

# CORRERE

## Corriere del Levante

20.000 COPIE  
GRATUITE!

Anno XXIII n. 224 maggio 2021

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



## Comitati e iniziative

# IL LEVANTE SI FA SENTIRE

E IL 30 MAGGIO PULIZIA DEL LUNGO ENTELLA: UNISCITI!

- pag. 3



### gli INDISPENSABILI

**RIPARAZIONI CELLULARI e PC** **NOVITA!**  
E Phone PC di Enrico Oneto  
Carasco 392.8435646  
Riparazioni telefonini, tablet e pc, anche a domicilio

**IL FALEGNAME**  
349.3849323  
Restauri, lavorazioni artigianali e creazioni su misura. Prezzi ottimi.

**IL TASSISTA DI FIDUCIA**  
Aldo 347.4725380  
Viaggi, 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 e sgomberi.

**TAGLIO LEGNA E PULIZIA TERRENI**  
Simone 331.9476824  
Bosco da pulire? Legna da tagliare? Ci pensa Simone!

**LEGNA E PELLETT**  
349.0063440  
Vendita diretta e possibile consegna. Pulizia terreni e giardini.

La redazione di RID

## A Chiavari un'eccellenza del mondo della difesa

### CAMBIO VITA

Dagli autoricambi alle gallerie d'arte

- pag. 10

### TORNA IL CONCORSO CHE CELEBRA LA REGINA DI LIGURIA

- pag. 6

Distanziamento e divertimento

## IN PANDEMIA I RAGAZZINI SCOPRONO LE BOCCE

- pag. 7

### L'ESCURSIONE

Sul sentiero delle portatrici d'ardesia

- pag. 8

### BUCCE DI FAVE

Ecco perché non devi buttarle! (Ricetta)

- pag. 11

### LE RUBRICHE degli esperti

**Avvocato**
**Fiscalista**
**Nutrizionista**
**Otorino**
**Genovese**
**No sprechi**

### 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.fontanabuanaimmobiliare.com](http://www.fontanabuanaimmobiliare.com) 0185 938578

PREFERISCI  
INVESTIRE  
in TASSE o in  
PUBBLICITÀ?

**20.000 copie  
in 37 comuni**

**La testata più diffusa  
del Levante**

Per aziende, ristoranti, grandi catene e  
piccoli negozi, professionisti e artigiani

**CORFOLE**

è il mezzo giusto per farsi conoscere  
e aumentare vendite e clienti

#### CONTATTI

SEDE: Via Chiose 32H 16047 Moconesi (GE)

SMS - Whatsapp - Telegram: 379.1614857

MAIL: redazione@corfole.com

PAGINA FACEBOOK: Corfole

TEL: 0185.938009

Corfole = CORriere FOnTanabuona LEvante

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

Editore: Idt-Midero di Giansandro Rosasco

Direttore Responsabile: Michela De Rosa

#### VUOI SOSTENERCI?

##### 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

> PER TUTTI: causale: donazione + nome



**DITE la VOSTRA!**  
**SE AVETE QUALCOSA DA DIRE, SCRIVETECI!**

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

bella lettera e speriamo che in molti si informino, evitando i decorsi più gravi e acquistando speranza.

#### TROPPI INGENUITÀ SUL TUNNEL COSTA-ENTROTERRA

Ho letto la tua risposta sul tunnel. Non metto in dubbio la tua buona fede ma quando assicuri che non ci sarà una nuova rapallizzazione mi viene da dire: santa ingenuità!! Non so quanti condividono i tuoi buoni propositi ma chi ha vissuto (e perso) la battaglia contro la rapallizzazione sa che una valanga (banche, imprese, amministratori, contadini in cerca di affari, operai in corteo con cartelli "Viva cemento!") non si ferma con le buone intenzioni.

Rino V., Chiavari

#### Risponde la Direttrice Responsabile

Gentile e affezionato lettore, grazie perché anche questa volta possiamo occuparci di un aspetto importante - anzi, importantissimo - dell'opera. La mia non è ingenuità: semplicemente, negli anni '60 c'era la smania di progresso da boom economico e la necessità di cancellare i segni della miseria e delle bombe, asfaltando e costruendo. Un modello di cui in seguito si sono visti e si vedono tutti gli aspetti negativi e fallimentari, ma che contestualizzati nella situazione e nella psicologia dell'epoca, potevano avere un senso. Oggi la situazione è esattamente opposta: le persone vogliono vivere bene, recuperare "terra", aria pulita e verde. E, diversamente da allora, ci sono gli strumenti per vigilare e far sentire la propria voce. Molte recenti battaglie si sono vinte grazie ai tam tam sui social, che ormai possono scuotere e smuovere le cose anche a livello mondiale. Quindi la mia non è ingenuità, semplicemente oggi è un altro mondo.

l'angolo del

**GRAZIE**

Inviaci il tuo! (contatti nel box di fianco)

#### A TE CHE HAI TROVATO IL MIO CELLULARE

Vi rendete conto come siamo messi? Se perdiamo il cellulare ci crolla il mondo addosso, come se fosse tutto lì: in effetti foto, video, rubrica, contatti, vari pin, password, promemoria ecc. Quando l'ho perso, per me 84 enne, è stato un disastro. Per cui è stata una boccata d'aria fresca conoscere il ragazzo moldavo che lo ha trovato, lo ha messo sotto carica perché si stava spegnendo e col suo cellulare ha chiamato un numero a caso, Simona. Così sono riuscito a ricontattarlo e ci siamo accordati per vederci la mattina dopo dove era a caricare mobili. Poi mi ha richiamato e detto di aspettarlo e dopo 10 minuti era sotto casa mia! Quando gli ho allungato dal finestrino 50 euro si è schernito e ha detto che lui i soldi li vuole guadagnare lavorando; l'ho seguito per costringerlo a tenerli e poi mi ha detto che se avrò bisogno di smontare e trasportare mobili è già pagato. Intanto, una mia amica lo ha già chiamato per un trasporto e lo consiglierò a tutti.

Lino Fabiano, Chiavari

## I QUADERNI DELL'ORTO

**Cetrioli,  
zucche e  
zucchini!**

#### Raccolta cetrioli



Oidio delle zucchine  
detto anche mal bianco

**Tipo di terreno:** si adattano a diversi tipi di terreno, purché ben drenati.

**Periodo di trapianto:** in pieno campo da metà aprile, sono piante che richiedono un clima caldo, posizione soleggiata e riparo dai venti forti.

**Concimazioni:** a partire dalla formazione dei primi frutti è opportuno sostenere le piante con concime contenente Azoto e Potassio. Si può distribuire 2-3 volte ogni 10 giorni.

**Annaffiatura:** annaffiare senza bagnare i fusti, foglie e frutti, in modo da mantenere il terreno sempre fresco.

**Trattamenti:** se necessario effettuare trattamenti antioideici impiegando Zolfo o prodotti sistemici.

**Produzione e raccolta:** mediamente la raccolta dei frutti inizia dopo 40 giorni dal trapianto per cetrioli e zucchine e si protrae per circa 2-3 mesi. Le zucche si raccolgono a circa 130 giorni dal trapianto, quando la pianta è secca e i frutti ben maturi.

**Consociazione:** le zucche si avvantaggiano della vicinanza di fagioli, timo, salvia, calendula. Le zucchine prediligono cipolle e basilico. I cetrioli crescono bene vicino a fagioli, finocchi e lattughe.

**Consigli:** la zona prossima alle piante va tenuta costantemente pulita dalle erbe infestanti, l'utilizzo di teli biodegradabili a copertura del terreno consente di ridurre questa attività.

## I LAVORI del MESE

Seminare ancora **tappeti erbosi**. Per quelli esistenti controllare le zone più rade e intervenire con appositi miscugli rigeneranti.

**NEI GIARDINI:** si mettono a dimora bulbi da fiore estivi, piante da fiore annuali. Si seminano in piena terra: agerati, astri, campanule, celosie, garofani, elicrisi, salvia, verbene, zinnie.

**NEI FRUTTETI:** intervenire con trattamenti appropriati post fioritura. Piantare le piante da frutto, dopo la fioritura controllare la cascola dei frutti e, se necessario, intervenire manualmente. Tenere pulito e arieggiato l'impianto del frutteto ed eliminare i succhioni sui fusti di vite e alberi da frutto.

**NEGLI ORTI:** Luna Calante (3 maggio) seminare barbabietole, bietole da coste, carote, cavoli, indivie, porri, rape, ravanelli, sedani da coste, spinaci estivi. Luna Crescente (19 maggio) seminare: cardi, cetrioli, fagioli, fagiolini, meloni, zucche, zucchini, pomodori, melanzane, peperoni, prezzemoli, rucole.

## A CURA DI



**NESTORI**

Fiori & Garden shop

Piante da orto

Addobbi per cerimonie

Fiori freschi, secchi e artificiali

Piante da interno ed esterno

Realizzazione terrazzi e giardini

Servizio a domicilio

**GATTORNA**

Tel 0185.934697

Orari: da martedì a sabato 8.30-12.30  
e 15.00-19.00; domenica 8.30-12.30;  
lunedì chiuso

# IL LEVANTE SI MOBILITA PER IL TERRITORIO

*La sensibilità ecologica e la visione turistica dell'ambiente stanno prendendo sempre più piede, e le iniziative di tutela si stanno moltiplicando anche sul nostro territorio: dal recupero dei sentieri alle iniziative per*

*vietare il fumo (e l'abbandono dei mozziconi) nelle spiagge, dalla pulizia dei boschi e dei lungofiume alla nascita di Comitati di cittadini che vogliono fermare lo scempio del territorio.*

di Giansandro Rosasco



**DOVE FIRMARE LA PETIZIONE**

Farmacia di Ne e Castiglione Chiavarese; edicola di Consenti; Alimentari Angela a Ponte di Gaggia; ATC in via Moggia Lavagna e c.so Sardegna Genova; ARI, Associazione Rurale Italiana. Croce Verde di Ne, Carasco, Borzonasca, Lavagna, Chiavari. Oppure sui fascicoli disponibili presso i Comuni di Ne, Sestri Levante, Casarza e Castiglione Chiavarese. Altri punti firme verranno organizzati in Val Petronio, Gromolo e Vara.

## NO ALLE NUOVE MINIERE

Dopo quello per la Difesa della Piana dell'Entella, di cui abbiamo ampiamente parlato, recentemente è nato in Val Graveglia il Comitato "No a nuove miniere nel Levante". Sta infatti suscitando molto scalpore l'imminente ricerca di minerali preziosi della Società Energia Minerals (che fa capo a una multinazionale australiana), in una vasta area che copre le valli Graveglia, Petronio, Gromolo e Vara.

