto da Soggiorno luminoso Cucina abitabile Camera matrimoniale Ripostiglio Termoautonomo Ristrutturato recentemente € 25.000 Cl G ipe kWh/mq</p>	 <p>TRIBOGNA: Nuova Casa indipendente su tre lati completamente ristrutturata Ingresso in soggiorno angolo cottura 2 camere bagno Terrazza Giardino e posto auto Finestre doppio vetro in PVC € 72.000 Cl G ipe kWh/mq anno</p>	 <p>CICAGNA: Casa a schiera completamente ristrutturata Soggiorno con angolo cottura 2 spaziose camere da letto bagno completo con doccia e altro piccolo bagno balcone sottotetto piastrellato ripostiglio € 85.000 Cl D ipe 75,95 kWh/mq anno</p>
 <p>BARGAGLI - FERRIERE: Casa completamente indipendente BIFAMILIARE con ampio giardino e terreno carrabile Strada asfaltata parcheggio Ampie terrazze Finestre con doppi vetri Travi in legno a vista Molto soleggiata € 148.000 Cl G ipe kWh/mq</p>	 <p>LUMARZO: Appartamento composto da ingresso Soggiorno Cucina abitabile Bagno Camera matrimoniale Ampio balcone perimetrale Molto Soleggiato Vista aperta Possibile acquisto appartamento adiacente € 29000 Cl G ipe kWh/mq anno</p>	 <p>TASSO: Casa indipendente su 3 lati con facciata e tetto nuovi Pannelli solari fotovoltaici Ingresso cucina abitabile con runfò soggiorno 3 camere bagno 2 cantine taverna attrezzata cortile terreno zona soleggiata € 73.000 Cl G ipe kWh/mq anno</p>
 <p>NEIRONE: Appartamento indipendente composto da salone alla genovese cucina abitabile (lavandino in marmo) 2 camere da letto grandi bagno terrazza vivibile balcone cantina giardino privato Facciata e tetto nuovi € 37.000 Cl G ipe kWh/mq anno</p>	 <p>CICAGNA CENTRO: Appartamento centralissimo composto da ingresso corridoio soggiorno cucina due camere bagno balcone 4 cantine Riscaldamento autonomo Comodo a mezzi e negozi Tetto e facciata nuovi € 64.000 Cl G ipe kWh/mq anno</p>	 <p>GATTORNA: Casa ristrutturata completamente indipendente composta da ingresso, cucina abitabile, camera, bagno, ampia taverna, spazioso box auto GIARDINO PRIVATO lastricato riscaldamento autonomo soleggiata € 60.000 Cl ipe kWh/mq anno</p>

LE CONSERVE DIMENTICATE: UOVA IN SALAMOIA

Un modo facile e veloce per conservare ed avere delle uova sode pronte all'uso come merenda sana, stuzzichino sfizioso o per stupire gli ospiti

Le conserve nascono dall'antica necessità di conservare a lungo il cibo per dilazionarlo nel tempo. Oggi, con i supermercati, abbiamo perso il senso della "disponibilità", ma chiunque allevi galline o abbia un piccolo pollaio domestico avrà certamente ben presente quanto la disponibilità di uova sia variabile nel corso dell'anno, sia in funzione della stagione (nei mesi invernali la carenza di ore di luce causa una riduzione delle uova deposte), sia in funzione dei cicli di muta (le galline impegnate nel cambio del piumaggio non depongono uova). Conservare le uova in questo modo era una pratica davvero comune anche nelle nostre case, e fino a pochi decenni fa - prima dell'invenzione degli snack e degli aperitivi - sui banconi di bar e trattorie si vendevano come spuntino. Da noi sono sparite, mentre resta una tradizione viva in alcuni Paesi europei e in America, dove le "pickled eggs" (uova in salamoia) sono un abbinamento classico con la birra. L'uso è comunque diffuso e quotidiano e nei negozi e supermercati si trovano barattoli di ogni foggia e gusto. Infatti, così come gli stranieri non possono partire dalla Liguria senza un barattolo di pesto, così chi va in questi Paesi spesso torna a casa con un barattolo di uova come souvenir! Oltre che mangiarle come stuzzichino, accompagnate da una bibita, sono buone in aggiunta a un'insalata o da presentare all'aperitivo, magari divise in due e guarnite di maionese, tonno e cetriolini o altre mille combinazioni. Possono anche essere molto utili per un pic-nic o per un pasto improvvisato, quando proprio non sapete cosa mettere in tavola. Insomma, minima spesa e massima resa: non vi resta che provare!

