

CORFOLE

Corriere del Levante

Anno XXIII n. 220 dic 2020/gen 2021

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**

“C'È BISOGNO DI AFFETTO”

Un ospedale ha riconosciuto l'importanza della vicinanza dei propri cari: riprese le visite dei famigliari. - pag. 3

Attivata petizione online “per prendersi cura anche dell'anima dei ricoverati”: ecco come firmare. - pag. 3



**È LUI IL MIGLIOR
SOMMELIER
D'ITALIA**

Matteo Circella, La Brinca



**LA FATINA DEL
BENE NOMINATA
CAVALIERE**

Sonia Bianchera



**ALTREVOCI: SCELTE
CORAGGIOSE CHE
HANNO SUCCESSO**

La nuova casa editrice chiavarese



**COSA SIGIFICA
QUEIROLO?
ECCO LE ORIGINI**

E un ricordo di Federico



ECCO CHI HA VINTO
la 4^a Edizione del concorso
che decreta la
Miglior pizza del Levante
(pag. 7)

- Gli Indispensabili -

IL FALEGNAME
349.3849323

Restauri, lavorazioni artigianali e creazioni su misura. Prezzi ottimi.

IL TASSISTA di FIDUCIA
Aldo 347.4725380

Viaggi, gite, spostamenti, accompagnamento 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, 0185.309703
Riparazione macchine da cucire, anche a domicilio. Corsi di cucito.

TRASLOCHI SGOMBERI

Alessio 348.6984404
Piccoli traslochi, sgomberi, taglio erba, opere murarie.

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.

**Molte cose piccole
sono diventate GRANDI
grazie all'uso appropriato
della pubblicità**

- Mark Twain -

USACI!

CORFOLE è la testata
più diffusa del Levante
Chiama per informazioni
0185.938009

**LE RUBRICHE
degli esperti**



Avvocato



Fiscalista



Nutrizionista



Otorino



Genovese



Risparmio

**VUOI ESSERCI
TU? Contattaci!**

IL MERCATINO
Vendi. Compra.
Cerca. Affitta.
- pag. 14 e 15



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 0185 938578



DITE la VOSTRA! SE AVETE QUALCOSA DA DIRE... SCRIVETEICI!

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

ENTELELLA: DIGA PERFIGLI AI NASTRI DI PARTENZA

Le notifiche del decreto d'esproprio sono arrivate. I proprietari dei terreni sul primo lotto hanno meno di due mesi per impugnarle; che lo facciamo è tutt'altro che scontato, visti l'esito del precedente ricorso e la rassegnazione che serpeggia. Rassegnazione alimentata dal silenzio complice della politica, che anche nelle ultime settimane, come abbiamo visto, s'è fatta viva solo per prenderli in giro. Nessun interesse nemmeno da sindacati e associazioni di categoria: la Confindustria è lasciata completamente sola nel promuovere l'alternativa di uno scolmatore, più sicuro, meno costoso e meno impattante di sei chilometri di muri in cemento armato. Sarà che con lo scolmatore i terreni degli amici non diventerebbero edificabili? Poco male se a finire i muraglioni a Chiavari, Lavagna, San Salvatore e Carasco ci vorranno dieci, venti o trent'anni, nei quali le attività in zona rossa rimarranno ingessate, e molto probabilmente si rivedranno gli stessi danni del 2014: mica hanno fretta loro! Possibile che sindacati e associazioni non abbiano niente da dire? E i sindaci di Chiavari e Lavagna, con le loro promesse rese anche per iscritto, che fine han fatto?

Federico Cardelli

IL MIO GRAZIE AGLI ANGELI DEL SAN MARTINO

Sono un vostro lettore 57enne, che ha contratto la polmonite da COVID 19: sono stato ricoverato per due giorni al pronto soccorso dell'ospedale San Martino di Genova, poi dieci in reparto covid,

dove ho trovato altre decine di pazienti, solo più anziani. Scrivo queste righe per elogiare e ringraziare tutto il personale medico, infermieristico e oss che ci hanno assistito e curato in questa emergenza, con la difficoltà di lavorare così coperti dalle tute per proteggersi dal virus e a volte con protezioni fai da te per mancanza di materiali, specie al pronto soccorso, dove vengono mandati i neo assunti allo sbaraglio dalla scuola infermieri, a far gavetta in quel campo di battaglia, dove ho vissuto e visto condizioni e difficoltà che mai avrei immaginato, dalla carenza di personale a quella di ossigeno, a un bagno solo per 150 persone e al nervosismo che c'è nell'aria, specie tra pazienti e infermiere che fanno quello che possono con queste difficoltà. Nel reparto invece è come essere in clinica, stanze grandi con tre letti e ampia vetrata, personale molto gentile, educato, ci chiamavano anche per nome, veramente brave persone. È una vera missione la loro. Per non parlare del cibo: con i miei compagni di stanza ci siamo sorpresi della bontà, porzioni generose e qualità, ma soprattutto della varietà, quasi mai doppiati i piatti in 12 giorni. Quando le cose funzionano vanno fatte sapere a mio parere! Ancora grazie a tutti questi angeli! E grazie a voi Corfole per la divulgazione di questo messaggio e del vostro interessante giornale.

Corrado Pensa, Recco

- Risponde la direttrice

Gentile e affezionato lettore, grazie per la preziosa testimonianza che pubblichiamo volentieri affinché dia forza a chi in questo momento sta affrontando la stessa cosa. Grazie dell'affetto e un augurio speciale da tutti noi!

NEI BOSCHI DI SANTA CRESCONO PARCHEGGI

Vicino al campo sportivo verrà abbattuto un antico bosco di castagni per fare un parcheggio, peraltro in una zona periferica, ove non ve ne è alcuna necessità: il Sindaco ha spiegato che si tratta di un'opera di ingegneria naturalistica. Ma nella tavola di progetto si vede chiaramente che l'idea è quella di realizzare un gran bel parcheggio molto molto grigio. Inoltre, sul quel terreno, il Comune ha già da un po' autorizzato un privato a sversare terra e rocce di scavo. Mi son presa la briga allora di verificare cosa si intenda per "ingegneria naturalistica", ma non ho trovato né che preveda l'utilizzo di materiali di risulta, né che giustifichi l'abbattimento di un bosco per la realizzazione di un parcheggio. Infine, l'operazione è stata giustificata in quanto "verrà realizzata in zona già urbanizzata", il che implica che distruggere le aree verdi che si trovano nelle vicinanze di aree urbanizzate è consentito, anzi pare fortemente consigliato.

Stefania Zumofen



RIQUALIFICAZIONE AREA TRA IL CAMPO SPORTIVO E VIA MORTERO. PRIMO LOTTO LAVORI AL TERMINE ENTRO L'ANNO, VILLAGGIO A SECONDO LOTTO

CERCO I LIBRI CITATI

Ho letto l'articolo su Guido Lombardi e Anna Lajolo e vorrei sapere dove posso trovare i loro libri - Risponde l'autore del pezzo, Antonino Di Bella: Gentile lettore, può trovarli presso le librerie del territorio. Alcuni sono pubblicati da case editrici locali come Gammarò e Internòs Edizioni. Un libro è sempre un bel regalo e acquistando presso le librerie indipendenti si sostiene anche l'economia del territorio. (V. anche pag. 9)

Auguri dalla Redazione!

È un momento complicato per tutti, anche per noi che abbiamo come unico introito gli spazi pubblicitari. Perché Corfole è gratis da leggere, ma non da produrre. Però sappiamo una ricchezza ineguagliabile: il bellissimo rapporto costruito con voi: ci dite che vi facciamo compagnia, sorridere, commuovere, imparare cose nuove, dove comprare e dove andare a mangiare o addirittura in vacanza! E questo ci emoziona. C'è poi chi ogni tanto ci telefona "solo per fare due chiacchiere", chi ci porta un po' di torta appena sfornata o qualche frutto appena raccolto. Piccoli gesti che ci fanno sentire "di famiglia". Un pensiero speciale va al signor Pilato di Rapallo, nostro grande sostenitore che, come ci ricorda la moglie, "Vi voleva tanto bene". E in questo periodo, in cui non possiamo toccarci, vorrei che pensaste a queste pagine come a un abbraccio, leggero come la carta, ma grande come le ventimila copie di Corfole!

Buone Feste!

Michela De Rosa, Dir. Responsabile



Ringraziamo quanti in questi anni
hanno usufruito dei nostri servizi,
permettendoci di migliorare e arrivare a Voi
con un'offerta sempre più attuale,
professionalità, impegno e innovazione tecnologica.

BUON NATALE e
FELICE ANNO NUOVO!

Laboratorio G. B. Valente e
Studio Radiologico Fontanabuona

CICAGNA
Via G.B. Valente 42/b
0185.92310 - 92425
gbvalentelab@gmail.com

Esami Ematochimici, Radiografie, Ecografie, Fisioterapia,
Risonanze articolari, Poliambulatorio Specialistico,
Medicina del Lavoro e Medicina dello Sport.

TERAPIA INTENSIVA APERTA AI FAMILIARI

“UMANIZZARE LE CURE”

Succede all'Ospedale Cisanello di Pisa, dove è stata riconosciuta l'importanza di ricevere affetto e sostegno dai propri cari

di Michela De Rosa

L'iniziativa è del dott. Paolo Malacarne, primario del reparto di Rianimazione, che ha reso questo possibile grazie a una turnazione dei parenti e facendo molta attenzione. Come racconta lui stesso sul suo profilo social: «Da molti anni nella nostra Rianimazione, i familiari possono entrare dalle 12,30 alle 23,30 ininterrottamente, sedendosi accanto al letto del paziente, sia esso in coma o sveglio: è la cosiddetta "Terapia Intensiva aperta". E quando un malato purtroppo si avvia al decesso, la presenza dei familiari è garantita per tutto il giorno. In tutti questi anni non ha generato una sola infezione in più né una sola denuncia in più, ma ha invece generato una umanizzazione delle cure». Anche in questi mesi, nella Rianimazione-non covid in cui lavora, i famigliari non hanno mai smesso di entrare: «Abbiamo considerato, assumendocene la responsabilità, i nostri malati e i loro famigliari come 'fragili e vulnerabili', che consente la deroga al divieto di accesso». L'organizzazione ha fatto il resto: un solo famigliare per malato, con possibilità di darsi il cambio ogni quattro ore.



In piccolo: il dott. Paolo Malacarne, primario di Rianimazione e fautore dell'iniziativa



Questa foto invece è stata scattata il 25 novembre, in Texas: l'anziano cercava di andare via dall'unità covid. «Gli ho chiesto: perché piangi? - "Voglio stare con mia moglie". Così l'ho abbracciato», ha spiegato il medico. Non è stato l'unico caso, perché nei reparti Covid la solitudine aumenta la sofferenza. E almeno due persone sono "fuggite" anche a Genova.

IL MALATO COVID È SOLO

Diverso è nel reparto Covid: «Ovunque il malato covid è solo e nessun familiare può accedere; se muore, muore solo e nessuno lo può vegliare. E allora ci siamo chiesti: perché non dare anche a loro la possibilità, "con prudenza e buon senso" di ricevere l'affetto dei famigliari? Non sarà certo un problema di Dispositivi di Protezione, visto che oggi per fortuna ne abbiamo; e non sarà neppure un problema di rischio di contagio: come ci "bardiamo" noi sanitari, come si "bardano" le nostre compagne di strada dell'impresa di pulizie, allo stesso modo possiamo farlo fare ai famigliari, sotto la nostra attenta supervisione. Quindi...l'abbiamo fatto, e da una ventina di giorni entrano i famigliari, "con prudenza e buon senso", ma anche con "rispetto e sensibilità umana"».