**Il Comitato, spiega il presidente Enrico Rossi**

- "Esprime la piena contrarietà al fine di tutelare i beni culturali-paesaggistico-ambientali del territorio e la salute dei cittadini, soprattutto contro i pericoli tossici, derivabili dall'apertura di nuove miniere, in cui oggi si estrarrebbero i metalli, separandoli dagli scarti mediante cianuro, arsenico, mercurio e cadmio. Sostanze che sarebbero disperse nel comprensorio a livello aereo e pluviale". Raccolta la protesta da tutti i Consiglieri regionali, mentre dal Ministero è arrivato un primo timido "via libera" in quanto in questa fase non ci saranno scavi o costruzioni di strade all'interno dell'area di ricerca, cosa che quindi non solleva obiezioni nel merito da parte dei tecnici ministeriali; e anzi si prevede una massiccia presenza di archeologi per supervisionare gli scavi, visto che tutta l'area è considerata di potenziale interesse per le antichissime tracce di presenza umana. "Non abbiamo bisogno di altri rischi per la salute, ma di sicurezza dei versanti, agricoltura, turismo naturalistico ed enogastronomico" chiosa Enrico Rossi.



INFO: Enrico Rossi 380 520 6905

**PER UN LEVANTE SENZA PLASTICA**





## SÌ AL PARCO DI PORTOFINO: UN'OCCASIONE DI TUTELA RILANCIO E SVILUPPO. GIÀ PERSI MOLTI SOLDI

Agguerrito anche il Comitato che punta alla valorizzazione del Parco Regionale di Portofino, preoccupato della situazione perché sono passati mesi ma l'ente è ancora commissariato: "Il bilancio 2021 non è ancora stato adottato e le attività sono ferme alla ricerca di Dante nei sentieri dell'entroterra e ad una gestione passiva, che ha visto, tra l'altro, l'abbandono delle partnership nazionali ed europee che nel passato avevano fornito i fondi per la mitigazione del rischio idrogeologico, gli unici che oggi vengano spesi".

Intanto, nel vicino Parco Nazionale delle Cinque Terre stanno arrivando 5 milioni attraverso un piano di finanziamento dell'Unione Europea per l'ambiente e il clima. Tutto questo grazie al progetto "muretti per la vita" per la costruzione dei muri a secco e recupero dei famosi terrazzamenti. Regione Liguria e il Commissario Donadoni - sempre a detta del Comitato - continuano a sostenere che non ci sono le condizioni, non solo per fare, ma addirittura per discutere del Parco Nazionale, preferendo la decadenza non solo di un Ente storico, ma di un territorio in grande sofferenza, per il quale gli Amministratori locali contrari al Parco Nazionale non riescono a proporre un futuro, né a sviluppare progetti in grado di intercettare fondi e occasioni di lavoro. Di fronte alla constatazione che con questa scelta si perde in media un milione di euro al mese, oltre a quelli legati a finanziamenti straordinari, chiedono alla Regione e agli Amministratori locali di riavviare il dibattito sul Parco Nazionale di Portofino consentendo ai Cittadini di partecipare alle scelte del loro futuro.

INFO: [info@parconazionaleportofino.it](mailto:info@parconazionaleportofino.it) - 333 31 43 653

## 30 maggio, pulizia del Lungo Entella: partecipa!

Infine, sempre nel segno del rispetto per l'ambiente segnaliamo l'iniziativa di **Plastic Free Odv Onlus** giovane associazione di volontariato nata con l'obiettivo di sensibilizzare sulla pericolosità della plastica, in particolare quella monouso. Nei primi 12 mesi ha raggiunto oltre 150 milioni di utenti nel mondo e oggi, con oltre 550 referenti in tutt'Italia, si posiziona come la più importante e concreta associazione in questa tematica. Il referente locale, **Stefano Amantini**, con già all'attivo la pulizia - il mese scorso - del sentiero del Monte San Giacomo ripropone per domenica 30 maggio, la pulizia del Lungo Entella, partendo da Carasco, rotonda Settembrin fino alla foce a Lavagna.

PER PARTECIPARE: 334 303 6487



**COOPERATIVA AGRICOLA RURALE**  
Isola di Borgonovo - Mezzanego  
[frantoioiborgonovo@gmail.com](mailto:frantoioiborgonovo@gmail.com) | [www.frantoiooleario.it](http://www.frantoiooleario.it) | 349.0063440

**VENDITA DIRETTA PRODOTTI "A KM 0"**

- \*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

Con €60 di spesa la spedizione è gratuita!

**GESTIONE VERDE**  
potatura, sfalcio etc.

**OLIO**  
extravergine e olio dop

**PELLET**  
prenotazione stagionale



**DETERSIVI ECOLOGICI** ALLA SPINA

**CONCENTRATI e CONVENIENTI!**

25 tipologie | Made in Italy | Efficaci | Ipoallergenici  
Origine vegetale | Delicati sulla pelle | Biodegradabili

**1 litro ne vale 3!**

**è il mese delle rose!**



**MICROCAPSULE ROSAE**  
con note di rosa, fiore di loto e biancospino



**La Rete Rosa** S. Colombano C., Via Sturla 6 (SP225)  
0185.350373 | ORARIO CONTINUATO

**CAMPIONI OMAGGIO GRATUITI**



# A Chiavari si “cela” un’eccellenza italiana del mondo della Difesa

*Tra i palazzi dei caruggi c’è la redazione di RID, Rivista Italiana Difesa, dove si studiano divulgano tematiche anche molto delicate, dalle strategie geopolitiche alle battaglie storiche e perfino... le forme dei bulloni*

di Michela De Rosa

Tra le eccellenze del nostro Levante ce n’è una davvero particolare e anche un po’ nascosta: la rivista RID, ossia Rivista Italiana Difesa. E’ infatti celata tra i caruggi di Chiavari, al terzo piano di una delle caratteristiche palazzine colorate, la redazione di questo mensile che l’anno prossimo festeggerà i 40 anni di vita. Nonostante sia ancora difficile immaginare di poter organizzare eventi, si sente comunque già la fibrillazione di quello che verrà organizzato per l’occasione. Editore, amministratore e “uomo immagine” della testata è **Franco Lazzari**, volto e anche voce nota, visti i trascorsi agli esordi di Radio Aldebaran. Per chi lo conosce, con la passione per la musica e la convivialità, sempre col sorriso e pronto a ridere far ridere, viene difficile pensarlo in questa veste: invece, appena seduto alla sua scrivania in redazione, si trasforma in un serissimo professionista, con il vantaggio, non da poco, di saper mettere tutti a proprio agio.

## Genova è stata la culla dell’editoria della Difesa

Così mi racconta così la storia di questa realtà davvero particolare: “RID è stata fondata da mio padre Giovanni Lo sanno in pochi, ma Genova è stata la culla dell’editoria specializzata della Difesa perché qui negli anni ‘60 nacque la prima casa editrice di settore con spirito internazionale, che scriveva in italiano inglese e addirittura arabo: fu il vivaio di tutti i primi giornalisti specializzati, tra cui mio padre. La casa editrice chiuse negli anni ‘70, quindi non c’era più nulla del settore e mio padre decise di aprire la sua: così nel 1982 è nata RID”.

## Punto di riferimento in Italia per l’informazione

A oggi è la rivista di riferimento e sfogliandola si vede che, come si dice in gergo editoriale è “densa di piombo”, ossia con tantissimo inchiostro, ovvero testo: qui i professionisti di settore e gli appassionati del genere trovano articoli sullo sviluppo tecnologico, approfondimenti storici, ricostruzioni minuziose delle battaglie più famose della storia, studi tecnici. C’è spazio anche per l’interessante analisi geopolitica, come ad esempio sul numero di marzo dove tra le Buone Notizie scopro che “C’è mancato



**LA REDAZIONE DI RID**  
Da sinistra: Beatrice Bertoli (CdA), Franco Lazzari (Editore), Eugenio Po (Capo Servizio), Chiara Foti (Grafica), Loredana Debenedetti (Segreteria), Grazia De Marchi (Amministrazione), Pietro Batacchi (Direttore Responsabile)

un pelo che il 5 febbraio 2021 portasse al collasso dell’unico accordo ancora in vigore per la limitazione degli armamenti strategici e con ciò all’avvio di una nuova e assurda e pericolosissima corsa alle armi nucleari”. Lo sapevate?

## Come si trovano le notizie in un mondo basato sui segreti?

“Oggi, grazie a internet, non è difficile trovare le informazioni ufficiali, per il resto la differenza la fa la rete di relazioni costruita in 40 anni. E la competenza”. Sì, perché per mettere nero su bianco argomenti così tecnici e delicati, ci vuole tanta serietà, aggiornamento e studio continuo, competenza e credibilità. Un esempio eclatante è stato il libro che hanno pubblicato nel 1992 per la guerra in Jugoslavia: “Nessuno aveva fatto un approfondimento del genere, perché servono molte competenze, con argomenti delicati di tecnologie applicate, debriefing dell’azione, analisi geopolitica. Ovviamente non entriamo nel giusto o sbagliato perché è un giudizio e non spetta a noi”. A questo proposito: “È importante saper distinguere il senso delle parole: anche nella situazione

attuale in Birmania/Myanmar si parla di forze regolari e di ribelli, ma non significa che i primi sono nel giusto e i secondi sono dalla parte sbagliata, semplicemente il gergo militare chiama regolari le forze dello Stato e ribelli o irregolari gli altri”.

La redazione chiavarese è poi impegnata anche in collaborazioni davvero importanti: “Eseguiamo anche studi specifici per aziende e per le Forze armate. Ad esempio, ogni due anni la Marina militare organizza un convegno molto importante per analizzare questioni di portata strategica, basti pensare che all’ultima edizione (2019, prima del covid) erano presenti delegazioni a livello di Capo di Stato Maggiore di Forza Armata di ben 52 Paesi: per loro realizziamo una pre-analisi di tutti gli argomenti che verranno affrontati; questa viene inviata a ogni partecipante, in modo da fornirgli informazioni e spunti per approfondimenti ed interventi”.

Un impegno davvero prestigioso, che da solo conferma l’autorevolezza della redazione chiavarese. Un risultato ottenuto mantenendo alto il livello di preparazione: “Il Nostro Direttore, **Pietro Batacchi**, ha fatto corsi post-laurea inizialmente riservati al solo personale militare ed ha maturato un’esperienza che lo rende una figura

unica nell’editoria specializzata italiana e, oserei dire, anche internazionale. Il capo Servizio, **Eugenio Po**, è un appassionato del settore che, dopo studi ingegneristici, ha fatto della sua passione un lavoro e rappresenta una figura unica, capace di analizzare gli aspetti tecnici più dettagliati di mezzi e sistemi. Io sono stato obbligato a dedicarmi maggiormente agli aspetti gestionali, ma riesco ancora a scrivere a sufficienza per essere annoverato tra i giornalisti”.