RICETTA E PROCEDIMENTO

Ingredienti

-10 Uova
-1,2 litri Acqua
-120 Aceto
-50 g Zucchero
-1 cucchiaino Sale
- Spezie a piacere: esempio 1 foglia Alloro, 2 chiodi di garofano, 3 semi Cardamomo, Pepe Nero, 1 Peperoncino

Preparazione - Mettete le uova in una casseruola coperte con acqua fredda, portatele a ebollizione e cuocete per 9-10 minuti; quindi scolatele, raffreddatele sotto l'acqua fredda e sgusciatele. Poi preparate la salamoia: mettete 1,2 litri di acqua in una casseruola insieme alle spezie, agli aromi e allo zucchero e fate bollire per 10 minuti. Poi aggiungete l'aceto e proseguite la cottura per qualche minuto. Sterilizzate dei vasetti di vetro, riempiteli con le uova sode e copritele con l'acqua aromatizzata. Se le uova rimangono parzialmente scoperte, aggiungete dell'acqua e aceto a temperatura ambiente. Lasciate almeno 0,5-1,5 cm di spazio libero tra la superficie della salamoia e l'orlo del contenitore. Chiudete i vasetti e capovolgeteli fino a raffreddamento. Mettete in un luogo fresco, buio e asciutto o in frigo e lasciate insaporire per almeno una settimana.

IMPORTANTE: una volta aperto il barattolo, conservate in frigo e consumate entro 3 giorni. Devono sempre essere coperte di salamoia, se dovesse mancare, rabboccate con aceto freddo.

LAVORATE DI FANTASIA!

Il condimento ha varianti infinite: sbizzarritevi a provare i vari accostamenti o a inventarne di nuovi!

Esempio:

6 foglie di alloro pulite
3 cucchiaini di pepe
1 cucchiaino di chiodi di garofano
1 cucchiaino di bacche di ginepro
1 cucchiaino di senape in grani
1 pizzico di cumino
Oppure aromatizzate con:
- aglio e timo
- aglio e peperoncino
- scalogno e alloro
- verdure miste

E si possono colorare!

Basta aggiungere nell'acqua a bollire un colorante naturale: le varianti più diffuse sono **gialle** (aggiungendo curry o curcuma), **rosse** (barbabietola) e **blu/viola** (cavolo rosso tritato). Ovviamente questi ingredienti rilasciano anche il loro sapore, quindi otterrete un gusto più dolce (barbabietola), speziato (curry e curcuma) e intenso (cavolo).

Variante: provate con le uova di quaglia, sono una vera prelibatezza!

Ovviamente... oltre che per stupire gli ospiti e abbellire le vostre preparazioni, potete tenere buona l'idea per la tavola di Pasqua.



Le uova in salamoia più famose sono quelle nel cartone animato I Simpson, custodite nel barattolo di vetro della Taverna di Boe



ISOLANI
ISTITUTO OTTICO



**PARTNER TECNICO DEL VOSTRO MEDICO OCULISTA DI FIDUCIA
ESPERTI DELLE SOLUZIONI OTTICHE ALLE ESIGENZE DELLA VISTA**



CENTRI SPECIALIZZATI IPOVISIONE

convenzionati ASL
per gli aventi diritto

L'**ipovisione** è una condizione di riduzione della funzione visiva che preclude lo svolgimento di **attività impegnative per la vista**, come ad esempio **la lettura di libri e giornali e l'utilizzo di computer e smartphone**.

Sulla base della **prescrizione e delle indicazioni del Medico Oculista**, nei nostri Centri Ottici sono a disposizione **Tecnici Specializzati**, per fornire **informazioni** e far **provare senza impegno, soluzioni ottiche e/o sistemi ottici ed elettronici, sia compensativi che protettivi**, in grado di sfruttare la capacità visiva residua.



lenti telescopiche



filtri medicali



**ingranditore elettronico
portatile**

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, 28r
Tel. 010.6136572

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

GATTORNA
Via XXIII Settembre, 4
Tel. 0185.934986

RAPALLO
Via della Libertà, 13A
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 - info@isolani.com