L'APPELLO

"Occorre un sussulto organizzativo che coniughi rispetto e sensibilità umana con prudenza e buon senso"

Qualche settimana fa Antonio Panti, medico di famiglia fiorentino oggi in pensione, da anni "profeta" della umanizzazione delle cure, in relazione a queste restrizioni e alla solitudine in cui sono oggi i malati e i loro famigliari a casa, ha detto: "Occorre un sussulto organizzativo che coniughi rispetto e sensibilità umana con prudenza e buon senso". E allora perché non mettersi attorno a un tavolo per cercare quel "sussulto organizzativo" che possa ridare a tutti il sostegno dei famigliari, soprattutto nel momento di fine vita, e cogliere nelle restrizioni del passato il seme per "riumanizzare le cure nell'era del covid-19"? Speriamo che i nostri ospedali facciano propria questa modalità già sperimentata con successo per mettere fine a delle restrizioni disumane che possono essere superate con attenzione e buon senso. E far circolare in corsia la cura dell'affetto.

da a **Cason de Larvego** Località Cichero 333.2121161

Buone Feste

MENÙ BUONA FORCHETTA €25
Antipasti, 2 primi, 2 secondi e contorni, dolce, acqua, vino, caffè e ammazzacaffé.

MENÙ BUONGUSTAIO €20
Antipasti, 1 primo, 1 secondo e contorno, dolce, acqua, vino, Caffé e ammazzacaffé.

.....

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!

Curiamo anche le anime Una petizione per garantire le visite ai ricoverati in Rsa ospedali e comunità

Per firmare:
change.org/CuriamoLeAnime

Da oltre un mese sulla piattaforma Change.org è presente una petizione diretta alla Regione Liguria in cui si affronta proprio il tema delle persone che si trovano completamente sole e alienate dal resto del mondo nel momento in cui avrebbero invece più bisogno di affetto e vicinanza. Chi si trova ricoverato, in ospedale e non solo, non può vedere i propri cari

Il testo: In questo periodo la priorità è data giustamente alla cura dei corpi. In alcuni frangenti stiamo però dimenticandoci delle anime. Chi sta passando del tempo in ospedale o in altre strutture protette ha indubbiamente bisogno di cure da parte di professionisti: medici, infermieri e altro personale sanitario/specifico. Ha però anche la necessità emotiva di vedere volti amici, parenti e chiunque possa dare un conforto "spirituale". Sovente la guarigione passa dalla mente oltre che dal corpo. Chiediamo quindi di tenere conto di questa necessità e di voler inserire nelle linee programmatiche e legislative strumenti di intervento atti a consentire in dette strutture visite regolari ai propri cari tenendo ovviamente conto delle disposizioni sanitarie e della massima sicurezza per pazienti, personale sanitario e "visitatori". Le possibilità ci sono: occorre cuore oltre che testa e occorre uno sforzo congiunto da parte di tutti, soprattutto da parte di chi legifera e decide.

Questa signora ogni giorno passeggia raccogliendo tutto ciò che trova per strada



E' un popolo invisibile, ma sempre più grande quello delle persone che, in silenzio e senza fare notizia, fa quello che può per il decoro dei posti in cui vive. Come questa signora, che è stata notata da qualcuno che la vede ogni mattina fare una camminata sul lungomare e, dotata di una pinza, raccogliere tutto ciò che trova sul suo cammino: mozziconi, carte, bottiglie e bottigliette, bucce di frutta, etc. Qualcuno dice che "non spetta ai cittadini pulire", la realtà è che è un dovere di tutti non sporcare. Nessuno ha "il diritto" di sporcare perché "c'è chi pulisce". A meno che la capacità di ragionamento e di stare al mondo non si sia fermato a quando si aveva tre anni.

(foto: Rosanna Fontana, su I Mugugni di Lavagna)

Abbandono di rifiuti e deiezioni canine: multe

Nei soli primi giorni di novembre la Polizia locale di Recco ha elevato 11 multe a persone sorprese dalle telecamere ad abbandonare immondizia non differenziata e perfino materassi. Non mancano "i pendolari del rifiuto", dai comuni vicini. Inoltre, per fronteggiare il fenomeno dell'imbrattamento degli spazi pubblici con deiezioni canine, è partito il controllo da parte di agenti in borghese sulla dotazione prevista dal regolamento comunale (bottiglia, sacchetto e guinzaglio) per i possessori di cani.

6 IDEE FACILI per un Natale riciclosso!



Anche voi siete sempre lì a portare fuori spazzatura? E se vi dicesimo che lì c'è un tesoro con cui decorare la vostra casa e anche l'ufficio? Ecco qualche idea, da realizzare facilmente.

- 1) Il servizio dei bicchieri spaiati? Diventano affascinanti candelieri centrotavola. Mettete qualche pallina di Natale nei bicchieri, capovolgete tenendo sotto il palmo della mano, mettete una bella candela sulla cima della base et voilà! Potete sbizzarrirvi con nastri, strass, colla glitter e ogni cosa che vi piace per impreziosirli, abbinandoli alla vostra tavola.
- 2) Il pupazzo di neve con i barattoli: una bomboletta di vernice spray, dei bottoni, qualche pezzetto di stoffa, rametti e un po' di colla. Una base di cotone idrofilo con qualche glitter farà il resto!
- 3) Avete conservato tutti i bottoni di vecchie maglie, giacche e cappotti? Ottimo! Passateli in un filo resistente, chiudete con un bel fiocco ed ecco una personalissima ghirlanda. E per renderli più natalizi, una spruzzata di neve o di vernice spray rosso, oro argento, verde metallizzato...
- 4) Il rotolo della carta igienica? Coloratelo, tagliate a strisce, incollatele tra loro per formare una pallina e finite con fiocco e cordino: ed ecco una leggerissima decorazione per l'albero!
- 5) Ed ecco come trasformare dei tappi di sughero in una decorazione in perfetto stile nordico: un po' di colla, aggiungere qualche candelina, guarnire a piacere e servire in centro tavola!
- 6) Le capsule del caffè vanno lavate prima di conferirle nella differenziata, quindi si prestano a mille usi, come questo alberello di Natale, perfetto per dare un'aria di festa anche all'ufficio.

Matteo Circella miglior sommelier d'Italia: tra le motivazioni la sua attenzione all'ambiente



Nella Guida Michelin 2021 alla voce "Miglior Sommelier d'Italia" c'è Matteo Circella, oste de *La Brinca* a Ne, Val Graveglia. Il fatto che sia un giovane e di una coraggiosa realtà "sui bricchi" sarebbe già notizia, ma lo è ancora di più perché tra le motivazioni c'è "l'attenzione per biologico e biodinamico". Non a caso, il premio a Matteo arriva nell'anno in cui la Guida ha introdotto la Stella Verde per la sostenibilità: della Michelin veniva infatti criticato proprio il fatto di non tenere conto della tipicità della cucina, della materia prima e dell'impatto sull'ambiente. Ma il mondo sta cambiando - in meglio! - e nemmeno quello dell'alta enogastronomia può trascurare questa rivoluzione verde che si fa sempre più largo. Anche a tavola.

Anche a Ne via la plastica da scuola

Il Comune ha aderito al progetto del Centro di Educazione Ambientale del Parco dell'Aveto, che promuove la mobilità sostenibile e la riduzione della plastica. Nello specifico, gradualmente nella scuola di Chiesanuova, stoviglie e posate saranno sostituite con quelle in materiali durevoli e, soprattutto, eco-sostenibili. Inoltre, agli alunni delle Scuole Primaria e Secondaria, dopo un intervento formativo riceveranno una borraccia, che andrà a sostituire la classica bottiglietta d'acqua che spesso ne accompagna la merenda.

COOPERATIVA AGRICOLA RURALE ISOLA DI BORGONOVO - MEZZANEGO
frantoioborgonovo@gmail.com | www.frantoioloario.it | 349.0063440

VENDITA DIRETTA
*Olio aromatizzato: tartufo, basilico, rosmarino, bergamotto, peperoncino
*Pesto col nostro olio
*Farina di Mais nostrana
*Aceto Balsamico Igp
*Miele di castagno
*Crema di nocciole Misto Chiavari
*Liquore di nocciole Misto Chiavari
*Vino nostrano
- Bianco Igp Bianchetta e Vermentino
- Rosee Igp Sangiovese e Ciliegolo

OLIO NUOVO!

A Natale regala bontà!
CONFEZIONI REGALO
con prodotti genuini a km0

Con €60 di spesa la spedizione è gratuita!

PANIFICIO PERRONE
dal 1979

BUONE FESTE!
Ci rivediamo il 16 gennaio
Cavi Arenelle Via Pavia 36 Tel 0185.390543

Facebook: @PanificioPerrone Instagram: @panificio_arenelle

Com'è vivere ai margini di una spianata vuota dove poco prima c'era il tuo paese

DALLA LIGURIA AD AMATRICE

Pino Bacigalupo doveva aprire una gioielleria a Chiavari, ma il destino lo ha portato nella cittadina laziale, dove ha creato la famiglia e un'attività di successo. Siamo andati a trovarlo: vi raccontiamo la situazione a oltre quattro anni dal terremoto, in piena pandemia e con l'inverno alle porte

Il suo appello: "Non dimenticatevi di noi"



Il cartello all'ingresso dell'area che delimita quella che una volta era Amatrice; la cittadina oggi; Pino Bacigalupo con la moglie nella loro "nuova" gioielleria gestita da nuora e nipote

Oggi non si parla d'altro di quanti commensali potremo avere al pranzo di Natale, se potremo andare a sciare, per quanto dovremo sopportare la mascherina e fino a quando dovremo stare nelle nostre case. Noi vogliamo parlarvi di un viaggio che ci ha fatto vedere le cose da un'altra prospettiva. Vi portiamo con noi ad Amatrice, dove siamo andati a trovare Giuseppe "Pino" Bacigalupo e la sua famiglia.

Come già si intuisce dal cognome, Pino è ligure; il papà era di Piandepreti (**Tribogna**) e aveva un appartamento a **Moconesi**. Anni fa era sul punto di aprire una gioielleria a Chiavari, ma l'affare è sfumato all'ultimo momento. Insomma, avremmo potuto incrociarlo qui, invece lo abbiamo incontrato un paio di mesi fa ad Amatrice, dopo anni di conoscenza epistolare. Siamo infatti entrati in contatto quando ci eravamo messi a disposizione dopo quella indimenticabile notte del 24 agosto 2016, quando alle 03:36 un terremoto devastò il Centro Italia. E rase al suolo Amatrice. A inizio ottobre di quest'anno eravamo in quella zona e non potevamo non cogliere l'occasione per conoscerci di persona e renderci conto dal vivo di com'è la situazione ad oggi.