## Tra i lettori più accaniti ci sono i bullonisti

Ma chi sono i lettori di RID? Ovviamente chi opera nell’ambito della Difesa, dalle forze armate alle aziende, ex militari, ma anche tanti appassionati: “Ci chiedono informazioni di ogni tipo, fino ai dettagli infinitesimali: questi ultimi noi li definiamo affettuosamente “bullonisti” perché possono davvero arrivare a chiedere dettagli di un aereo o di una nave, fino al bullone!”.

Se siete curiosi di saperne di più: **www.portaledifesa.it**

**un'ASCIUGATRICE e non stendo più!**

Tu decidi quello che vuoi... al resto ci pensiamo noi!

**VENDITA E INSTALLAZIONE**

**ELETTROMAX** Piccoli e grandi elettrodomestici  
Illuminazione | Liste nozze | LEGO  
Cogorno C.so IV novembre 28 0185.380416

**YOKOHAMA**

**CDG ONE**

**Co CAP Gomme**

Walter 3479401984  
Andreino 3487040176  
E Mail: capgomme@libero.it

Tel. 0185/939751 Fax. 0185/939447

AUTO-MOTO-CAMION-FUORISTRADA-MOVIMENTO TERRA  
CONVERGENZA ELETTRONICA-CERCHI IN LEGA  
FURGONE ATTREZZATO PER INTERVENTO SUL POSTO

**NUOVA ERREFFE** RECCO Via S. Rocco 87 B2  
TEL 0185/722681  
www.nuovonerreeffe.it info@nuovonerreeffe.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!



## È sbocciato... un motorino!

A Rapallo in via Betti c'è un motorino abbandonato da anni. Vista l'impossibilità di consumare al bar, qualcuno ha iniziato ad appoggiare le bottiglie sulla pedana, poi sulla marmitta, poi i bicchieri sul manubrio... Poi qualcuno ha avuto l'idea dello scotch e a quel punto perché non usare le bottiglie come vasi? Così la gente ha iniziato a metterci fiori, delle bellissime calle e perfino il rosmarino! E ora che era fiorito, dopo anni è stato rimosso.



## Quanto magna il mio Magagna!

Il bello dei nostri entroterra è che a pochi chilometri dalle cittadine si vive in simbiosi con la natura, tra pascoli, coltivazioni, orti, galline per uova sempre fresche e sane, maiali, asini e capre... Così un giorno abbiamo accompagnato Renzo Casella (dell'agriturismo Da o Cason de Larvego) a dare una delle poppate quotidiane al suo capretto preferito: è nato da parto gemellare, cieco da un occhio e vede pochissimo dall'altro; la mamma ha poco latte e quindi mangia il più veloce... che non è lui. Ma questo è diventato il momento preferito di Renzo e della figlia Maia.

● Dal 19 maggio al 30 giugno **consegna gratuita e sconti** <sup>1</sup>

# ADESSO LA SPESA A DOMICILIO ARRIVA IN TUTTO IL TIGULLIO

*Oppure si ritira già pronta e imbustata: così l'Ipercoop di Carasco va incontro a chi ha poco tempo o abita lontano dall'ipermercato*

Consegna gratuita dal 19 maggio al 30 giugno e sconto di 10 euro su una spesa di minimo 80 euro: così l'Ipercoop di Carasco vi dà il benvenuto al nuovo servizio di spesa on line tramite il sito **coopshop.it**, che potrà essere consegnata a domicilio oppure, a breve, ritirata già imbustata presso l'ipermercato. "Con la consueta qualità Coop ora offriamo un servizio per servire più capillarmente il Tigullio, per crescere e ampliare la nostra presenza sul territorio, anche su richiesta dei nostri Soci e clienti", spiega il responsabile e-commerce di Coop Liguria, Giovanni Clavarino. "Con queste innovazioni garantiremo un servizio ancora migliore, in particolare a tutti coloro che vogliono risparmiare tempo, oppure abitano lontano dall'ipermercato ma vogliono poter usufruire dell'ampio assortimento e delle forti promozioni", aggiunge il Direttore dell'Ipercoop Andrea Mantero.

### Agevolazioni sulla consegna

Gli over 65 e tutti coloro che per ragioni mediche non possono indossare la mascherina hanno diritto a una consegna gratuita una volta alla settimana fino alla fine dell'emergenza sanitaria. Per le persone con disabilità questa agevolazione è permanente. Chi ha diritto alla gratuità per ragioni anagrafiche non deve fare nulla: il sistema riconoscerà automaticamente l'agevolazione in base al codice fiscale, inserito dall'utente al momento della registrazione. Gli altri, invece, devono compilare e inviare a Coop Liguria l'apposito modulo disponibile sul sito.

### Come funziona

Fare la spesa è semplice: basta registrarsi sul sito **www.coopshop.it** una volta e per sempre; scegliere il servizio "Coop a casa"; sfogliare l'assortimento dei prodotti e selezionare quelli da mettere nel carrello; infine indicare il giorno e la fascia oraria scelti per la consegna. Il pagamento deve avvenire al momento dell'ordine, con PayPal o carta di credito. C'è anche il supporto telefonico: al numero verde **800 99 55 95** e via whatsapp **353 4136825**.

### La consegna a casa

Un servizio comodo <sup>(1)</sup>, con due diverse tariffe. Per i soci Coop Liguria: 5,90 per spesa tra i 40 e i 50 euro; 4,90 euro per spesa tra i 50 e i 110 euro e 2,90 euro per spesa oltre i 110 euro. Per i non Soci: 7,90 euro per spesa fino a 110 euro e 3,90 euro per spesa superiore a 110 euro.

### Il ritiro della spesa pronta (a breve)

Trovare la spesa già pronta, magari dopo aver fatto rifornimento alla stazione di servizio Enercoop? Ecco i servizi che verranno attivati a breve:

- Servizio "Locker": ritira la spesa presso gli armadietti dedicati (anche refrigerati), nell'area adiacente all'ipermercato <sup>(2)</sup>.
- Servizio "Coop Drive": ritira la spesa presso la postazione dedicata nel parcheggio, senza nemmeno scendere dall'auto <sup>(3)</sup>.
- In estate partirà "Coop on board", il servizio per diportisti, con consegna in barca.



**Ricevi la spesa direttamente a casa tua o in ufficio/negozio**



**Ritira la spesa già imbustata presso gli armadietti dotati anche di frigo**



**Ritira la spesa già imbustata presso la postazione nel parcheggio**

pubblicità aziendale

## COMUNI E LOCALITÀ

**Su alcuni il servizio è già attivo, sugli altri lo sarà entro fine Maggio**  
- Verifica su **www.CoopShop.it** -

**BARGAGLI, Borgonuovo**  
**BORZONASCA**  
**CAMOGLI**  
**CARASCO, Graveglia, Rivarola**  
**CHIAVARI**  
**CICAGNA, Pianezza**  
**COGORNO, San Salvatore di Cogorno**  
**FAVALE DI MALVARO**  
**LAVAGNA, Cavi di Lavagna**  
**MEZZANEGO, Isola di Vignolo**  
**MOCONESI, Gallinaria, Ferrada, Gattorna, Pezzonasca**  
**MONEGLIA**  
**NE**  
**ORERO, Pian dei Ratti**  
**PORTOFINO**  
**RECCO**  
**RAPALLO**  
**SAN COLOMBANO CERTENOLI, Calvari, Micheloni, Prati di Calvari, Prato Officioso**  
**SANTA MARGHERITA LIGURE**  
**Paraggi, Punta Pedale**  
**SESTRI LEVANTE, Riva Trigoso**  
**ZOAGLI**

**Ingrosso, 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!**

**PATATE da SEMINA**  
**PIANTINE per L'ORTO!**

**PASTICCERIA GALLETTI**

Biscotti e frolle, torte, cioccolato, merendine, e altre golosità artigianali!

Favale di M. | 0185.975000  
**www.pasticceriagalletti.it**  
**EFFETTIAMO SPEDIZIONI!!**

**DILLO con una TORTA**

# Impressioni di **PRIMAVERA** 2021

Quasi 100 scatti, uno più bello dell'altro, e una certezza: la foto è donna!



Con quasi 100 foto arrivate da ogni angolo del Levante, Genova e anche oltre regione, insieme abbiamo inondato i social di immagini bellissime, coloratissime, tenere, romantiche e divertenti! Un pieno di natura e di bellezza che ci ha riempito gli occhi, regalando scorci bellissimi del nostro territorio e "immagini rubate" ad api e insetti mentre svolgono la loro vita nascosta.

#### LE 10 FOTO PIÙ VOTATE

Con 379 MI PIACE, la foto più votata è *La scoperta dei soffioni* di **Elisa Quaretti**, Cogorno: complimenti davvero per lo scatto e per festeggiare una cena per 2 persone! Seguono: con 215 voti

*Primavera negli occhi* di **Claudia Piscina**, Lavagna; 187 *La bellezza della natura* di **Cristina Verde**, Genova; 154 *Primavera a Romaggi* di **Elena Giuffra**, S. Colombano; 116 *Aria di primavera sul Golfo Paradiso* di **Vania Casagrande**, Zoagli; 105 *La primavera sboccia in vaso!* di **Anna Aste**, S. Colombano; 99 *Guardando verso la punta*, di **Lorenza Brunetti**, Camogli; 95 *Leggerezza* di **Barbara Queirolo**, Leivi; 76 *Luna piena di primavera* di **Licia Lagomarsino**, Tribogna; 71 *Insieme verso nuovi orizzonti* di **Noemi Alocci**, Uscio. Complimenti a tutti, anzi a tutte, visto che le prime classificate sono tutte donne, come la stragrande maggioranza dei partecipanti!



## FIGASSETTA AWARD: dopo un anno di assenza torna il concorso che valorizza la regina ligure



Sarete come sempre voi a indicare dove si gusta la focaccia più buona del Levante: **segnalate subito il vostro panificio preferito!**

E' una di quelle cose che solo a vedere una foto viene l'acquolina? E vi sembra di sentire già il profumo? Non siete matti, succede a tutti!

E ognuno ha le sue preferenze: chi la vuole bassa bassa e superunta, chi più lievitata, chi morbida e chi con un tocco croccante: ognuno ha la propria focaccia perfetta, e qui entrate in gioco voi. Dopo un anno di assenza torna a grande richiesta l'appuntamento per scoprire dove trovare la più buona e chi può segnalarla se non i diretti degustatori? E allora figgeu, è arrivato il vostro momento per decretare la migliore *figassetta* del Levante: segnalate il vostro panificio preferito!

#### 1. SEGNALA IL TUO PANIFICIO

Invia nome e indirizzo (e possibilmente foto) via Whatsapp al 379.1614857, o via messenger alla pagina facebook Corfole o via mail a [grafica@corfole.com](mailto:grafica@corfole.com). Prima arriva la segnalazione, prima entra in concorso.

Sono ammessi i panifici di: Avegno - Bargagli - Bogliasco - Borzonasca - Camogli - Carasco - Casarza - Chiavari - Cicagna - Cogorno - Coreglia - Favale - Lavagna - Leivi - Lorsica - Lumarzo - Mezzanego - Moconesi - Ne - Neirone - Orero - Pieve Ligure - Portofino - Rapallo - Recco - Rezzoaglio - S. Colombano - S. Margherita - S. Stefano d'Aveto - Sestri - Sori - Torriglia - Tribogna - Uscio - Zoagli

#### 2. VOTALO COL TUO "MI PIACE"

I panifici segnalati verranno via via inseriti nell'album "FIGASSETTA AWARD 2021" sulla pagina facebook di Corfole. Cerca la foto del tuo preferito e sostienilo mettendo MI PIACE.

- E se il tuo panificio preferito non c'è?

Segnalalo come indicato al punto 1

- Fino a quando si può votare?

Fino alle ore 18.00 del 21 giugno.

- Premi anche per chi vota!

Tra tutti coloro che hanno votato il panificio che risulterà vincitore e messo Mi piace alla pagina Corfole verrà estratta una teglia di focaccia!

**Scatenate la vostra golosità!**

# Distanziamento, aria aperta e divertimento

## I PICCOLI RISCOPRONO LE BOCCE



*I corsi entrano nelle scuole con esercizi per sviluppare il fisico e la mente*  
**In crescita la presenza femminile, anche a livello di Nazionale**

Simone Parma

Quest'anno anche lo sport ha subito un duro colpo, ma fortunatamente alcune discipline sono riuscite ad assorbire l'urto e ripartire, con nuova linfa. È il caso delle bocce che un po' tutti, ammettiamolo, consideriamo ormai uno sport "da pensionati". E invece lo stanno riscoprendo i giovani! «Con le bocce, le famiglie hanno trovato una valvola di sfogo positiva per i loro ragazzi - ci racconta **Gian Morin (nel tondo)**, istruttore di bocce e in passato anche di calcio - *Tanto è vero che alla bocciofila Pro Recco si sta svolgendo in piena sicurezza un corso frequentato da ragazzi e ragazze dagli 8 ai 13 anni.*»

### Le bocce non sono noiose!

Anche per sfatare il mito che vuole le bocce come uno sport per chi ha poca voglia di muoversi, Morini ci spiega che «sono un ottimo esercizio psicofisico. Aiutano l'allenamento di movimento, corsa e precisione ed è uno sport che consente di imparare a concentrarsi e a fare determinati movimenti armonici necessari non solo per le bocce, ma per tutti gli altri sport». Tutti gli esercizi sono pensati per divertire i ragazzi, anche la parte teorica, così da renderlo un vero e proprio svago: «Ci sono percorsi, giochi come la "caccia al tesoro" o altri esercizi divertenti, e una sessione altamente atletica con bersagli in movimento da una parte all'altra del campo». La Federazione Italiana Bocce ha studiato diversi esercizi che si possono praticare anche a casa e che sono disponibili sull'omonimo canale YouTube.

### "Bocciando... si impara"

Oltre ai corsi in bocciofila, gli istruttori sperano di ripartire a settembre con il progetto **"Bocciando si impara"** che ha portato negli anni molti ragazzi ad avvicinarsi a questo sport, ma soprattutto a creare legami più forti con genitori e nonni appassionati di bocce. «Abbiamo portato questo sport nelle scuole primarie e secondarie e speriamo di poter ripartire anche a settembre. Tra le attività più apprezzate sicuramente ci sono le gare allievi - genitori o nonni. I ragazzi ne sono sempre rimasti entusiasti e diversi hanno deciso di proseguire e imparare a fondo il gioco delle bocce».

### Uno sport anche da ragazze

Un altro mito riguardante le bocce è che sia uno sport "da maschi", un'altra credenza da sfatare: «le ragazze sono molto brave e la loro attività si sta rivelando preziosa anche a livello nazionale - spiega Morini -. La squadra femminile sta avendo un forte impulso e le giovani sono bocciatrici validissime e hanno performance ottime, infatti giocano tranquillamente insieme agli uomini. Ad esempio al Primo Memorial Gandolfi ci saranno due bocciatrici donne della bocciofila di Moconesi». Sembra proprio che la felicità in tempi di pandemia passi anche per le bocce. «Provare per credere» ci assicura Gian Morini e infatti chi volesse provare può recarsi tutti i pomeriggi presso i campi da bocce di Ferrada o presso le bocciofile più vicine a casa propria.

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



Esempi di esercizi dell'iniziativa  
"Bocciando si impara"



da Cason de Larvego  
- agriturismo -

**NOVITÀ! l'agri pic-nic!**

LA BONTÀ  
DEI NOSTRI  
PIATTI GENUINI  
e tutto il  
RELAX DEL PRATO!

- MENÙ -

Antipasto del contadino  
primo fatto in casa  
secondo e contorno  
dolce della casa  
acqua, vino e caffè

€20

A 9 KM DA CARASCO | LOCALITÀ CICHERO  
PRENOTAZIONI 333.2121161

### #ZENEISE

prof. Franco Bampi  
[www.francobampi.it](http://www.francobampi.it)  
[zena@francobampi.it](mailto:zena@francobampi.it)



### ITALIANISMI

Purtroppo il massiccio utilizzo del mezzo televisivo, di fatto tutto e sempre in italiano, sta condizionando sempre di più il genovese e le altre parlate locali. Anche per questo il genovese parlato oggi presenta moltissimi italianismi, ossia parole importate dall'italiano e che sono usate al posto delle corrette parole genovesi. Tra i più diffusi cito arancio usato invece del corretto **çetron**. Poi **carciòffi** al posto di **articiòcche** (talvolta errando **ardiciòcche**), prugne invece di **brignoin**, albicocche per dire **bricòcali**. Sempre di più prende campo la parola **cascetto** in sostituzione della genovesissima **càntia** (chi non ricorda a càntia do pan?).

Se poi guardiamo indietro già il poeta **Edoardo Firpo** usava la parola fiore che nel genovese è femminile e si dice **sciò** oppure **scioa**. E, andando ancora più nel passato, ricordo che in un sonetto **Paolo Foglietta** (1520 - 1596) si lamenta che ai suoi tempi si usava dire **insalatinn-a** invece di **insisamme**, **galee** al posto di **garie** e **scarpe** invece **câsê**. Attenzione: **telefonin** invece non è un italianismo ma semplicemente un neologismo, ossia una parola nuova.

In ògni mòddo parlemmo zeneize!

# SULLE ORME DELLE

# PORTATRICI DI ARDESIA

*Era il tragitto percorso dalle camalle per portare dal monte al mare l'oro nero di Liguria: oggi è un sentiero ricco di bellezza, storia, fascino e perfino arte*

- Gioia Rossi

L'ardesia è il nostro oro nero e la natura il nostro oro verde: questo sentiero semplice e affascinante vi farà immergere totalmente in questa ricchezza. Si snoda sul Monte San Giacomo dove nel 1800 esistevano ben 160 cave attive che davano da lavorare ad almeno 400 cavaatori, prima che l'attività si spostasse in Fontanabuona.

## La strada dell'ardesia

Il Sentiero dell'Ardesia è di fatto quello che percorrevano le donne per portare l'ardesia letteralmente dai monti al mare: dette **camalle** o **lavagnine**, facevano questo percorso scalze, trasportando una o più lastre d'ardesia in equilibrio sulla testa. Un carico pesante, spesso più di 50 kg! Quando le lastre erano troppo grandi e troppo pesanti si effettuava il trasporto in gruppo: fino a sei portatrici, in fila per due, reggevano l'ardesia, tenendosi a braccetto e avanzando con passo sincronizzato, camminando scalze per avere più aderenza e "sentire" meglio il terreno. Tutti i sentieri del tragitto sono a loro volta lasticati di ardesia e venivano percorsi anche tre o quattro volte, andata e ritorno, superando ogni volta un dislivello di circa cinquecento metri. Durante il percorso di risalita, le donne spesso filavano la lana o portavano cesti contenenti il pasto per gli uomini impegnati nelle cave; mentre nella discesa, per mantenere meglio il ritmo dell'andatura o forse per tentare di alleggerire la fatica, intonavano canti che si diffondevano nella vallata, proprio come facevano le mondine nelle risaie: il canto diventava così un momento liberatorio e un modo per distrarsi dal duro lavoro. Così l'oro nero della Liguria arrivava dalle cave fino ai magazzini, dove veniva lavorato, o fino alle spiagge, dove le lastre venivano imbarcate sui leudi.

## Tragitto: 5 km, h1,30 (+ritorno)

I sentieri di questo percorso offrono ai visitatori splendidi scorci sul golfo del Tigullio, sulla valle dell'Entella e le vallate interne. Ed è grazie all'opera di tanti volontari se ancora oggi possiamo immergerci in così tanta bellezza. L'area è stata di recente pulita dal gruppo Alpini di Cogorno, che conoscono bene questi sentieri, ricordando che *"la nostra è una terra antica che ha tante cose da dire, come un libro da leggere. Le nostre colline e i nostri monti sono la rilegatura che tengono ben saldi i capitoli della storia della nostra gente"*.

Abbiamo scelto il sentiero che sale dolcemente partendo dalla **basilica di Santo Stefano a Lavagna**: la segnaletica non è sempre costante, per cui è bene tenere a bada la **freccia rossa** dipinta sui muretti o per terra. Il percorso interviene strada e boschi, sono presenti anche diversi pannelli informativi che indicano le entrate di alcune cave, come la **Cava da l'Andanna**. Arriviamo all'**Oratorio di San Martino di Cogorno**, una piccola chiesa (XIII secolo) con tetto a capanna e campanile a vela: qui si trova l'imbocco di **tre gallerie di cava**, a monte dello spiazzo antistante la bella **Cappella di San Giacomo**.

Per il **ritorno** si può fare lo stesso percorso oppure prendere il sentiero indicato con **10b** e scendere a **San Salvatore di Cogorno**: approdarete alla **Basilica dei Fieschi**, sempre affascinante. Per tornare a Lavagna, andate verso il lungo Entella dove una comoda pedonale vi riporterà a casa o alla vostra auto.