La mattina abbiamo visitato la **città dell'Aquila**: attraversando a piedi il centro storico sembrava di vivere una situazione surreale. I palazzi sono tutti "impacchettati": chilometri di impalcature che corrono da uno all'altro, quasi senza interruzione. Alzando gli occhi al cielo si vedono solo gru. Ma la cosa più incredibile è il silenzio. E anche se il primo lockdown ci ha già fatto fare questa esperienza, camminare in una cittadina e non sentire nulla resta qualcosa di innaturale. Poi siamo sbucati nella piazza centrale, da dove sono partiti i lavori in modo da ridare ai cittadini almeno il cuore della città e un segno di vitalità, con bar e negozi aperti. Qui sono passati undici anni dal terremoto, che scosse la città appunto nell'aprile del 2009. E anche se non ci sono più macerie e i palazzi sono "in piedi", pensavamo di aver visto già qualcosa di forte. Ci sbagliavamo.

La realtà arriva strada facendo

Per raggiungere Amatrice ci sono voluti 50 minuti di curve - si trova a 1000 metri - e, seppur situata al confine tra Lazio, Umbria, Marche e Abruzzo, risulta isolata da altri paesi. La strada costeggia anche **Campotosto**, il bacino artificiale più grande d'Europa. **Una specie di Lago di Giacopiane**, ma molto più grande. Ed è attraversando il paesello che sorge sulla riva che ci siamo resi conto che non avevamo ancora visto niente: parcheggiamo e ci ritroviamo tra case letteralmente divise in due, balconi penzolanti, finestre che si affacciano sul nulla e un senso di precarietà che disorienta. La piazza nonché "area commerciale" è costituita da 4-5 container dove alloggiavano due negozi di alimentari, il bar e le poste. Fine. Consumiamo qualcosa e acquistiamo prodotti locali, come piccolo contributo all'economia locale, che è ciò di cui c'è bisogno e che possiamo fare. Ripartiamo, chiedendoci come sia vivere così, poi adesso col covid e l'inverno alle porte. Incrociamo un anziano pastore con le sue pecore in mezzo alla strada, ci saluta col sorriso di chi va avanti nonostante tutto perché questa è la sua casa. E capiamo.

Immaginate il centro di Chiavari... e poi in 3 minuti non c'è più

"Dopo il cartello di Amatrice c'è il nuovo centro commerciale, ci vediamo nel parcheggio", ci aveva detto Pino, ed è lì che finalmente ci incontriamo di persona insieme alla sua famiglia. Il tempo dei saluti ed ecco che entriamo nell'unica trattoria riaperta, in una struttura che sostituisce quella originaria, pericolante, proprio di fianco. Ci sediamo a tavola per gustarci una vera pasta all'amatriciana (ricetta appunto di Amatrice) e cerchiamo tutti di rendere il momento per quanto possibile gioioso. Dopo pranzo Pino si fa serio: "Ora vi porto a vedere Amatrice". La nostra passeggiata inizia costeggiando un enorme centro religioso che ospitava un istituto professionale, una Rsa e tanti servizi: **una sorta di Centro Acquarone**, ma più grande.

In buona parte è crollata e il resto è pericolante. Ci racconta degli anziani spaventati, portati fuori uno a uno, in piena notte, affrontando macerie e muri che crollavano. Andando avanti lo scenario che si presenta è - ancora - da film di guerra: macchine rimaste schiacciate dalle macerie, tricicli e giochi appesi fra i calcinacci, strofinacci, piastrelle di cucina, pentole schiacciate. Per ogni casa Pino e la moglie ci dicono i nomi delle persone che non ci sono più: "con Mario andavamo a pescare"; "Qui viveva una mia cara amica"; "Qui sotto c'erano i compagni di scuola di mio figlio".

Della "sua" Amatrice Pino conosce ogni pietra: anche se di un'altra regione, è stato ben accolto e integrato, tanto che è stato fondatore e presidente del Cai ed è persona conosciutissima. Le poche persone che incontriamo lo salutano: ognuno ha qualche familiare o amico morto ed è come se invisibili ma palpabili fantasmi li accompagnassero.

Le vittime totali del terremoto del 2016 sono state 300, di cui oltre 239 ad Amatrice, stracolma di turisti e di persone giunte per la Notte Bianca: in estate, ai 2500 abitanti si aggiungevano circa 35.000 visitatori

"Adesso arriva la parte peggiore", ci dice, e noi restiamo di stucco. In che senso peggiore? Poi la vediamo: una grande area recintata con la camionetta dei **militari a controllare l'ingresso e ad evitare anche che la gente venga a farsi i selfie**, come hanno fatto in tanti subito dopo il terremoto. Da fuori sembra non ci sia niente: "Quella è Amatrice", ci dice. Immaginate il centro di Chiavari, con i caruggi, le piazzette, chiese, i tanti negozi, panifici, fiorai, bar, trattorie... e dopo tre minuti, puf!, non esiste più. Quello che ne era rimasto è stato completamente raso al suolo. Resta mezzo campanile che rende tutto ancora più drammatico perché ci ricorda che sì, quel cumulo di macerie era davvero un paese.

"A mancare di più - ci dice Pino - è proprio il senso di paese, con la piazza, la chiesa e il centro in cui sentirsi comunità": ora sono sparsi qua e là nelle case prefabbricate, i bambini vanno nel nuovo parco giochi con il mosaico colorato dove sono incisi i

nomi delle vittime, i negozi rimasti sono nel centro commerciale, un conglomerato tirato su in fretta senza pensare che a 1000 metri di altitudine fa freddo già in autunno e fare i corridoi all'aperto, senza porte non è la scelta più saggia. Pino lo chiama "il carcere"; qui c'è anche la sua gioielleria che era in pieno centro storico, dove aveva ristrutturato un'antica palazzina. E' tutto sotto le macerie. L'aspetto più assurdo è che voleva ristrutturare la sua casa-bottega riedificandola con lo stesso aspetto ma utilizzando i nuovi materiali antisismici: non gli è stato concesso dalla Sovrintendenza per "preponderanti fini paesaggistici".

Cosa possiamo fare?

Eppure, in questo conglomerato ognuno cerca di ricominciare una vita: la barista che aveva investito tutto nella sua attività afferma con orgoglio che lei deve e vuole andare avanti; nel negozio che vende borse, trucchi e profumi sembra di poter andare avanti in una semplice normalità. Tutti in ostinata attesa di "riavere la nostra Amatrice" che chissà quando potrà essere riedificata. Beviamo qualcosa al bar, compriamo un po' di oggetti nei vari negozi e arriviamo alla fine di questa intensa giornata. Non possiamo neppure abbracciarci, ma Pino prima di lasciarci ci dice: "Non dimenticateci". Gli chiediamo cosa possiamo fare e ci spiega che è urgente ricostruire un minimo di economia, ulteriormente bastonata dal covid-19: "Anche un piccolo acquisto online, possibilmente non solo di cose da mangiare in modo che lavorino tutti, e magari una visita quando sarà possibile". Sono queste le azioni concrete che tutti possiamo fare, fin da ora. Una testimonianza di solidarietà, con la consapevolezza che tutti noi, con l'inverno alle porte e in questi tempi di pandemia, siamo ben fortunati a "dover" stare nelle nostre case.

Qui i contatti di Pino: 333 35 00 456 facebook: pagina GioielleriaBacigalupo

Michela De Rosa e Giansandro Rosasco Seguici su facebook.com/Corfole

SORI: ENTRATI IN SERVIZIO TRE MAGGIORDOMI DI QUARTIERE



Sono Claudio Scarsi, Luciano Fichera e Paolo Martinoli e da qualche giorno sono a disposizione dei cittadini ogni giovedì dalle ore 10.00 alle 14.00 e dalle 15.00 alle 18.00. Gratuitamente. Il servizio consiste in uno sportello dedicato per assistere le persone che ne hanno bisogno nelle piccole grandi commissioni: ricevimento di pacchi e consegne a domicilio, pagamento di bollettini, ricevimento della posta, monitoraggio degli anziani, ritiro di ricette mediche, consegna di farmaci, piccole manutenzioni domestiche, monitoraggio di case o uffici in caso di assenze prolungate, cura di piante o piccoli animali, aiuto per trovare badanti, colf o baby sitter.

"In questo periodo di incertezze a causa della pandemia da Covid 19 nel quale c'è bisogno di sempre più assistenza sul territorio, un servizio come questo è di assoluta importanza - dichiara il Sindaco Mario Reffo - perché da un punto di vista sociale mira ad individuare e dare risposta a esigenze piccole e particolari, che però spesso incidono in modo rilevante sulla vita delle persone".

Per informazioni: 348 89 06 062, dal lunedì al sabato, con orario 9.30-18.30.

VOX POPULI I migliori commenti e segnalazioni dal web Protagonisti, voi!

LAVAGNA Emergenza spazzatura

Davanti agli spogliatoi del Riboli. I giocatori non hanno pannolini (Mauro Ottone)



RAPALLO

Bagni pubblici Piazza Molfino: vergogna

- La situazione è questa: il bagno autopulente è addirittura senza corrente e non segnala nemmeno il fuori servizio. Ed è adibito anche a portatori di handicap. Il bagno degli uomini ha gli interruttori rotti e i cavi isolati col nastro adesivo nero. Il bagno delle donne chiuso da 8-9 mesi (Mauro Caprile)
- Tutto questo nella piazza nuova della stazione e teoricamente la piazza di accoglienza dei turisti. Senza parole (Fabio Vaccaro)



SESTRI LEVANTE La passeggiata dimenticata

Ultimo pezzo della passeggiata, ci starebbe bene una bella asfaltatura! Credetemi ci si cammina male (Angela Peluso)

CHIAVARI

È ora di cambiare l'ora

Orologi in più zone non funzionanti: ho avvisato più volte in comune e a vigili municipali, ma... niente (Claudio Carlo Bacigalupi)

SANTA MARGHERITA LIGURE

L'albero di Natale in prigione

NO COMMENT. (Milly Tulipano Martin)



OSPEDALE DI SESTRI: OTTO CASCHI PER L'OSSIGENOTERAPIA



Un nuovo contributo per dare supporto a tutto il personale sanitario che da quasi un anno è impegnato nella lotta alla diffusione del Covid-19. È con questo spirito che il Rotary Club Rapallo - Tigullio ha distribuito otto caschi per ossigenoterapia ai reparti Covid e terapia subintensiva. Questi vanno ad aggiungersi ai dieci donati in aprile. A consegnarli, il presidente del Rotary, Alessandro Moracchioli, e il presidente della Commissione Immagine Pubblica, Enrico Dall'Orso; presente la sindaca Valentina Ghio.

STELLA DI NATALE: 5 CONSIGLI

- 1) collocala in punti molto luminosi, lontano da fonti di calore e correnti d'aria.
- 2) attenzione ai ristagni: bagnala quando il terreno è asciutto e togli l'acqua dal sottovaso
- 3) quando perde le foglie potala: mantieni circa 10-20 cm degli steli e passa un panno umido sui tagli. Non toccare il lattice con le mani.
- 4) rinvasa in un contenitore mettendo sul fondo pezzi di coccio e argilla espansa; poi terriccio
- 5) in autunno, tenila alla luce per 8-9 ore, poi in un luogo buio o copri con un telo scuro.

"A SUPPRESSA"

LAVAGNA Via Aurelia 1028
Tel 392 301 4060 | Chiuso il lunedì

Carne alla brace

La vedi cuocere sul grande focolare!

Piatti di una volta

Pesce fresco

PRANZO DI LAVORO
dal martedì al venerdì

Primo
secondo
contorno
acqua e caffè

10€

CELESIA Via Devoto 35
10 MINUTI DA CARASCO
0185.357740
339.5495390 - 349.5374953
Aperto a pranzo tutti i giorni; la sera solo ven/sab/dom o su prenotazione

Il tuo chiodo fisso è lo STOCCAFISSO?

bagnato da noi!