## L'opera a cielo aperto dedicata al lavoro e alla fatica delle portatrici

Il lavoro delle portatrici echeggia ancora sul monte e qua e là si trovano insediamenti che ricordano i tempi dell'estrazione e tutto quello che vi ruotava intorno, ma c'è un elemento in particolare che è dedicato a quelle donne: nelle vicinanze della millenaria Cava da l'Andanna troverete un bellissimo bassorilievo in ardesia che ritrae una portatrice a grandezza naturale. Un'opera d'arte a cielo aperto che, per la sua dimensione, è stata portata con una speciale slitta dagli Alpini di Cogorno. L'opera è stata realizzata dal grande **maestro Franco Dallorso**, scomparso il 16 marzo 2019 a 98 anni, a cui le portatrici di ardesia erano molto care, tanto che le ha incise anche sull'avorio e ha prestato alcuni pezzi straordinari per le mostre nel borgo.

## Per riposare c'erano "le pose"

Lungo il percorso sono ancora presenti le "pose", ossia dei muretti realizzati ad altezze opportune in modo che vi potessero essere depositate con facilità le lastre di ardesia, permettendo così alle portatrici un momento di riposo. Sono spesso in prossimità di un ruscello o una sorgente, per potersi ristorare.




**APERTO TUTTI I GIORNI**



**Cavi Arenelle - Via Pavia 36**  
**0185 39 05 43**

 Panificio Arenelle - Perrone  @panificio\_arenelle

## #NATURAL-MENTE

### La tradizione (persa) di donare mughetti il 1 maggio

Simbolo di felicità e fortuna, in molti paesi del mondo è usanza regalarne almeno un mazzo. Nella mitologia latina era dedicato al dio Mercurio a rappresentava la speranza: durante i riti sacri se ne regalavano tre rametti in segno di amicizia. Tempo dopo, per i cristiani, divenne il fiore di San Leonardo in quanto "il fiore si generò in segno di vittoria dalle gocce del suo sangue, durante la lotta contro il demonio": Carlo IX nel 1561 introdusse la tradizione di donarli il primo maggio. Si diffuse così l'usanza di andare nei boschi per prendere i mughetti che potevano poi essere venduti senza pagare tasse. Secondo antiche credenze popolari, questa pianta grazie al suo profumo poteva rafforzare il cervello e la sua memoria.



# una gita in Val Graveglia è...

**PASSEGGIARE** tra sentieri, ponti antichi e paesini intatti

**DEGUSTARE** la gustosa e antica cucina dell'entroterra

**ACQUISTARE** prodotti artigianali e alimenti a km0

presso le aziende, i rivenditori e al **MERCATINO DEI PRODOTTI AGRICOLI**  
(Tutti i sabato mattina **DAL 22 MAGGIO**, in Piazza dei Mosto, nel borgo di Conscenti)

Al **banchetto della Pro Loco** potete chiedere informazioni per vivere al meglio la nostra valle e potrete firmare la petizione del "Comitato No a nuove miniere nelle Valli del Levante".

Per informazioni: Presidente Pro loco, Enrico Rossi 380.5206905

**AZIENDA AGRITURISTICA**  
**OU GRUMALLU** Reppia

NE località Case Soprane  
Tel 0185. 1908898 - 333.4898136



**I Pinin**

Agriturismo | Azienda agricola | Fattoria  
MENÙ contadino a km0  
Chiesanuova di Ne Via S. Michele 32  
346.5239055 - 340.9884335



*Villa Rosa*  
AGRITURISMO

Vendita prodotti locali  
NE loc. Arzeno 25 - 339.5889453  
Specialità cottura nel testo



**I DUE SOMARI**  
CUCINA E VENDITA PRODOTTI

NE Via Botasi 105  
Tel 0185.1908485  
335.5392428  
Gradita prenotazione



grafica by CORFOLE

Vi aspettiamo per offrirvi  
i nostri piatti anche al fresco,  
sotto la pergola d'uva!

E per chi desidera proseguire  
la gita o camminata  
senza rinunciare alle bontà locali,  
prepariamo merende e cestini  
per un ottimo pranzo al sacco!

**Trattoria**  
dei **Mosto**



Conscenti di NE  
Piazza dei Mosto 15/1  
Tel 347.5168756  
trattoriadeimosto@gmail.com

**GL**  
**GARIBALDI**

**SALUMI e FORMAGGI**



Conscenti di NE  
Via Risorgimento 6/8/10  
Tel 0185.337587 - 335.8050310  
garibaldiluigi@yahoo.it

Bar Ristorante *La Teleferrica*  
da Brivio



Pasta e dolci fatti in casa  
Specialità fritto misto alla ligure  
IMMERSO NEL VERDE  
TAVOLI ALL'APERTO  
Gradita prenotazione

NE Via Piandifieno 22  
338.6011633

**Antica Bottega Angela**  
dal 1900

NE Via G. Garibaldi 387  
Tel 0185.337097  
328.2256044 - 349.0613582



**Maggio il mese  
del formaggio!**



**DANERI GIUSEPPE**  
Prosciutti e formaggi

Conscenti di NE  
Via al Campo Sportivo 12  
Tel 0185.337456  
Sestri Levante Via Dante 14/16



**SERAL SERRAMENTI S.N.C**  
Via Aldo Moro 44/46, 16040 Ne  
Progettazione e produzione di  
Infissi in Alluminio, PVC e Legno-Alluminio  
Persiane alla Genovese, Tapparelle,  
Portoni Blindati, Porte Interne e Zanzariere  
Richiedi un preventivo o informazioni

INFO@SERALSERRAMENTI.IT Tel. 0185/337031



**SHOP ON LINE**  
www.lamarpealfiordilatte.com  
328.8740800

**AL MERCATO DI CHIAVARI**  
venerdì e sabato, anche carni bovine  
**DISTRIBUTORE SELF SERVICE**  
latte crudo e prodotti caseari  
S. Salvatore di Cogorno p.za Libertà  
aperto 24 ore su 24

# Riscopriamo usi e sapori dell'agghiu de biscia

*Cresce spontaneo e camminando potete trovarne vere distese; è l'aglio "triangolare" detto così non solo per la forma, ma anche perché racchiude i sapori di aglio, cipolla e porro e il suo uso in cucina è davvero strepitoso*

**- LA RICETTA PER UN PESTO INEDITO**



Camminando in questo periodo, potreste imbattervi in vere distese di fiorellini bianchi. Ebbene, guardateli da vicino: potrebbe essere dell'ottimo aglio spontaneo, un ottimo ingrediente per diverse pietanze! In Liguria è conosciuto come "agghiu de biscia", mentre il nome italiano è **aglio triquetrum** (*Allium triquetrum*). La parola "Allium", con cui i Romani indicavano questo genere di piante, è di derivazione celtica e significa "caldo". L'aggettivo *Triquetrum* è riferito alla forma triangolare del suo stelo. Il bel fiore a campanula ha una striatura verde lungo i petali e basta strofinare una foglia per far diffondere il profumo di aglio. Cresce nel terreno umido ed è quindi facile trovarlo vicino ai corsi d'acqua o nel sottobosco. Attenzione a non confonderlo con altri fiori. Una discriminante è appunto l'aroma di aglio, ma, come per i funghi, quando si raccolgono erbe e piante spontanee, bisogna raccogliere solo quello di cui si è sicuri al 100% oppure procurarsi una buona guida ricca di illustrazioni.

## Con le foglie un'ottima frittata, i fiori in insalata...

Di questa pianta si usa tutto. Il bulbo come un normale aglio, ottimo per preparare la bagna caöda, le bruschette d'aglio, il salmorigano per il pesce. Con i fiori si può dare gusto alle minestre, condire insalate e mistanze, ma sono ottimi anche in pastella. Le foglie spezzettate aggiunte a insalate, minestrone, frittate, burro o formaggi. O per farne un pesto con cui condire la pasta o per accompagnare carne o pesce.

## ...e con i bulbi un pesto super! (RICETTA)

Il pesto di aglio selvatico è una delle scoperte più piacevoli, profumate, delicate e aromatiche che potete fare in questo periodo. Non lasciatevi intimorire dal fatto che sia aglio, davvero niente a che vedere con l'aroma a cui siamo abituati. Aprite le teste di aglio e togliete le pelli che racchiudono gli spicchi, se è giovane sono molto tenere altrimenti saranno più dure, gli spicchi sono molto bianchi, degli steli che finiscono con il fiore usate solo la parte tenera, lavateli e mettete tutto in un frullatore con l'olio, le mandorle e i pinoli, frullate bene e poi aggiungete i formaggi grattugiati, pecorino, parmigiano, aggiustate di sale e pepe e se serve ancora olio. E' più che buono, provatelo.

10 Corfole - L'aglio è la farmacia dei contadini (Proverbio)

# Dagli autoricambi a Sestri alle gallerie di Madrid

*Dal lavoro stabile e sicuro all'arte come ragione di vita: la storia di Beatrice che ha lasciato una vita comoda per dedicarsi alla pittura unita alla psicologia. In questo periodo espone in Spagna, selezionata tra gli artisti emergenti*



Quanti di noi si sentono portati per fare una cosa, ma la famiglia, gli eventi, le scelte che in un momento sembravano "sagge" ci hanno portato a fare tutt'altro? Sogniamo di scrivere un libro ma trattiamo tutti i giorni con i numeri, o saremmo degli sportivi e ci ritroviamo incollati a una sedia in ufficio. Ecco perché lasciare un lavoro sicuro nell'amministrazione della ditta di famiglia nella comoda e paciosa Sestri Levante per intraprendere la carriera di artista, con tutte le incertezze che comporta, è un vero atto di coraggio. Ed è quello che **Beatrice Sperind** ha fatto non molto tempo fa, scegliendo il nome d'arte **Ravi Alisha** che in indiano significa "Sole Protetto da Dio": un auspicio che ha funzionato, perché oggi espone anche in Spagna.

Ad Aprile le sue opere erano esposte alla Galleria Azur di Madrid, in una mostra internazionale dedicata ai talenti emergenti dell'arte moderna. Ma per arrivare lì ce n'è voluta di strada: «Viaggiavo molto in macchina fra Genova e Sestri e in quel tragitto continuavo a pensare alla felicità, se un domani mi fossi voltata a vedere la mia vita come mi sarei sentita. La mia vita piena di comfort ha deciso di esplodere e ho iniziato a seguire ciò che veramente sentivo mio».

Il primo passo è stato riprendere gli studi in Psicologia e poi iniziare a dipingere: «Un giorno, in un urlo profondo, mi sono ritrovata a dipingere e mi sono chiesta: "Tu sei felice?" La risposta che mi sono data è che la vita è unica e va vissuta totalmente. Quindi ho agito di conseguenza». Da quell'urlo è nata una nuova Beatrice, Ravi Alisha. Un'esperienza trasformativa che ora vuole condividere con gli altri, unendo gli studi di psicologia con la profonda potenza dell'arte: «Utilizzo l'arte come terapia, come crescita. Mi ha supportato, mi ha fatto rinascere in un momento veramente importante. Un giorno mi sono ritrovata totalmente dipinta di nero, senza sapere quasi come fosse successo, ma penso di essere riuscita quel giorno a liberarmi da tanti blocchi emotivi. Per questo ho iniziato a creare degli eventi per trasmettere "la forza dell'arte". È una chiave che possono usare tutti, basta lanciare i colori o fare quello che si vuole senza pensare, sentire quello di cui si ha voglia di fare e farlo!».

Certo, mantenersi con l'arte non è affatto scontato, ma grazie ai social network e al web Ravi ha deciso di farcela e di seguire la strada della felicità che per ora l'ha portata a Madrid e poi forse nella sua amata India una volta che la pandemia lo consentirà. Speriamo presto per tutti.

Simone Parma

## Casetta o gazebo?

### Vivi appieno i tuoi spazi esterni!

## Legno Arreda

### ARTIGIANI del LEGNO

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

### NUOVA SEDE E SHOWROOM

S. Salvatore di Cogorno - C.so Risorgimento 266  
339.1235781 | 349.3849323 | [www.falegnamerialeagnoarreda.it](http://www.falegnamerialeagnoarreda.it)



# VACCAREZZA: le origini nella pastorizia

*Il cognome ci ricorda che un tempo in Liguria l'attività era molto presente e difatti ne restano diversi e insopettati segni*

**Diffusione** 105 Liguria, 3 Lombardia, Lazio e Toscana, 1 Piemonte, Friuli V. G. e Val d'Aosta

(fonte: Cognomix.it)

Oggi sembra improbabile, ma in Liguria era diffusissima la pastorizia. Ne sono una **testimonianza geografica** le tante strade della transumanza che dalla Riviera salgono all'entroterra, confluyendo spesso con le celebri vie del sale; **testimonianza botanica** è la presenza di erbe montane in riviera e viceversa, trasportate dalle deiezioni del bestiame al pascolo; **testimonianze archeologiche**, come l'edilizia abitativa rurale e i terrazzamenti; **testimonianze documentarie** archivistiche e letterarie, i catasti, la cartografia; infine, **testimonianze onomastiche e toponomastiche** ed è tra queste che ci inoltriamo perché in questo caso è il cognome a derivare dalla località, e non viceversa; è un fatto spesso difficile da chiarire ma che in questo caso non lascia dubbi.

## L'origine dai luoghi di smistamento bestiame

Il nome testimonia ancor oggi l'esistenza delle **celle vacaritiaie** altomedievali, nelle quali era effettuato il controllo e lo smistamento annuale dei capi di bestiame. Secondo Osvaldo Garbarino (*Monaci, Milites e coloni*, Ed. De Ferrari, 2000) queste **celle vacaritiaie** sono testimonianza della gestione del pascolo in queste località: il bestiame delle cosiddette **curtis** trascorreva l'estate nelle **villae montane** e il 29 settembre, alla festa di San Michele, veniva distribuito in modo capillare nelle **stalle curtensi marittime** dove svernava sino alla festa di San Giovanni Battista il 24 giugno.

E' quindi un cognome specifico del genovese: delle **117 famiglie** in Italia, 105 sono in Liguria e più della metà di queste in Val Fontanabuona e in Val Petronio, in particolare a Castiglione Chiavarese. Ma Vaccarezza è anche una **frazione** nei comuni di Ceranesi, Savignone e Bobbio; esiste una **località** Vaccarizia a Favale, una a Lorsica (oggi Carezza) e una a Cicagna.

## Personaggi noti

Ricordiamo **Andrea Vaccarezza** di Chiavari: nel 1870 si trasferì in Argentina e acquistò un terreno divenuto oggi una città con il suo nome, **Andres Vaccarezza**, ben sviluppata grazie anche al suo duro lavoro e sacrificio personale.

**Alberto Vaccarezza** (1886-1959), poeta e drammaturgo argentino, il più importante che scrisse componimenti drammatici in spagnolo. **Giancarlo Vaccarezza**, classe 1943, pittore viareggino, celebre anche per la grande esperienza all'interno dei manicomi che lo portano ad alcune mostre denuncia e a quadri di rara intensità emotiva.

E venendo ai giorni nostri, **Angelo Vaccarezza**, Sindaco di Loano dal 2002 al 2011, Presidente provincia di Savona dal 2009 e oggi Consigliere regionale. **Giuliano Vaccarezza**, Sindaco di Lavagna per due mandati dal 2004 al 2014. **Maurizio Bibi Vaccarezza**, chiavarese, figlio d'arte, diplomato scuola d'arte, pittore e decoratore. Esperienza pluridecennale nel settore, con collettive a Palazzo Rocca e Palazzo Cattaneo a Genova; recensioni su giornali, riviste quali Elle Decore, e libri. Premio europeo in ambito restauro edifici storici per il restauro Palazzo Portici Neri a Chiavari. Infine, **Nicolò Vaccarezza**, portiere della Sampdoria giovanile, originario di Alassio, vive a Bogliasco.



Alcuni Vaccarezza noti: Angelo, Cons. regionale; Maurizio Bibi, pittore e decoratore; Giuliano, ex Sindaco Lavagna; Nicolò, portiere Sampdoria Giovanile

**TRATTORIA COLOMBA**

**SGABEI!**

**CALDI E CROCCANTI, da gustare con TRIPUDIO di salumi e formaggi... E per finire, con la NUTELLA! Acqua, vino e caffè**

**€20** su prenotazione

**Menù Settimanale €11**

**Menù Tagliata km0 €20**

**Sempre compresi acqua, vino, caffè e dolce**

**TAVOLI all'aperto**

**TRATTORIA COLOMBA A 10 MINUTI DA CARASCO!**

**CELESIA Via Devoto 35 | 0185.357740 | 339.5495390 | 349.5374953**

**Aperto a pranzo tutti i giorni; la sera solo ven/sab/dom o su prenotazione**



# BUCCE di FAVE

**Non le butterete mai più: ecco il polpettone più buono del mondo!**



Che maggio sarebbe senza fave e salame? In tanti buttano le bucce (baccelli), ma vi svelo un segreto: sono buonissime! Questa ricetta è di mia zia Maria, come la ricetta dei CRI CRI di qualche tempo fa: classe 1920, mi ha fatto un po' da mamma e quindi ci tengo a condividerla, sia per la bontà del piatto che per lo spirito antispreco della mia famiglia. Inoltre, ci riporta all'essenza della cucina e al rapporto con la natura, che prevede non solo che niente vada sprecato, ma anche dedizione e cura nella preparazione, che inizia già mentre vi gustate le vostre fave...

## Ingredienti

- patate 600 g
- baccelli di fave 350 g
- cipolla 1
- parmigiano 100 g
- uova 2
- olio Evo q.b.
- pane grattato q.b.
- noce moscata, sale, pepe nero: q.b.

## Procedimento

- 1) La preparazione di questo piatto inizia già quando vi gustate le vostre fave: infatti è importante aprire i baccelli con molta accortezza, cercando di lasciare la buccia il più intatta possibile. Questo perché le parti "strappate" tendono ad annerire e deteriorarsi. Inoltre, in questo modo potrete tagliare con più facilità i due filamenti laterali, che vanno buttati.
- 2) Sbucciate le patate, lavatele, tagliatele a piccoli pezzi e fatele cuocere in acqua già bollente.
- 3) Nel frattempo tagliate i baccelli in 4/5 pezzi e sciacquateli.
- 4) Scolate le patate recuperando l'acqua in una pentola e metteteci a cuocere i baccelli per circa 15 minuti. Ecco un altro trucco antispreco!
- 5) Schiacciate le patate con una forchetta o lo schiacciapatate.
- 6) Nel frattempo saranno pronti i baccelli: scolateli e passateli al passa verdure. Probabilmente spunterà qualche filamento che vi era scappato... tutto normale!
- 7) In una pentola alta fate rosolare una cipolla a pezzetti in poco olio, aggiungete le patate, le bucce di fave tritate e tutti gli altri ingredienti: le uova, il sale, una spolverata di noce moscata, il pepe e il formaggio grattugiato; poi mescolate tutto molto bene, giusto il tempo di insaporire.
- 8) Ungete una pirofila con l'olio e versateci il composto. Spianate bene, cospargete di pangrattato, fate le righe con la forchetta e cospargete sopra un po' d'olio: 20 minuti in forno a 180 gradi ed ecco pronto il polpettone della delizia!

## #AVVOCATO

Avv. Gabriele Trossarello  
Studio: Chiavari, Gattorna  
**Per quesiti legali:**  
**Tel 0185.931015**  
gtross@libero.it



### DUE QUESITI SULLO SCIoglimento DELLA COMUNIONE

Pino (nome di fantasia per motivi di privacy) ci scrive per chiederci due quesiti.

1) Prima di tutto ci espone di essere comproprietario di un immobile con altri soggetti e ci chiede se sia possibile per legge addvenire ad un accordo di non divisibilità dell'immobile che duri un certo numero di anni.

La prima risposta è affermativa. Infatti ai sensi dell'art. 1111 c.c. "Il patto di rimanere in comunione per un tempo non maggiore di dieci anni è valido e ha effetto anche per gli aventi causa dai partecipanti. Se è stato stipulato per un termine maggiore, questo si riduce a dieci anni".

Tale norma consente non solo di stipulare patti di mantenimento della comunione per un lasso di tempo non superiore a dieci anni, ma prevede anche che tali patti siano vincolanti per gli aventi causa di chi li sottoscrive.

Quindi, ad esempio, se Pino, una volta sottoscritto il patto, cedesse la sua quota ad altro soggetto, anche tale soggetto sarebbe vincolato dal patto precedentemente stipulato da Pino. Tuttavia l'art. 1111 c.c. prevede che con ricorso all'Autorità giudiziaria **uno dei partecipanti al patto possa, qualora ricorrano gravi motivi, chiedere lo scioglimento anticipato della comunione anche prima del termine convenuto.**

2) Inoltre Pino ci chiede se beni quali le scale condominiali possano essere oggetto di scioglimento della comunione.

A questa domanda non posso rispondere affermativamente.