Bollito e accomodato togliti la voglia con il nostro menù dedicato!
Con fagiolane e patate della Val Cichero

MENÙ
Stok a volontà, formaggi, dolce, caffè, limoncino, acqua e vino
€25
necessaria prenotazione

ALTRI MENÙ Acqua, vino, dolce e caffè compresi

Settimanale pranzo dal lunedì al venerdì €10	Sgabei su prenotazione minimo 4 persone €18	Tagliata solo su prenotazione €20
--	---	---

CENE DI LAVORO NATALIZIE

È MALU LA PIZZA REGINA²⁰²⁰

Ingredienti di qualità in un mix di sapori liguri e friulani, conditi da allegria e creatività: così la famiglia Peruzzi-Levaggi conquista il podio

Con ben 520 voti, quest'anno il premio va a "Malu pizzeria con cucina" di Chiavari. Nelle scorse edizioni si è sempre posizionata tra i primi posti e forse non è un caso che la vittoria arrivi proprio in questo anno difficile. La famiglia Peruzzi porta infatti con sé sia la caparbietà dei liguri sia la tenacia dei friulani, giacché **Giorgio Peruzzi** è nato a Cervignano del Friuli (UD): ha conosciuto la sua dolce metà **Luciana Levaggi** a fine anni '60 quando fu convocato come **giocatore dell'Entella**. A loro si aggiunge l'entusiasmo della figlia **Maela**, titolare del locale, e del fidanzato toscano **Romeo Maggi**. Insomma, un bel mix da cui è nato un locale che sa distinguersi: aperta nel 2012, dopo una felice esperienza ultratrentennale a Genova, propone infatti piatti e pizze liguri e friulane.

Tra le più amate c'è la "Puint dal Diaul", un nome, un programma

Giorgio ha avuto la bella idea di introdurre nel menù specialità friulane che, una volta superata la tipica diffidenza ligure, sono diventate il fattore del loro successo. Le pizze più richieste sono infatti la **Friulana** con (oltre la classica base) Montasio e prosciutto crudo di Sauris; la **Malu** con Montasio, formaggio muffato e guanciale di Sauris; la **Puint Dal Diaul** con Montasio e salame piccante di Sauris. Dal canto suo, Luciana propone insieme ai piatti tipici liguri anche specialità qui piuttosto introvabili come il **frico con polenta bianca, muset e brovade, salame cotto alla friulana, gnocchi con fonduta di Montasio e speck di Sauris, ravioli di Montasio, tajadeis con prosciutto crudo di S. Daniele** e altre che sapranno conquistare il vostro palato. Ed essendo il Friuli tra le regioni per eccellenza del buone bere, qui si possono gustare birre, vini, spumanti e grappe regionali.

Non solo cibo: c'è anche l'intrattenimento con serate a tema e giochi

Anche il servizio non è "il solito" e non si ferma a portare i piatti in tavola, ma sprigiona l'entusiasmo e la creatività di Maela e Romeo. Insieme organizzano delle serate a tema con brevi giochi e intrattenimenti che incuriosiscono e divertono i clienti. La più celebre è la **Serata Pacco del Sabato**, dove i commensali provano a indovinare quale oggetto è nascosto dentro un pacco regalo. Ma ce n'è per tutti i gusti: il martedì c'è la sfida dei Cubi di Rubik's, il mercoledì il Paroliere, giovedì Calciatori, venerdì la Serata Turista e domenica serata Cinema. Poi ci sono eventi maggiori come la serata a tema **Game of Thrones**, **Maluween** (Halloween), **Merry Quizmas** (Natale) e molte altre. Insomma, si mangia bene e non ci si annoia. Infatti risulta al primo posto anche nella classifica di **Trip Advisor**, risultando la pizzeria più amata di Chiavari.



La famiglia Peruzzi, Luciana Levaggi, Giorgio Peruzzi, la figlia Maela e il suo fidanzato Romeo, unita e orgogliosa del risultato con la Puint du Diaul, una delle loro pizze speciali con cui hanno conquistato il cuore e il palato dei clienti

Ringraziamenti

Entusiasta di questo riconoscimento, la famiglia Peruzzi tiene davvero tanto a citare tutti coloro che contribuiscono alla loro cucina e che hanno permesso questo risultato: "Ringraziamo Corfole per il piacevole coinvolgimento e per la risonanza mediatica raggiunta. Inoltre, tutti gli amici che ci hanno votato, da Chiavari alla Liguria tutta e dalle altre regioni. Un sentito grazie ai fornitori quali Prosciuttificio Wolf Sauris, Zahre Beer, Cantine Rigonat, La Casa del Formaggio di Remanzacco. Un grazie affettuoso alla comunità Saurana rappresentata da Fabiana Gorassini, responsabile dell'Ufficio Turistico di Sauris, al Laboratorio Artistico del Legno che ci ha fornito la maschera del Carnevale Saurano, a Ente Friuli Nel Mondo che ci ha omaggiato recentemente, a tutte le comunità friulane nonché ai Fogolars Furlans sparsi per l'Italia e per il mondo. Per finire un grazie anche ai tifosi della Sir Perugia Volley, amici di Romeo".

DOVE: Malu Pizzeria con cucina
Chiavari, Via Giovanni Battista Prandina 21
Tel: 0185 598156
facebook: Malu pizzeria con cucina

LA TESTATA PIÙ DIFFUSA

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

23 anni di pubblicazione
37 comuni, da Genova a Levante
10.000 iscritti newsletter
16.000 fan facebook
20.000 copie cartacee

Corfole: **COR**riere **FO**ntanabuona **LE**vante
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)
SMS - Whatsapp - Telegram: 379.1614857
MAIL: redazione@corfole.com
PAGINA FACEBOOK: Corfole
TEL: 0185.938009

AREA DI DISTRIBUZIONE

Genova - Avegno - Bargagli - Bogliasco - Borzonasca - Camogli - Carasco - Casarza L. - Castiglione C. - Chiavari - Cicagna - Cogorno - Coreglia L. - Favale di M. - Lavagna - Leivi - Lorsica - Lumarzo - Mezzanago - 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



RICEVI CORFOLE DIRETTAMENTE A CASA!

Abiti fuori dai comuni di distribuzione?

A volte non riesci a trovarlo?

Hai una persona cara a cui farebbe piacere riceverlo?



REGALA O REGALATI L'ABBONAMENTO e sostieni la tua rivista del cuore

TESTATA INDIPENDENTE E AUTOFINANZIATA: COME PUOI SOSTENERCI

Causale: donazione + nome e cognome

> **Bollettino postale**
Conto Corrente Postale: 2144833
Intestato a: Corfole

> **bonifico bancario**
IBAN IT23 M076 0101 4000 0000 2144 833
Intestato a: Corfole

> **Paypal e carte di credito:**
info@corfole.com

> **Abbonamento annuale sostenitore:**
€50 (forme di pagamento: vedi sopra)

> **Lasciti e altre formule:** contattaci

Idea per un vero anno "nuovo" IL BARATTOLO della FELICITÀ

*Un "gioco" semplice
ma molto utile e profondo,
per allenarci a riconoscere
le piccole gioie quotidiane
e costruire un anno
di ricordi bellissimi*



Quanto siamo bravi vedere e ricordare tutti ma proprio tutti i momenti negativi, i piccoli e grandi inconvenienti della giornata, le cose andate storte, gli sgarbi veri o presunti? In questo siamo tutti maestri, e quanto ci piace raccontarli! Ci siamo abituati così, fanno tutti così, è sempre stato così. E finisce che ci circondiamo di lamentele e negatività. Il che crea malessere e disagio, portandoci a vedere negatività... e così via, in un circolo visioso che incatena le nostre giornate (e l'umore!). E se ci fosse un'idea semplice semplice per cambiare rotta? C'è e bastano un barattolo, dei foglietti e una penna.

Allenare i pensieri!

Saper guardare i lati positivi e le piccole cose belle della vita non sono caratteristiche insite, bensì una scelta, il risultato della nostra volontà. E la bella notizia è che la mente può essere allenata a fare una cosa invece di un'altra, come un qualsiasi muscolo. Il barattolo della felicità è uno stratagemma semplice, divertente ma efficacissimo e per questo molto usato, specie nei Paesi del Nord, per vivere la vita appieno e ricordare anche i momenti di gioia. E la cosa bella è che possono farlo sia i bambini sia gli adulti.

Un rito quotidiano

Scegliete un preciso momento della giornata e dedicatelo ogni giorno a questo che è un gioco ma anche un vero esercizio: concentratevi e annotate il vostro momento positivo o felice, aggiungendo la data. Potete anche inserire oggetti che vi legano a quell'evento: uno scontrino, un fiore, il biglietto del cinema, del luna park o di un treno. Dopo un anno riaprite il barattolo e ripercorrete i vostri momenti di gioia, in famiglia, da soli o in compagnia delle persone che vi vogliono bene. Vi stupirete!

Tanti benefici, specie per i bambini

In effetti è nato per loro, che così impareranno a:

- analizzare la giornata
- osservare i dettagli
- apprezzare le cose belle che gli accadono o...
- essere felici per qualcun'altro
- vedere che a volte dietro a un problema c'è un'opportunità (mi hanno cambiato di banco... ma ora posso guardare fuori dalla finestra)
- apprezzare le persone
- riconoscere le proprie emozioni
- esprimere pensieri ed emozioni in famiglia
- fissare nella mente i momenti felici.

PASTICCERIA GALLETTI

Biscotti e frolle, torte,
cioccolato, merendine,
e altre golose creazioni!

EFFETTUIAMO SPEDIZIONI!
Favale di M. | 0185.975000
www.pasticceriagalletti.it

Il profumo e il sapore della tradizione

LA CITTADELLA
gioie di Montemonte
e Sanguineti

**Ingresso, dettaglio e
vendita a peso, "come una volta"**

Alimentari - Drogheria - Giardinaggio - Mangimi
Prodotti per la casa - Trattamenti biologici - Zootecnia

Chiavari Via Doria 16 | 0185.309573 | 353.4120132
CONSEGNE A DOMICILIO!

CESTI NATALIZI
con prelibatezze
locali e di marca

A CAMMINARE, IN UNA FIABA

Anello: Rocca d'Aveto – Prato della Cipolla - Groppo Rosso – Rocca d'Aveto. Se c'è la neve si può fare con le **ciaspole!**

Fermo restando che nel momento in cui andiamo in stampa non sappiamo ancora in che "zona" saremo e se ci potrà spostare tra Comuni, noi siamo ottimisti e vi proponiamo due passi in montagna per rilassarsi e ritrovare il contatto con la Natura. Il giro che vi illustriamo questo mese è pensato per percorrerlo sia con gli scarponi che con le ciaspole. Vi troverete immersi nella selvaggia natura in pochi minuti e, se circondati dal manto bianco (molto probabile a febbraio), vi sembrerà di essere dentro una fiaba norvegese!