Infatti, ai sensi dell'art. 1112 c.c. vi sono beni che per loro natura non possono mai essere oggetto di una divisione perchè, se divisi, cesserebbero l'uso per i quali sono destinati. Esempio di tali beni sono, per l'appunto, le scale condominiali.

## #NUTRIZIONISTA

dott.ssa Grazia Lo Presti - Scienze dell'alimentazione e Chirurgia generale  
• Studio: Sestri Levante Via Un. Sovietica, 19  
• facebook: Nutrizionista Dott.ssa Grazia Lo Presti  
• mail: dotlopresti@gmail.com  
• whatsapp: 346.6684585



### TIROIDE DI HASHIMOTO E ALIMENTAZIONE

Questo mese raccontiamo la storia di Elisabetta, una bella ragazza di 25 anni che ha da poco scoperto di avere la tiroidite di Hashimoto. La malattia, curata con la terapia sostitutiva, le aveva causato un aumento di peso, con tessuto adiposo localizzato soprattutto alle gambe. Ha quindi deciso di rivolgersi al nostro studio per perdere

i chili di troppo, per ritrovare una figura armoniosa e tonica e soprattutto per impostare una alimentazione corretta al fine di evitare altri accumuli di tessuto adiposo nel futuro. In questi casi è molto importante anche impostare una terapia nutrizionale volta a prevenire il diabete. Nei pazienti con tiroidite di Hashimoto alcuni cibi sono sconsigliati e il nutrizionista deve essere molto attento a questo aspetto. Un tipico esempio sono la soia e i broccoli. La dieta deve anche essere povera di lattosio e povera di glutine. Pertanto ho calcolato per Elisabetta un piano nutrizionale personalizzato, con particolare attenzione al contenuto di carboidrati e proteine.

#### PER INFORMAZIONI

- whatsapp: 346 66 845 85
- mail: dotlopresti@gmail.com

#### PRIMA CONSULENZA A TITOLO GRATUITO

## #OTORINO

dott.ssa Alessandra Grillone - Medico chirurgo  
• Cell.: 348.6568508  
• Gattorna: studio proprio Via del Commercio 52/2  
• Cicagna: presso Studio Valente Via Valente 42  
• Genova: presso Centri Medici Via de Amicis 6/4 e Via Custo 11/r



### "MI FANNO TANTO MALE LE ORECCHIE!"

Il mal d'orecchio (otalgia) è un sintomo frequente in età pediatrica. Le cause sono diverse e possono coinvolgere parti differenti.

Il dolore può interessare solo l'orecchio o può irradiarsi alla regione circostante, alla mandibola, mascella o, più in generale, a tutto il lato della testa interessato. Esordisce generalmente in modo brusco e improvviso con dei picchi acuti alternati a momenti di

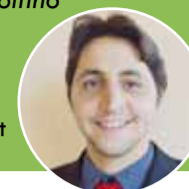
semplice fastidio, ed è spesso accompagnato da febbre anche molto alta. Il bambino molto piccolo può manifestare improvvisi crisi di pianto inconsolabile e riduzione dell'appetito; i più grandi possono anche riferire una diminuzione della capacità uditiva o distorsione sonora.

In caso di febbre, naso chiuso e dolore, la sintomatologia può essere determinata da un'otite media: in questo caso il dolore è causato dalla pressione del muco o del materiale purulento sulla membrana del timpano. Alcuni bambini sono più predisposti e sviluppare episodi di otiti ricidivanti. In questi casi sono individuabili fattori di rischio quali l'ipertrofia adenotonsillare, scarsa igiene orale e nasale, uso prolungato del ciucciotto, allattamento artificiale, esposizione a fumo di sigaretta.

Se non c'è febbre, come può accadere dopo un bagno anche al mare o in piscina, la sede colpita è l'orecchio esterno e il processo infettivo è determinato più frequentemente da un batterio o da un fungo. In questo caso al dolore può associarsi a prurito.

## #COMMERCIALISTA

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



### ANNULLATI DA "EQUITALE" DEBITI INFERIORI A 5000 EURO

Il decreto "Sostegni" ha stabilito che saranno cancellati automaticamente i debiti che presentano queste 2 caratteristiche:

- 1) al 23 marzo 2021, hanno un importo inferiore a 5mila euro, comprensivo di capitale, interessi per ritardata iscrizione a ruolo e sanzioni (nel computo non vanno considerati gli interessi di mora e l'aggio di riscossione), quindi anche ruoli originariamente più consistenti, rientrati sotto soglia in seguito, ad esempio, al pagamento di alcune rate
- 2) siano stati affidati all'agente della riscossione tra il 1° gennaio 2000 e il 31 dicembre 2010. Rileva, quindi, non la data di notifica della cartella al debitore, ma quella, antecedente, di consegna del ruolo a Equitalia da parte del creditore.

#### Chi fruisce dell'annullamento automatico?

- Le persone fisiche che, nel 2019, hanno conseguito un reddito imponibile ai fini delle imposte sui redditi non superiore a 30mila;
- i soggetti diversi dalle persone fisiche che, nel periodo d'imposta in corso al 31 dicembre 2019, hanno conseguito un reddito imponibile fino a 30mila euro.

#### Sospesi PER TUTTI i pagamenti in corso

Dalla data di entrata in vigore del decreto "Sostegni" (23 marzo 2021) e fino a quella dell'annullamento effettivo dei debiti (che sarà stabilita dal decreto ministeriale di attuazione), sono sospesi: la riscossione di tutti i debiti di importo residuo, sempre alla data del 23 marzo 2021, fino a 5mila euro, comprensivo di capitale, interessi per ritardata iscrizione a ruolo e sanzioni, risultanti dai singoli carichi affidati agli agenti della riscossione negli anni dal 2000 al 2010. Lo stop riguarda tutti i debitori, non solo quelli in possesso del requisito reddituale per beneficiare dell'annullamento i relativi termini di prescrizione. Eventuali somme versate prima della data dell'annullamento non saranno rimborsate, restando definitivamente acquisite.

L'operazione comprende anche i debiti eventualmente presenti nei piani di pagamento relativi alle precedenti definizioni agevolate "rottamazione-ter" e "saldo e stralcio".



• PRONTO • SOCCORSO • DENTI •

# Sassonio il dentista a portata di tutti

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



## IMPIANTI A CARICO IMMEDIATO

*La tua protesi in giornata, senza lo stress dei provvisori*



La tecnica di implantologia che effettuiamo nel nostro studio permette ai nostri pazienti di riavere i **denti fissi in meno di 24 ore** senza lo stress per il timore che i provvisori cedano. Come? Sugli impianti appena inseriti viene posizionata una **protesi provvisoria fissa**: in questo modo non ci si dovrà

più preoccupare dei denti in attesa della guarigione dei tessuti per posizionare la protesi definitiva. Il carico immediato può essere applicato sull'intera arcata, su uno o più impianti. Una tecnica che si sta affermando sempre di più e consigliata soprattutto per **zone ad alto impatto estetico**.



- Igiene orale
- visita di controllo

60€



- Protesi totale mobile
- 12 elementi

790€



- Estrazione
- impianto titanio
- moncone
- corona ceramica

990€



- 4 impianti in titanio
- con ancoraggio a sfera

4.990€



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

6.990€

La comodità di  
**RADIOGRAFIE e**  
**PANORAMICHE**  
immediate  
**IN STUDIO**

**LAVAGNA** Piazza Milano 12 | 0185 697 401 | 335 644 68 36

# Mercatino di zona

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

**GRATUITI:** Immobili cerco, Cerco/offro lavoro, Regalo/Cerco/vendo, Animali | **A PAGAMENTO:** Immobili offro, Personali, Matrimoniali, 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 Ildt-Midero.

**Unicef Chiavari** Corso Garibaldi 48  
causa trasloco offre in sconto quadri, lampadari, biciclette bimbi, giochi, oggettistica, bigiotteria  
334.1195900

- Tavolo cristallo 200x115 a 300€ trattabili 348.2345780
- Stufa a legna usata poco, causa trasferimento: 1500€ trattabili 392.8169761
- Divanetto stile genovese a vela, larghezza cm150 imbottitura e fodera nuove; 4 poltroncine stile barocco, buono stato 334.8774968

## REGALO

25 CD Enciclopedia de Agostini nuova ancora sigillati e 30 CD vari argomenti  
338.5490781

**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**

**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**

**Ristorante Chiapparino**  
  
**CUCINA CASALINGA**  
**PIATTI TIPICI LIGURI**  
**USCIO Via Colle Caprile 35**  
giovedì chiuso  
**0185.91279 - 339.1500808**

**€129**  
  
**cm 47 x 80 x 14**

Armadietto in legno con cassetti e anta in ceramica dipinta a mano. Da appendere o da appoggio: portaspezie, portagioie, mobiletto bagno, etc. La bottiglia dà l'idea della grandezza. Bello, no cinesata. 129€ 338.5933282

  
**PRIMA DOPO**  
**KIT PER RINNOVARE TUTTO IL BAGNO**  
Smalto per sanitari: fai tornare nuovi lavandini, vasca, piatto doccia etc, senza sostituirli!  
In vendita online a €31+9.90 di spedizione  
+  
Rinnova sigillature (quelle tra sanitari e piastrelle) in vendita a 7€  
**TOT PER ENTRAMBI €29**  
328.2256519

  
Vendo motozappa sep 70  
366.5471339

**2 SEDIE**  
La struttura in legno bordeaux con intarsi e decori in oro scuro e la seduta in paglia le rendono molto scenografiche e adatte sia ad ogni tipo di ambiente: elegante, rustico o shabby chic.  
**€65**  
**RIBASSATO €49**  
per la coppia

**2 SEDIE**  
Seduta in damasco (disponibile anche tessuto di ricambio). Larghe 48, profonde 41. Seduta h43 cm, totale altezza 68 cm.  
**€49 la coppia.**  
**Tutte ritirabili a piano strada 338.5933282**

  
2 piani in acciaio professionali 50x100, adatti a molteplici usi, es. parascizzi cucina.  
**€70 €39 tot.**  
per entrambi  
328.2256519

**L'INSERZIONE DEL MESE - CONSIGLIATO DA CORFOLE!**  
  
**CELLULARE SEMPLICE PER ANZIANI**  
Facile da utilizzare, numeri grandi, adattatore udito e volume alto, i tre tasti principali sono fisici come i telefoni di una volta, tasto SOS con chiamata diretta a un numero a scelta (figlio, vicino, forze dell'ordine, etc.).  
**COME- NUOVO**  
**Completo di accessori e scatola**  
Cedo a **€139**  
328.2256519

  
Causa trasferimento stufa a legna tutta in ghisa e cristallo usata poco  
1500€ trattabili  
392.8169761

  
Montapanna, sbattiuova 20lt  
1000€  
349.8634835

  
Kit compensazione per allargamento stipiti porte  
disp. 2: 20€cad  
338.5933285

  
Cellulare perfettamente funzionante  
70€ 349.1774966

  
Carica batterie portatile cellulare  
338.7076178

**nuovi**  
  
**DISSUASORI UCCELLI E ANIMALI ecologici e non dannosi**  
lunghezza 50cm.  
6 pezzi €10; sconti per quantità  
328.2256519

  
XboxOne completa di 5 giochi, cavo alimentazione, pad. Perfettamente funzionante visibile senza impegno €90  
Whatsapp 3282256519

## PERSONALI

**Ragazza 39enne cerca ragazzo 33-39 annisero, bella presenza, zona Tigullio per seria relazione.**  
340 19 15 818 (no sms)

## CERCO

- Cerco in acquisto tornio per metalli usato, 366.9716978
- Cerco idropulitrice o pompa centrifuga 329.2847365
- Cerco in regalo monopattini, tricicli e biciclette per bambini, da mettere a disposizione in una scuola infanzia 340.4799170
- Un diversamente giovane di 75 anni cerca in regalo una chitarra classica e/o tastiera elettrica per esercitarmi. 388.1769770
- Hai in casa vecchie console, **videogiochi**, ma anche riviste, poster e qualsiasi cosa attinente al mondo videoludico? Non tenerle a far polvere e non buttarle nella rumenta! Donale al **Museo del Videogioco**, a ingresso gratuito e basato sul volontariato. Contribuisci con il tuo materiale che riavrà una nuova vita per la collettività! 338.5933282

## CERCO LAVORO

- 31 enne cerca lavoro giardiniere, elettricista, imbianchino, spazzino. 370.3767396
- 39enne cerca lavoro come commessa a Chiavari e Rapallo 340 19 15 818 (no sms)
- Ragazza con attestato di OSS cerca lavoro assistente anziani o babysitter, anche weekend ed orari flessibili. Non automunita. 349 778 3068



"Vorrei fare con te,  
quello che la primavera  
fa con i ciliegi"  
PABLO NERUDA

**Obiettivo INCONTRO**  
IN QUEL LA VITA È PIÙ BELLA  
Dal 1991 al vostro fianco

### PER LEI

**Filippo 37 anni** di Arenzano, laureato in Giurisprudenza. Ama molto passeggiare e andare a teatro, appassionatissimo dell'opera. Vorrebbe conoscere una ragazza solare e impegnata.

**Enrico 49 anni**, impiegato, col sogno di diventare chef e infatti ama stare ai fornelli stupendo le papille gustative. Gli piacerebbe conoscere una signora bella dentro e fuori.

**Fabrizio 69 anni** di Sestri Levante, architetto molto bravo con due matrimoni alle spalle e quattro figli grandi. Ama molto il suo lavoro, ha adorato essere padre e ora il nonno! Sportivo, dinamico e viaggiatore vorrebbe incontrare una signora colta e indipendente.

**Giorgio 77 anni** di Genova, in pensione, ha sempre lavorato per Trenitalia girando tutta l'Italia ed ora che è libero e ancora molto giovanile vorrebbe continuare a viaggiare, ma in compagnia di una bella signora dolce ed entusiasta.

### PER LUI

**Sarah 34 anni** nata a Roma, vive a Genova con la mamma danese e il papà argentino, è una ragazza multi-culturale e molto bella. Lavora nel settore della ristorazione e ama tantissimo i cani e le passeggiate sui monti.

**Anna 41 anni** di Lavagna, è una stilista emergente, ha studiato moda a Milano, le piacerebbe riuscire ad ampliare il suo business nel Tigullio Ligure. Anna è una ragazza sicura di sé, ama leggere e vorrebbe diventare mamma.

**Veronica 55 anni** di Recco, impiegata, divorziata con un figlio di vent'anni. Sognatrice di natura, ama dipingere e viaggiare, le piacerebbe incontrare l'uomo che le faccia vivere tutte le avventure che ha sempre sognato.

**Roberta 71 anni** di Genova, vedova dopo un lungo matrimonio, nonna di tre nipoti, ha sempre fatto la casalinga, ha molti hobby e fa volontariato. Le piacerebbe conoscere un signore che sia gentile e premuroso.

Chiavari Corso Gianelli 20  
Genova Via Fiasella 4 int.9A  
www.obiettivoincontro.it

Per colloquio **GRATUITO**: 010.5701032

**392 92 092 38**

Invia un messaggio con nome, professione ed età: riceverai alcuni profili adatti a te!

## IMMOBILIARE

### Compra pagando l'affitto

In zona residenziale di villette, immersa nel verde a 5 minuti da Gattorna e mezz'ora da Chiavari o Genova, **fondo abitabile di 45 mq** da usare come appartamento, ufficio, laboratorio o comodo deposito.



Open space con bagno, impianto elettrico a norma, parquet laminato, porta vetrata a tutta parete, finestra recente in PVC, posto auto. Nei dintorni: fermata bus, bar tavola calda, parcheggio giochi, campo da calcio, passeggiate e sentieri. A 5 minuti: 3 supermercati e decine di negozi e servizi. Nessuna garanzia richiesta grazie alla formula "Rent to buy" (affitto per comprare): anticipo di 2.900€, poi 350€ al mese per 5 anni e sarà vostro.

INFO: 328.2256519

## CESSIONE ATTIVITA'

### VENDESI RISTORANTE BEN AVVIATO

ideale per conduzione familiare

Solo se veramente interessati

**Contatto: 333.2755558**



**FONTANABUONA**  
IMMOBILIARE

**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><b>MONLEONE: Termoautonomo</b> Grande appartamento in ottimo stato composto da Ingresso soggiorno cucina 3 camere 2 bagni dispensa soffitta box auto parcheggio <b>Giardino pianeggiante cintato</b> No condominio € 109.000 Cl G ipe - kw/h/mq anno</p>	 <p><b>BARGAGLI - FERRIERE:</b> Porzione di casa bifamiliare con ingresso soggiorno cucina camera bagno veranda Balcone. Dependance con taverna cucina e forno a legna <b>Ampio terreno Box auto</b> € 72.000 Cl G ipe - kw/h/mq anno</p>	 <p><b>GATTORNA: CENTRALISSIMO</b> Nuovi appartamenti in occasione fino al 30/09/2021 con box, antisismica, varie metrature, terrazze e balconi, ascensore, portoncini blindati, pannelli solari, locali commerciali canna fumaria locale artigianale spazio esterno <b>Classe energetica A</b></p>	 <p><b>MOCONESI: Appartamento indipendente con giardino e box</b> composto da ingresso soggiorno cucina a vista 2 camere bagno ampia terrazza giardino privato box <b>cantina e taverna</b> zona soleggiata con vista aperta Termoautonomo € 43.000 Cl G ipe - kw/h/mq anno</p>
 <p><b>LUMARZO CENTRO:</b> Villetta indipendente completamente ristrutturata Composta da ingresso Soggiorno Cucina abitabile 3 camere 2 bagni Taverna Cantina <b>Giardino privato</b> Molto soleggiata € 139.000</p>	 <p><b>CICAGNA CENTRO: 121mq</b> Appartamento ristrutturato composto da ingresso corridoio soggiorno cucina abitabile 3 camere grandi bagno balcone Termoautonomo infissi nuovi <b>Zona molto soleggiata e comoda</b> a tutti i servizi - Climatizzatore € 139.000 Cl ipe kw/h/mq anno</p>	 <p><b>LUMARZO - FERRIERE:</b> <b>Appartamento con ingresso indipendente con box e cantina</b> Soggiorno con angolo cottura 3 spaziose camere bagno Balcone grande Soggiorno Quota di terreno Posto auto <b>Termoautonomo € 85.000</b> Cl G ipe - kw/h/mq anno</p>	 <p><b>NEIRONE: Appartamento in casa trifamiliare con ingresso indipendente Termoautonomo</b> Soggiorno spazioso Cucina abitabile 3 camere Bagno Terrazza Cantina <b>Terreno ampio e pianeggiante</b> € 58.000 Cl G ipe - kw/h/mq anno</p>
 <p><b>PANNESI - LUMARZO:</b> Casa indipendente su tre lati con <b>cortile privato recintato</b> Ingresso in soggiorno con angolo cottura 2 camere bagno 2 ampie cantine Terrazza vivibile Ripostiglio. Zona soleggiata € 38.000 Cl G ipe kw/h/mq</p>	 <p><b>MONLEONE:</b> <b>Casa indipendente su due lati FACCIA E TETTO NUOVI</b> Ingresso soggiorno grande cucina abitabile 3 camere 2 bagni Terrazza spaziosa Dispensa € 79.000 Cl G ipe kw/h/mq anno</p>	 <p><b>CICAGNA: Centro Paese</b> Appartamento composto da ingresso Soggiorno Cucina abitabile Bagno 2 Camere Ripostiglio Balcone vivibile Vista aperta Termoautonomo € 56.000 Cl G ipe kw/h/mq anno</p>	 <p><b>GATTORNA A 2 KM: Casa completamente indipendente</b> Composta da ingresso Cucina abitabile 2 camere 2 bagni Ripostiglio Ampio giardino privato Terrazza vivibile attrezzata Posto auto Soggiata € 77.000 Cl G ipe kw/h/mq anno</p>
 <p><b>CALVARI:</b> Appartamento mansardato composto da ingresso in soggiorno cucina camera bagno <b>Zona centrale e comoda a mezzi di trasporto e negozi</b> Ordinato e abitabile subito € 28.000 Cl G ipe kw/h/mq</p>	 <p><b>FAVALE CASTAGNELO: Casa indipendente con magazzino</b> adiacente e terreno circostante Ampie cantine Terrazza vivibile Cucina Soggiorno 4 camere Bagno esterno Balcone Pavimenti originali in legno Buono stato generale € 22.000 Cl G ipe kw/h/mq anno</p>	 <p><b>SAN COLOMBANO:</b> Appartamento composto da ingresso ampio soggiorno cucina abitabile 2 camere matrimoniali bagno 4 balconi ripostiglio <b>GIARDINO PRIVATO</b> <b>AMPIO BOX SOPPILCATO</b> Riscaldamento Autonomo € 125.000 Cl ipe - kw/h/mq anno</p>	

# Siamo la risposta

ad ogni vostro  
sguardo

Il Benessere degli occhi  
attraverso la convenienza di  
10 Centri Ottici d'Eccellenza



**ISOLANI**  
ISTITUTO OTTICO

PARTNER TECNICO DEL VOSTRO MEDICO OCULISTA DI FIDUCIA

[isolani.com](http://isolani.com)