ITINERARIO

Anello: Rocca d'Aveto – Prato della Cipolla - Groppo Rosso – Rocca d'Aveto

Tempo: Percorso completo andata e ritorno: 2 ore e mezza, con ciaspole 4 ore

Percorso: lasciate la vostra auto al parcheggio a Rocca d'Aveto a 1.281 metri, sopra al punto di partenza della seggiovia. Da lì risalite fino all'inizio del sentiero, segnato con un **rombo giallo**: la prima parte è abbastanza ripida, ma una volta superata il percorso si addolcisce. Dopo alcune fontane vi comparirà all'improvviso il monte Maggiorasca, il più alto del Parco, con i suoi 1.831 metri. Il percorso sbuca dal bosco e finisce in un prato con al centro un lago da cui si può ammirare in tutta la sua bellezza il "Dente della Cipolla", un monolite basaltico. Per arrivare sino a qui, a buon passo, il tempo impiegato è di circa 40 minuti. Da questo punto, in breve tempo, si può raggiungere il Prato della Cipolla (1.578 metri), crocevia di molti sentieri e sede del locale Rifugio dove si può fare una sosta degustando una bevanda calda o una sostanziosa polenta!



Tra le varie opzioni, decidiamo di inoltrarci nella bellissima faggeta seguendo le **indicazioni per il Groppo Rosso** (1.593 metri): ritorniamo nel prato dal quale si intravede il Dente della Cipolla e seguiamo i cartelli che indicano il monte. Dopo circa 30 minuti di facile cammino pianeggiante si può incrociare il Rifugio Astas, un bivacco in muratura disponibile per chi voglia, avventurosamente, soggiornarvi: dispone di un camino, una tavola e una stufa, ma tutto il resto spetta a voi! Proseguendo, in 10 minuti si arriva alla cima del Groppo Rosso dove si può ammirare, a 360 gradi, una vista splendida e totale della Val d'Aveto: Santo Stefano d'Aveto contornato dai monti Bue, Maggiorasca e, più distanti, Tomarlo, Penna e Aiona. Una volta riempiti gli occhi di bellezza, potete proseguire lasciando alla vostra sinistra la vetta del Groppo Rosso: **in discesa, seguite il segnavia triangolo giallo vuoto** che in circa 40 minuti vi riporta a Rocca d'Aveto, attraverso boschi incantati e natura incontaminata. Attenzione: ad un certo punto del sentiero troverete una deviazione per Valle Tribolata: non prendetela se non finite a Piacenza! Restate sempre sulla sinistra! Una volta arrivati al punto di partenza, cosa c'è di meglio di un bel the caldo o una cioccolata per scaldarsi?

INFO UTILI

- Ufficio IAT S. Stefano d'Aveto, tel. 0185 88 046
- Ente Parco Dell'Aveto: sede di Borzonasca 0185.340311; sede di Rezzoaglio 0185.870171
www.parcoaveto.it info@parcoaveto.it

Gioia Rossi

LA FATINA DEL BENE ESISTE, ED È DI CHIAVARI

Sonia Bianchera, già Cavaliere di Malta per la Pace, è stata nominata Alfiera dell'arte grazie al suo nuovo libro che invita tutti a diventare dei nuovi eroi



Ogni mese cerchiamo di parlarvi di temi utili o curiosi e di esempi costruttivi. E' il caso di Sonia Bianchera, conosciuta da tutti come la Fatina Sonia: ve ne avevamo parlato esattamente due anni fa, nel dicembre 2018, quando aveva ricevuto il riconoscimento al Premio Internazionale Artista dell'Anno Cristoforo Colombo, vincendo sia il premio della critica sia quello dell'impegno.

La sua dedizione a diffondere una cultura di pace, di solidarietà e di aiuto ai più bisognosi sia del mondo degli animali sia degli umani, ispirando proprio questi ultimi a decisioni responsabili, le ha fatto ricevere pochi mesi dopo un altro importante riconoscimento: l'investitura a Cavaliere Crociato Guardiano di Pace Assisi Malta. E oggi non si può rimanere inermi di fronte alle ingiustizie e a maggior ragione non può farlo un Cavaliere: "Un Cavaliere è votato al valore - ci racconta -. Con la sua spada di luce ha il compito di difendere i più deboli, siano esseri umani che esseri animali, perché il suo cuore conosce solo la virtù e non può abbandonare nessuno. È il mio sacro dovere difendere gli indifesi, combattere per chi non può farlo personalmente, ed ecco il motivo del mio battermi in prima linea". Da anni dedica alla promozione della consapevolezza ambientale e di quella umanitaria per

difendere il pianeta "ormai allo stremo delle forze", vuole contribuire a creare un futuro diverso, invitando ciascuno a fare la sua piccola ma preziosa parte, perché: "L'esistenza di ogni persona dovrebbe essere mossa dalla compassione e da un cuore generoso per consegnare con animo sereno la fine della propria virtuosa giornata alla notte profonda".

Ottobre 2020: la nomina di Alfiera dell'Arte

Sonia vuole ispirare le persone a compiere azioni straordinarie, a diventare degli Eroi ed è questo che sta diffondendo anche con il suo ultimo libro: "È un progetto che in chiave fiabesca coniuga impegno sociale e civile per divulgare i diritti di ognuno e andare verso l'Era della Speranza, dove qualsiasi vita sarà rispettata. Un lavoro ispirato che fa riflettere grandi e piccini spingendoli ad agire secondo il codice della bontà". Per quest'opera Sonia ha ricevuto la nomina di Alfiera dell'Arte dalla direzione nazionale A.d.A., dall'Unione Nazionale Scrittori e Artisti e dalla Federazione Unitaria Italiana Scrittori. Conclude Sonia: "Il destino del pianeta è nelle vostre mani e allora scegliete di essere degli Eroi". Stampato su carta riciclata, il ricavato delle vendite è destinato alle cure di animali salvati.



Sinossi

Narra la leggenda che qualcosa di straordinario accadde ai figli di Adamo quando una profezia annunciò: "Sei stato scelto dalle Fate e destinato alla grandezza. Non deludere il tuo pianeta". Dal mondo magico è nato un li-

bro in grado di risvegliare incredibili poteri in te, ispirarti a proteggere la natura e a lottare contro la schiavitù millenaria del nobile popolo animale, liberandolo e conducendolo alla salvezza. Incontrerai folletti, draghi, gnomi, tutti pronti a vivere con te avventure all'insegna del rispetto e dei buoni sentimenti. Con coraggio affronterete malvagi e terribili incantesimi per portare la pace sulla Terra.

Pubblicato dalla Casa Editrice TerreSommerse si trova nelle librerie di Lavagna e Chiavari oltre che negli store online Mondadori, Feltrinelli, Libreria Universitaria, Il Giardino dei Libri e altri.

IL 2020 PORTA UN CASO DI SUCCESSO: ALTREVOCI E a dicembre esce col libro del noto divulgatore scientifico Roberto Vacca

- di Giansandro Rosasco



Per fortuna a qualcuno ha portato fortuna. Abbiamo bisogno di belle notizie e di sapere che qualcosa ha funzionato, nonostante il Covid-19. Ed è ancora più bello sapere che si tratta di cultura, di libri, di una nuova casa editrice e di autori locali e non solo. Il progetto AltreVoci Edizioni è nata a febbraio dall'unione della professionalità e della passione per le parole di Aldo Boraschi (giornalista e scrittore), Annalisa Panesi (editor ed editore), Francesco Grandis (scrittore) e Marco Paganini (libraio e imprenditore, anche titolare della libreria dei Fieschi a Lavagna).

Ha nelle sue fondamenta il desiderio di portare ai lettori nuove storie, voci e testi selezionati con cura, basando il proprio lavoro sul rapporto con gli autori, che sono la gemma più preziosa per un editore. Per questo fa parte della casa editrice NOEAP, ossia quelle che non richiedono alcun contributo economico agli autori.

Pubblicazioni e progetti

Le collane attive o in corso d'opera sono varie: narrativa di viaggio, autori e classici da riscoprire, giallo e noir, romanzi storici e contemporanei. Altre voci, appunto, del presente e del passato, che si distinguono per tematiche, luoghi da esplorare, punti di vista e modalità narrative. Questi i primi quattro titoli pubblicati da agosto a oggi: *Come acqua*, di Roberto Chilosì, che è insieme romanzo d'avventura, autobiografia e cronaca di viaggio; *Il tempo che faceva*, di

Aldo Boraschi, un romanzo commovente che è un'ode all'arte del racconto e al susseguirsi delle generazioni; *Eravamo soli*, di Fulvio Di Sigmundo, una storia contemporanea, sospesa tra il recente passato dei tempi della Resistenza e un presente denso di incertezza, avventura e desiderio di libertà; *Gente sbagliata. La prima indagine di Jacopo Ravecca*, di Alessio Piras, un giallo a tinte noir ambientato a Milano, ma con un giovane commissario genovese.

E' infine notizia di questi giorni l'uscita di un libro del noto matematico e divulgatore scientifico Roberto Vacca: *Repubblica Italiana d'America*, un lungo excursus tra le pieghe della grande Storia degli ultimi cinquecento anni, come nessuno vi ha mai raccontato. "Vacca è un personaggio poliedrico ed è il primo di caratura nazionale - spiega Marco Paganini -. Una cultura immensa legata alla sua altrettanto immensa fantasia con mille conoscenze nel campo scientifico, politico e culturale. Non mi era mai capitato con nessuno, ad esempio, che mi mettesse in copia conoscenza via mail a Michail Gorbacëv!".

Insomma, tanti i progetti in cantiere, sia in termini di pubblicazioni che di eventi e incontri con i lettori, in presenza e online. Per chi volesse premiare questi coraggiosi editori locali è possibile seguire tutti gli aggiornamenti su www.altrevociedizioni.it e ovviamente acquistare i loro libri in qualsiasi libreria d'Italia, su tutte le piattaforme online o direttamente presso la libreria dei Fieschi di Lavagna.

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

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

Tasso zero
IN 20 RATE

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 GAMME 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!

I RE MAGI ARRIVANO... A PASQUETTA!

Ma che cosa c'entra col 6 gennaio? Scopriamo le antiche tradizioni liguri

E ricordate che "A Pasqueta, 'na bonn-a lasagna a l'è consueta!"



Ossia, all'Epifania è tradizione portare in tavola le lasagne: lo sapevate? Lo fate ancora? Ma soprattutto, che c'entra la Pasquetta con l'Epifania? Ebbene, come riporta il "Piccolo Dizionario Etimologico Ligure": «Diversamente che in italiano, con Pasquetta non si indica in Liguria il giorno dopo Pasqua, ma la festività dell'Epifania, "la cui solennità si celebra a' 6 di gennajo per l'apparizione della stella a' Magi" (1851, Casaccia). Quest'uso, in passato condiviso anche in Corsica e in diverse aree dell'Italia settentrionale e centrale, potrebbe risalire al fatto che in occasione dell'Epifania veniva dato l'annuncio della data delle feste non fisse del ciclo pasquale. Anche nei vernacoli toscani si trova 'Pasqua di Natale' o 'Pasqua della Natività' per indicare il Natale, e l'Epifania vi è detta talvolta 'Pasqua di Befana' o 'Pasqua Epifania'».

Ma allora il giorno dopo Pasqua come si chiama? Quella che in italiano è la Pasquetta, in Liguria viene chiamato "O lunedì de l'Angeo" ossia 'il Lunedì dell'Angelo'.

La lasagna gianca e la ciambella dei Re

Probabilmente oggi in molti sarebbero confusi nel sentirsi augurare "Boña Pasqueta!". Ma a ricordarcelo ci sono le tradizioni culinarie. Quindi, "A Pasqueta, 'na bonn-a lasagna a l'è consueta!", ma deve essere "gianca", bianca, ovvero fatta senza uova. In alcune zone, inoltre, non viene condita con pesto né con il classico "tuccu", bensì con condimento bianco, come burro o formaggi. E visto che "Chi à Pasquetta no lasagna, tutto l'anno o se recagna!", ossia chi il 6 gennaio non mangia le lasagne, non mangia tutto l'anno, non ci resta che portarne in tavola in abbondanza, per iniziare l'anno nuovo sotto i migliori auspici! Per lo stesso motivo non può mancare in tavola la Ciambella dei Re, guarnita con frutta candita e con... una sorpresa. Al suo interno viene infatti messa una monetina - o qualunque altra cosa - che porterà fortuna a chi la trova. Questa tradizione appartiene a diversi Paesi e deriva da una antichissima, addirittura dell'età romana: durante le celebrazioni per il solstizio d'inverno (i cosiddetti Saturnali, 17 al 23 dicembre) maestri e schiavi erano sullo stesso piano e tutti mangiavano allo stesso tavolo con l'idea di rivivere l'Età dell'Oro. Fra di loro veniva sorteggiato un "re pe run giorno" cui spettava il compito di dirigere il buon andamento della festa. Se volete rispettare l'antica usanza e fare una ciambella con sorpresa, ricordate che l'oggetto deve essere resistente al calore e soprattutto di avvertire gli ospiti in modo che stiano attenti!

E voi, avete queste tradizioni? Raccontateci i vostri usi e ricordi, ma soprattutto inviate la foto del vostro presepe!

PALIO DEI PRESEPI 2020

IL PIÙ BELLO? QUELLO DI CASA TUA

Invia la foto e vinci; premi anche per chi vota

Il "giro dei Presepi" è una magia che si rinnova ogni anno e Corfole vi ha sempre invitato a visitare queste vere opere d'arte che sanno trasportarci nel pieno clima natalizio. A oggi non sappiamo se ci saranno restrizioni sugli spostamenti dovute al covid-19, ma... potevamo rinunciare a qualcosa di così bello e poetico? Certo che no!

Abbiamo deciso di trasformare questo limite in una opportunità: quella di stare insieme a voi, di entrare nelle vostre case ed essere più intimi. Così quest'anno i protagonisti saranno i vostri presepi! Vintage, modernissimi, classici, ironici, col muschio o con gli specchi... non vediamo l'ora di vedere le vostre opere! A lato tutte le info.



Quest'anno i protagonisti siete voi!

COME PARTECIPARE

Invia 2 foto (non di più!): una del presepe in generale e una di un particolare che ti piace (una statuina, un elemento decorativo, qualsiasi cosa... anche un po' fuori dalle regole!). Mail a redazione@corfole.com o Whatsapp al 379.1614857, indicando i vostri riferimenti (Es. famiglia Rossi di Chiavari)

I PRESEPI AMMESSI

Quelli privati e condominiali nei comuni di Genova, Avegno, Bargagli, Bogliasco, Borzonasca, Camogli, Carasco, Casarza, Castiglione C., Chiavari, Cicagna, Cogorno, Coreglia L., Favale di M., Lavagna, Leivi, Lorsica, Lumarzo, Mezzanego, Moconesi, Ne, Neirone, Orero, Pieve L., Portofino, Rapallo, Recco, Rezzaglio, S. Colombano C., S. Margherita L., S. Stefano d'Aveto, Sestri L., Sori, Torriglia, Tribogna, Uscio e Zoagli.

PREMI

- PRESEPI: al più votato una cena per due e articolo su Corfole; dal 2° al 10° posto, pubblicazione su Corfole per un dolce ricordo.
- VOTANTI: tra coloro che avranno messo MI PIACE al presepe vincitore e alla pagina di Corfole, a 20 estratti un simpatico omaggio

PER VOTARE

1) Metti MI PIACE alla pagina Facebook di "Corfole"
2) Apri l'album "PALIO DEI PRESEPI 2020" e metti MI PIACE alle foto dei tuoi preferiti.

CHIUSURA VOTAZIONE

Lunedì 18 gennaio ore 18.18

Regali indimenticabili.



GARDEL
gioielli

Calvari S. Colombano Via Cuneo 155 | 0185.358238

#CURIOSANDO

PRESEPE O PRESEPIO?

L'origine è dal latino *praesaepe*, mangiatoia e già all'epoca esisteva una forma alternativa, *praesepium*; tale dualismo si è mantenuto con l'evoluzione dell'italiano. Anche Alessandro Manzoni, tra i padri dell'italiano moderno, utilizza entrambe le forme, nello stesso testo: "Il Natale"

*La mira Madre in poveri
panni il Figliol compose,
e nell'umil presepio
soavemente il pose;
e l'adorò: beata!
innanzi al Dio prostrata,
che il puro sen le aprì.
Senza indugiar, cercarono
l'albergo poveretto
que' fortunati, e videro,
siccome a lor fu detto,
videro in panni avvolto,
in un presepe accolto,
vagire il Re del Ciel.*

QUEIROLO: VIETATO LAMENTARSI delle ORIGINI

Pare non sopportassero i signorotti locali



Si tratta di un cognome non molto diffuso e presente soprattutto in provincia di Genova: delle oltre 250 famiglie presenti in Italia, quasi 200 vivono in Liguria e 180 tra Genova e provincia. Di queste, più della metà sono diffuse tra Rapallo, Coreglia, dove Queirolo è il primo cognome, Chiavari e le valli interne.

LE ORIGINI

Proprio a Coreglia si farebbe originare questo cognome che troviamo già presente nel 1311 nella frazione di Zerega il cui significato, riportato da Pietro Abrate nel suo "Dizionario dei cognomi liguri", andrebbe ricercato nella parola latina *querulus* o anche *queiolus* che in italiano significa piagnone, lamentoso, anche "brontolone che si lagna" come riporta Plinio nelle Epistole. Con ogni probabilità si tratta di un soprannome dato ai contadini che male avrebbero sopportato i soprusi dei signorotti locali.

PERSONAGGI NOTI

Degno di nota è lo scultore **Francesco Queirolo genovese** (1704-1762), autore della Statua dell'Autunno alla Fontana di Trevi a Roma (*in foto: particolare*). Sconosciuto a molti in terra d'origine, gode grande fama a Napoli. L'unica opera nota presente a Genova è un bassorilievo in marmo raffigurante l'Immacolata, eseguito nel 1751 e collocato su un terrazzo di Palazzo Durazzo Pallavicini di via Balbi. Danneggiato dai bombardamenti aerei del secondo conflitto mondiale, fu recuperato, restaurato e posto nel giardino interno del palazzo dove è ancora visibile. Di epoca più recente è il pittore genovese **Giulio Queirolo** (1825-1910), allievo dell'Accademia Ligustica e legato alla tradizione romantica, dipinse quadri di ricostruzione storica e di costume; sue opere sono conservate al Museo dell'Accademia.

Giovanni Battista Queirolo (1856-1930) medico, fu deputato e senatore del Regno. Originario di Cicagna fu discepolo del celebre clinico genovese Edoardo Maragliano. Professore ordinario di Clinica medica all'Università di Pisa, della stessa città fu anche Sindaco. **Federico Queirolo**, nel 1882 era direttore a Genova del "Giornale del Popolo" di indirizzo repubblicano e di fede mazziniana diretto da Pio Schinetti; fu anche collaboratore di diversi giornali di analoga ispirazione politica. Ricordiamo ancora **Nicola Queirolo**, che fu sindaco di Coreglia Ligure nei difficili momenti del dopoguerra dal 1946 al 1951.

Infine, un altro **Federico Queirolo**, un giovane amatore del podismo prematuramente scomparso nel 2005 a soli 35 anni. In suo ricordo fu

Diffusione

196 Liguria, 25 Lombardia, 12 Piemonte, 4 Veneto e Marche, 3 Emilia-Romagna e Toscana, 2 Lazio e Sardegna, 1 Friuli V. G.

(fonte: Cognomix.it)

istituito nel 2006 dalla Cambiaso Rizzo Running Team e con il volere della madre, il Memorial "La corsa di Fede" con percorsi variabili.

Mi sia ora consentito un ricordo personale: la signora **Paolina ved. Queirolo**, la materassiera che negli anni cinquanta, io ragazzino con meno di dieci anni, vedevo nel cortile accanto all'orto di mio padre a Bogliasco, mentre rifaceva i materassi di lana. All'epoca, quasi ogni anno occorreva eseguire una manutenzione del materasso, che risultava appiattito per l'utilizzo. Questa signora, come altre in paese, li ritirava e con un paziente lavoro scuciva ed estraeva la lana che poi era lavata, stesa al sole ad asciugare, cardata ed infine rimessa nel materasso. Poi veniva il complesso compito della cucitura con lunghissimi aghi dei tipici "fiochetti", quella cucitura a punti da cui il nome dialettale di "strapunta". Con lei sono scomparsi anche i materassi di lana.

COME CUOCERE LA PASTA e non solo A FUOCO SPENTO



Meno gas, più spazio e perfino più qualità

Cresciuto con un padre del 1927 e una zia del 1920, vissuti tra guerra e fame, pur non facendomi mancare mai niente mi hanno trasmesso una legge di vita: niente sprechi. Da questo mese condiderò con voi piccoli consigli e se avete dei suggerimenti o volete interloquire potete scrivermi a dilloarosasco@gmail.com.

Una tecnica da chef

La cottura passiva non deriva da tradizioni familiari ma è una tecnica utilizzata da chef di fama mondiale e da qualche tempo è diventata una prassi anche per me. In pratica, dopo aver messo la pasta nell'acqua bollente, si tiene il fuoco acceso solo per due minuti, poi si spegne e si copre la pentola con il coperchio (che chiuda bene): in questo modo la pasta continua a cuocere da sola, passivamente. In genere ci vogliono da mezzo a 2 minuti in più rispetto al tempo consigliato: le prime volte occorre farci un po' l'occhio e assaggiare spesso.

Tanti benefici

In primis quello di una migliore qualità della pasta: se bolle per tutto il tempo sul fuoco, disperde nell'acqua - e non nel piatto - sapori e nutrienti preziosi. Inoltre, resta più digeribile. In secondo luogo significa che useremo meno gas, circa dieci minuti per ogni pranzo. Se poi aggiungiamo che all'occorrenza si ha il fornello libero e che si evita il classico pasticcio dell'acqua che esce dalla pentola, perché non provare? Questa tecnica è applicabile anche ad altre pietanze, ad esempio io la uso anche per le verdure bollite, minestre e minestrone.

Per un risultato impeccabile

- Usare la giusta quantità di acqua: non più di 1 litro per 100 g di pasta, ma si può tranquillamente scendere a 1 litro per 150 g di pasta
- mettere il coperchio per far scaldare l'acqua più velocemente e senza spreco di gas (ma questo penso che lo facciamo già tutti)
- appena inizia l'ebollizione, buttare la pasta
- riportare ad ebollizione, quindi cuocere per 2 minuti, poi spegnere il fuoco e coprire col coperchio fino a cottura completa.

ALLA RETE ROSA, IL NATALE FA MAGIE!
E trasforma gli asciugamani in adorabili cuccioli e gli strofinacci in leggiadre ballerine per diventare regali utili e sorprendenti!

LI TROVI SOLO QUI **La Rete Rosa** San Colombano C., Via Sturla 6 (SP225) 0185.350373 | ORARIO CONTINUATO

#GENOVESANDO

LE 4 STAGIONI IN LIGURIA



Belin di polline



Belin di caldo



Belin di pioggia



Belin di freddo

#DirittoUtile



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



LE INFEZIONI NOSOCOMIALI

Gino (nome di fantasia per motivi di privacy) ci scrive che sua moglie è stata ricoverata presso una struttura sanitaria e che in quella sede contraeva una grave infezione che l'ha portata, purtroppo, al decesso. Gino ci chiede se la struttura nosocomiale può essere chiamata a rispondere a titolo di risarcimento danni. In linea generale la Corte di Cassazione statuisce che: "Ai fini del riparto dell'onere probatorio, l'attore, paziente danneggiato, deve limitarsi a provare l'esistenza del contratto (o del contatto sociale) e l'insorgenza o l'aggravamento della patologia ed allegare l'inadempimento del debitore, astrattamente idoneo a provocare il danno lamentato, rimanendo a carico del debitore dimostrare o che tale inadempimento non vi è stato ovvero che, pur esistendo, esso non è stato eziologicamente rilevante" (ex pluribus, Cass. III, 11/03/2016, n. 4764). Ciò significa che Gino dovrebbe provare che l'infezione è insorta dopo l'ingresso di Francesca nel nosocomio e che il periodo di incubazione non era già iniziato prima di entrare nel nosocomio stesso. Viceversa, la struttura sanitaria, per andare esente da responsabilità, dovrebbe provare di aver fatto tutto il possibile per evitare l'infezione.

Va detto, per giunta, che tali infezioni si manifestano spesso come complicanze oltre che di degenze ospedaliere, anche e soprattutto di interventi chirurgici. A tal proposito, la giurisprudenza ritiene che: "col lemma 'complicanza', la medicina clinica e la medicina legale designano solitamente un evento dannoso, insorto nel corso dell'iter terapeutico, che pur essendo astrattamente prevedibile, non sarebbe evitabile. Tale concetto è inutile nel campo giuridico. Quando, infatti, durante o dopo un intervento si verifici un peggioramento delle condizioni del paziente, delle due l'una: - o tale peggioramento era prevedibile ed evitabile, ed in tal caso esso va ascritto a colpa del medico, a nulla rilevando che la statistica clinica lo annoveri in linea teorica tra le 'complicanze'; - ovvero tale peggioramento non era prevedibile o non era evitabile: ed in tal caso esso integra gli estremi della 'causa non imputabile' di cui all'art. 1218 c.c., a nulla rilevando che la statistica clinica non lo annoveri in linea teorica tra le 'complicanze' (Cass. 13228/2015). Tuttavia è pacifico nella letteratura scientifica che l'infezione nosocomiale sia un evento prevedibile nell'ambito della degenza presso una struttura sanitaria o nell'ambito di un intervento chirurgico. Infatti viene stimato che "il 60% circa dei casi potrebbe essere prevenuto con una adesione alle indicazioni delle linee guida di prevenzione, che il paziente che ne risulta colpito ha un rischio maggiore di morte da 2 a 11 volte, che oltre il 70% di questi decessi sono direttamente attribuibili alla SSI" [Surgical Site Infection]. In conclusione, posso affermare che le richieste risarcitorie di Gino siano fondate e possano trovare accoglimento sia in via stragiudiziale, sia in via giudiziale.



Il Natale è Meraviglioso
ma quando si è innamorati
diventa Magico

Obiettivo INCONTRO
IN DUE LA VITA È PIÙ BELLA!
Dal 1991 al vostro fianco

PER LEI

DAVIDE, 45 anni, alto 1.75m, in forma e con vari interessi. Solare e positivo, dolce e passionale. Di professione programmatore, celibe e senza figli, cerca una ragazza con cui stare bene
GENNARO 50 anni, imprenditore, ha una ditta edile, divorziato, vuole rimettersi in gioco nella speranza di incontrare una ragazza intraprendente, in gamba, amante dei viaggi.
RICCARDO 55enne, dentista, sportivo, la sua passione è la bicicletta, in ogni caso ama l'aria aperta e la natura. Gradirebbe conoscere una ragazza con le stesse passioni.
GINO è un musicista affermato; 62 anni portati splendidamente, cerca una donna sensuale e intelligente di cui innamorarsi perdutamente.
GIORGIO 76 anni, ex chef, ama cucinare per i figli e i nipoti, che gli danno tanta gioia ma sente la mancanza di una presenza femminile nella sua vita, di una signora dolce e divertente.

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

PER LUI

ANITA 39enne, slanciata, divorziata con due bambini gemelli, fotografa per una grande azienda, è sempre in movimento e di buon umore. È appagata ma le piacerebbe dividere i suoi giorni con un ragazzo serio, anche con figli.
MARTA 45 anni, sensibile e dolce, minuta, tipica bellezza mediterranea. Nubile senza figli, maestra d'asilo. Cerca quell'amore totalizzante e sereno, un uomo generoso ed empatico che la faccia sentire protetta e al sicuro.
ROBERTA 51 anni, vive in una bella casa immersa nel verde. Commercialista con studio proprio, vuole dedicare più tempo alla sfera personale con un bel signore elegante e distinto
SERENA 59 anni, divorziata da molti anni, e ora che la figlia è all'estero la casa è vuota, nonostante il suo fedele cane. Vorrebbe conoscere persone interessanti nella speranza di trovare la sua anima gemella.

Invia un messaggio con nome,
professione ed età al numero
392 92 092 38
riceverai alcuni profili adatti a te!



#L'Angolo Zeneise Parole e modi di dire
prof. Franco Bampi, Genovesista
www.francobampi.it
zena@francobampi.it



NÉIVE

**E almêno fisan stæte
sciòcche, invêce êan
bàlle dûe, bàlle giasæ,
pàivan priê!**

"O Sciò Ballaclava" di G. Marzari

Il Casaccia, nel suo dizionario del 1876, registra la parola **Néive**, Neve: Poggia che, rappresa dal freddo nell'aria, cade in terra in fiocchi bianchi e leggeri. Ma tutti noi, qui a Genova, diciamo **néie**, dileguando la "v". Lo stesso vale per la parola **nevâ** (nevicare) che tutti diciamo **neiâ**. Ancora, sebbene si dica **cêuve** (piove), e no **o cêuve**, quando nevicava era d'uso dire, specie dai ragazzi, **o néia** (nevicca). **Méise a neiâ** significa che incomincia a nevicare. Fioccare si traduce **fiocâ**. Quando il fiocco è grande si chiama **strasón**: se la neve cade abbondantemente a fiocchi grandi si dice **vêgne zu a néie a strasoìn** (viene giù la neve a fiocchi grandi). Una grande nevicata è detta **nevâdda** e una gran quantità di neve, caduta o che sta per cadere è detta una

chéutta de néie, esattamente come una gran quantità di pane è detta **chéutta de pàn**. La neve appena caduta, e quindi non ancora ghiacciata, risulta soffice, che in genovese si traduce **sciòcca**. Spalare la neve è tradotto **retiâ a néie**. Ma non dimentichiamoci il divertimento di **figeu** (bambini): **fiâse de balæ de néie** (tirarsi delle pallate di neve). In effetti la palla di neve è tradotta **bàlla de néie**, mentre la pallata, ossia la percossa data con una palla di neve, è detta **balâ**. Concludo con la **nevêa** (nevieria), un luogo artificiale dove conservare la neve e ridurla in ghiaccio da vendere. (*...e almeno fossero state soffici, invece erano palle dure, palle ghiacciate, parevano pietre)

#fiscoEagevolazioni



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



ESENZIONE IMU PER CONIUGI CON RESIDENZE DIVERSE

Qualche lettore ha avuto una spiacevole sorpresa, vedendosi negare l'esenzione prima casa per l'immobile in cui abita e risiede, poiché il coniuge aveva residenza in un altro immobile. La Corte di Cassazione con Ordinanza 20130 del 24 settembre 2020, ha deciso che l'agevolazione IMU sull'abitazione principale spetta a condizione che il possessore e il suo nucleo familiare abbiano fissato la residenza anagrafica presso la stessa unità immobiliare, dove dimorano stabilmente.

IL CASO E IL RICORSO

Il contribuente aveva la residenza anagrafica presso l'immobile che fruiva dell'agevolazione mentre il coniuge, aveva la propria residenza in altro comune. Il ricorso è stato accolto dalla C.T.R. e avverso tale decisione la società di riscossione locale ha proposto ricorso per cassazione, per essere stata riconosciuta l'esenzione malgrado l'immobile non fosse stato adibito a dimora abituale dell'intero nucleo familiare. La Corte di cassazione ha dichiarato il motivo fondato cassando la sentenza impugnata e ha disposto il rigetto dell'originario ricorso del contribuente. La lettera della norma invocata dall'amministrazione prevede che l'imposta "non si applica al possesso dell'abitazione principale e delle pertinenze della stessa Per abitazione principale si intende l'immobile, iscritto o iscrivibile nel catasto edilizio urbano come unica unità immobiliare, nel quale il possessore e il suo nucleo familiare dimorano abitualmente e risiedono anagraficamente."

Pertanto, ai fini dell'esenzione, è necessario che tutto il nucleo familiare, non solo dimori stabilmente, ma risieda anche anagraficamente nella medesima unità immobiliare. Ne consegue che se, come nel caso di specie, i coniugi non legalmente separati hanno fissato la propria residenza anagrafica presso immobili localizzati in due comuni diversi, nessuno dei due potrà fruire dell'esenzione IMU prevista per l'abitazione principale.

Mi aspetto che non sia finita qui la questione, essendo rimasto anche io a dir poco perplesso da tale decisione.



NUTRIZIONISTA

dott.ssa Grazia Lo Presti
 Scienze dell'alimentazione e Chirurgia generale

Prima visita gratuita

- **Studio:** Sestri Levante Via Un. Sovietica, 19
- **facebook:** Nutrizionista Dott.ssa Grazia Lo Presti
- **mail:** dotlopresti@gmail.com
- **whatsapp:** 346.6684585

LA DIETA AL TEMPO DEL COVID

Quale può essere la dieta più giusta in questo mese di Dicembre, per non aumentare il peso corporeo e soprattutto per non indebolire le nostre difese immunitarie?

Ecco alcuni facili e preziosi consigli:

- aumentare l'assunzione di proteine da pesce azzurro e da legumi
- diminuire il più possibile l'assunzione di zuccheri raffinati
- diminuire il più possibile l'assunzione di sale da cucina
- integrare la dieta con omega 3. Utile anche l'olio di semi di lino
- integrare la dieta con vitamina D.

Perciò una dieta ideale potrebbe essere costituita da una colazione con latte senza lattosio accompagnato da una piccola porzione di carboidrati integrali e frutta secca, un pranzo con pesce, verdure e frutta fresca e una cena con legumi, formaggio parmigiano, verdure e frutta fresca.

Potete scrivermi per un protocollo nutrizionale personalizzato.

Consulenza nutrizionali anche on line

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



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

CONSIGLI PER "NASINI" IN SALUTE

È piuttosto comune vedere i bambini con il nasino colante, almeno fino ai 5-6 anni d'età; molto spesso però queste situazioni sono sottovalutate. Non dovrebbe assolutamente esserci una condizione cronica di "naso tappato", perché questo indicherebbe la presenza di una respirazione orale che è una abitudine deviante o disfunzionale che purtroppo oggi è molto diffusa, anche tra gli adulti. **La corretta respirazione dell'essere umano deve avvenire dal naso e non dalla bocca**, in quanto il naso protegge le vie respiratorie riscaldando, umidificando e pulendo l'aria che respiriamo.

Perché lo specialista consiglia sempre i lavaggi nasali?

Nei neonati e nei bambini, che in genere almeno fino ai 3 anni non sono in grado di soffiarsi il naso da soli, è essenziale mantenere il naso il più possibile pulito e libero dal muco. Questo è fondamentale perché rappresenta la prima e principale terapia per alleviare i disturbi.

Bisogna ricordare inoltre che più il bambino è piccolo e più il suo fastidio dovuto all'ostruzione nasale sarà sgradevole: i neonati, infatti, respirano esclusivamente attraverso le vie nasali, non dalla bocca.

La detersione delle cavità nasali ammorbidisce il muco facilitandone la successiva aspirazione, oppure lo allontana direttamente; così facendo si elimina il catarro e si ripuliscono le mucose da eventuali allergeni, virus e batteri.



Sassonio il dentista a portata di tutti

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

LAVAGNA Piazza Milano 12 Tel 0185.697401 - 335.6446836



* Igiene orale
+ visita
di controllo

60€



Protesi totale
mobile
12 elementi

790€



* Estrazione
+ impianto titanio
+ moncone
+ corona ceramica

990€



4 impianti
titanio
con ancoraggio
a sfera

4.990€



* 6 impianti titanio
+ provvisori fissi
+ circolare di 12
elementi fissi
in ceramica

6.990€

PRIMA VISITA GRATUITA

PREVENTIVI SENZA IMPEGNO

PANORAMICA E LASTRE IN SEDE



Mercatino di zona

IN VIA A
379.1614857
(SMS - Whatsapp - Telegram)
redazione@corfole.com

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

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 Idt-Midero.

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



IMMOBILIARE

Compra pagando l'affitto

Fontanabuona, in zona residenziale a 5 minuti da Gattorna e mezz'ora da Chiavari o Genova, **fondo abitabile di 45 mq.**

Open space con bagno, impianto elettrico a norma, parquet laminato, porta vetrata a tutta parete, finestra recente in PVC, posto auto.

Può essere usato come appartamento, ufficio, laboratorio e comodo deposito.

Nessuna garanzia richiesta grazie alla formula "Rent to buy" (affitto per comprare): anticipo di 3.900€, poi 350€ al mese per 5 anni e l'appartamento/laboratorio sarà vostro.

INFO: 328.2256519

CERCO

- Appassionato Vespa che sappia smontare e rimontare il mio PX 150 dietro compenso da accordare. 328.2256519

- Libro: "Il respiro del fiume" 0185.480516

- Rete a doghe matrimoniale con piedi misura standard 160x190. 366.5246603

- Album fumetti: JACK IL PILOTA ed. ARC 1949 n. 5 e 8; PANTERA BIONDA ed. ARC 1948 n. 8, 15, 17, 25, 28. Cell. 349.6135948

CERCO LAVORO

- 57enne giovanile automunito cerca lavoro notturno portiere, custode, ecc. zona rapallo, chiavari, sestri ecc. SMS al 346.5012825

- 39enne cerca lavoro come commessa Genova e Tigullio periodo Natale 340.1915818

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

PER QUESTI OGGETTI 338 59 33 282



NUOVO
Set coltelli
scatola: tagliere, barra calamitata da attaccare al muro, affilatore €49-€29



2 tende NUOVE
140x290 tessuto damascato, color crema e dorato. Raffinate €20 € 15 cad.



NUOVO
Stupendo e capiente **mobiletto porta gioielli con specchio.**
H 151x L 37,5
Ancora imballato €129-€89



VASSOIO IN LEGNO DECORATO shabby chic
cm 53x40 €10



Portaspezie con barattoli ermetici in ceramica
Bel prodotto, no cinesata. €35 €29



Oggettistica shabby chic
2 cupoline in vetro
1 scatola in ceramica intarsiata
1 alzatina in ceramica intarsiata €15 totale



Per intenditori
Aceto balsamico Gran riserva 25 anni
Confezione e ricettario €90 €79



Porta bottiglie in ferro battuto
bello da tenere anche in cucina o soggiorno L56 x H160, €150 €129



36mq di parquet laminato
Colore caldo con belle venature, adatto a ogni stile: €249, meno di 7€ al mq, compreso materassino antirumore di sottofondo



Cappelli originali Borsalino e Flexon NUOVI DI ZECCA
tg54/56 €35 €29 cad.



6+6 piatti giapponesi in bambù
set vintage (no cinesata) composto da 6 piatti piani con 2 disegni diversi e 6 ciotole €15

REGALO



Unicef Chiavari sgombra locale e dona accessori bambini Passeggini, box gioco, carrozzine, trasportini...
Contattare sig.ra Maria Adele 334.1195900

VENDO (VARIE)

- Pelliccia visone tg M 900€; 2 cappotti donna tg48 40€ cad.; arredo sala 500€; scarpiera 4 scomparti nuova 100€; 6 bicchieri birra 0,5l tipo austriaci 10€; attaccapanni in legno 140€; lettino ortopedico Dorelan con telecomando 150€; divano 3 posti+2 poltrone 300€; camera matrimoniale 500€; 347.4886832
- Tappeto di pecora bianco e vecchi Calendari Carabinieri 349.6072526
- Madia in legno di ulivo 3292847365
- Ad appassionati e collezionisti orologi d'epoca e moderni 349.6893147
- Plaid matrimoniale pura lana scozzese nuovo €10 chiavari 338.4029222
- Copriletto matrimoniale in lana nocciola tutto giro come nuovo €15 0185.304248
- 9 raccoglitori schede collezionabili (telefoniche, Pokémon etc) da 250 posti. TOT 49€ whatsapp al 328.2256519
- Sci da discesa: Atomic Beta Racing 9'16 da adulto, 120€; Rossignol Radical Racing Pro da ragazzi 40€. Attacchi e bastoncini 340.4194938



Impastatrice MAI USATA
Completa di libretto di istruzioni
Tel 335.6078886



Casco bici
nuovo confezione originale con etichetta 329.8134387
Bellissima **giubba in pelle** tg 50/52 originale semi nuova. Prezzo interessante 340/1458517

Ristorante Chiapparino

Cucina casalinga - piatti tipici liguri
Si consiglia la prenotazione

USCIO Via Colle Caprile 35
0185.91279 - 339.1500808
Chiuso il giovedì



PER QUESTI OGGETTI 328 22 56 519



Costume di Babbo Natale completo di sacco Tutto nuovo e confezionato 12€



Scacchiera Simpsons 1991 per appassionati collezionisti 39€



2 scrivanie 145x180 angolo a dx o sx. Ripiano tastiera estraibile, cassettera con ruote. Pagate 250€ cedo a 99€ cad.



3+1 sedie ufficio di cui 2 con rotelle (altra non in foto con rotelle e braccioli). TOT 80€



2 piani in acciaio 50x100, adatti a molteplici usi (es. paraschizzi cucina) €70 €49 tot.



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 kw/mq anno



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



BARGAGLI: Appartamento con **ingresso indipendente** composto da Soggiorno con angolo cottura open space Camera matrimoniale Bagno Grande **terrazza vivibile**
Ristrutturato completamente
€ 33.000 Cl G ipe kw/mq



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 kw/mq



FAVALE CASTAGNEOLO: Casa indipendente con magazzino adiacente e terreno circostante Ampie cantine Terrazza vivibile Cucina Soggiorno 4 camere Bagno esterno Balcone Pavimenti originali in legno Buono stato generale
€ 28.000 Cl G ipe kw/mq anno



BARGAGLI - FERRIERE:
Porzione di casa bifamiliare con ingresso soggiorno cucina camera bagno veranda Balcone. Dependance con taverna cucina e forno a legna
Ampio terreno Box auto
€ 72.000 Cl G ipe kw/mq anno



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 kw/mq anno



MONLEONE:
Casa indipendente su due lati FACCIA E TETTO NUOVI
Ingresso soggiorno grande cucina abitabile 3 camere 2 bagni Terrazza spaziosa Dispensa
€ 79.000 Cl G ipe kw/mq anno



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 kw/mq anno



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 kw/mq anno



GATTORNA: CENTRALISSIMO
Appartamento spazioso composto da ingresso cucina abitabile ampio soggiorno luminoso 3 camere matrimoniali bagno 2 balconi Terrazza vivibile Soffitta Termoautonomo con caldaia esterna
€ 79.000 Cl G ipe kw/mq anno



FERRIERE TOLARA:
Appartamento ordinato con cantina giardino balcone ingresso indipendente
Soggiorno Cucinino 2 Camere Bagno Nessun condominio Soleggiato Vista aperta
€ 19.000 Cl G ipe kw/mq anno



FERRIERE TASSO:
Appartamento con ingresso indipendente box e cantina
Soggiorno con angolo cottura 3 spaziose camere bagno Balcone grande Soleggiato Quota di terreno Posto auto Termoautonomo
€ 85.000 Cl G ipe kw/mq anno



OGNIO ISOLA: Appartamento indipendente con spaziosa cantina e dependance Ingresso Soggiorno Angolo cottura 2 camere Bagno **Giardino spazioso adiacente**
Zona molto soleggiata **Abitabile subito € 29.000** Cl G ipe kw/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
€ 60.000 Cl G ipe kw/mq anno



*Rendiamo
la tua casa
il luogo che hai
sempre desiderata*

Legno Arreda
ARTIGIANI del LEGNO

SCALE - CUCINE E MOBILI SU MISURA - PAVIMENTI
PORTE E FINESTRE - CASSETTE GIARDINO - PERGOLATI

NUOVA SEDE E SHOWROOM

S. Salvatore di Cogorno - C.so Risorgimento 266
TEL 339.1235781 - 349.3849323



*67° Anniversario
di Matrimonio*

*Auguri di cuore un mondo di bene
a papà Giuseppe e mamma Luisa
da Graziella, Claudio e Lina*



ISOLANI

ISTITUTO OTTICO



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



LAVORATE AL COMPUTER
CON LE LENTI
MULTIFOCALI ?

PIÙ COMFORT E MENO
FATICA CON LE LENTI
DINAMICHE SPECIFICHE

Se portate **occhiali multifocali** (progressivi) e li utilizzate molte ore al giorno davanti al **computer** o ad altri dispositivi digitali, potreste lamentare, a fine lavoro, fastidi al collo e alle spalle, dovuti ad una postura scorretta assunta per trovare il punto di messa a fuoco da **vicino** e **media distanza**.

Nonostante gli **occhiali multifocali** siano la **soluzione più naturale** e **funzionale** nelle attività quotidiane, oggi sono a disposizione **soluzioni ottiche di ultima generazione**, **più adatte e confortevoli** nelle specifiche attività **prolungate al computer**: sono le **lenti dinamiche a profondità di campo**.

LENTI DINAMICHE (A PROFONDITÀ DI CAMPO)

Le **lenti dinamiche** sono progettate per mettere **perfettamente a fuoco** il vicino e la media distanza, con una visione confortevole e una **postura ergonomica** evitando posizioni del collo anomale che, alla lunga, rendono il lavoro più faticoso.

E' consigliato abbinare un **trattamento anti luce blu** che **protegga gli occhi** dall'eccesso di questa radiazione **ad alta energia** che **viene emessa da tutti i monitor dei dispositivi digitali**.

Per ulteriori informazioni...

vi aspettiamo nei nostri Centri Ottici Isolani

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



isolani.com