

Non se ne parla più ma è sempre più cruenta e costosa

BASTA GUERRA!

Referendum: code ai gazebo di raccolta firme - Ecco come puoi esprimere il tuo dissenso e chiedere alla politica di usare le risorse per sanità e servizi - pag. 3



Passata la pandemia, archiviato il Green Pass? No, da giugno arriva il passaporto vaccinale globale - pag. 6



Alla Croce Verde di Recco solidarietà e divertimento: dalla raccolta di occhiali usati alle serate di bridge - pag. 6



Una vita con le mani in pasta: se "il conte" viene a casa a prepararti la focaccia al formaggio - pag. 7



Raccontacelo! E insieme ripercorreremo usanze e luoghi, ma anche parole e giochi forse dimenticati - pag. 9



Trovata a Chiavari cartolina inviata a un personaggio storico: scopri a chi e da chi - pag. 8

I NUOVI GARULI

Come un piccolo gruppo di persone ha risvegliato la Val Graveglia - pag. 4



RUBRICHE Vuoi diventare un punto di riferimento della tua professione? 0185.938009



Avvocato



Fiscalista



Otorino



Genovese



Origine cognomi



No sprechi

2 PAGINE di MERCATINO! - pag. 14 e 15

Il forno non va?
Il frigo fa le bizzze?
ASSISTENZA
elettrodomestici
a privati e attività
Cheftek Via D. Cuneo 348
San Colombano Certenoli
351.6624009

INDISPENSABILI

STRUMENTI PER LA MOBILITÀ E BENESSERE
Poltrone alzapersona, vasche agevolate, scooter e tricicli elettrici e apparecchi elettromedicali
Chiavari Via Argiroffo 15
0185.699261
351.7088883
www.foreverimove.it

STIRO A DOMICILIO
Basta perdere tempo a stirare, fallo fare a me. Prezzo forfait "borsa della spesa". Martina 340.0852280.

IL DENTISTA
Odontoiatria | Endodonzia
Otturazioni | Impiantologia
Sbiancamento | Invisalign
Medicina Estetica
DOTT. SASSONIO
Lavagna Piazza Milano 12
0185.697401

IL TASSISTA DI FIDUCIA
Viaggi, spostamenti, accompagnamento per visite o commissioni
Aldo 347.4725380

IMPARA A USARE PC, PAD E CELLULARE
Corsi personalizzati a domicilio: impara in modo facile e veloce solo quello che ti serve. 0185.938009

VUOI ESSERE QUI?
0185.938009

SGOMBERI E SVUOTA CANTINE
Appartamenti, uffici, locali, cantine, terrazzi, terreni, box, capannoni, magazzini...
- Ovunque 7 giorni su 7 -
- Prezzi modici -
Omar 347 30 25 821
Lorenzo 348 04 43 825

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.fontanabunaimmobiliare.com 0185 938578



CORFOLE

Da oltre 25 anni in tutte le famiglie
Con 20.000 copie, la testata
più diffusa (e amata) del territorio

Totalmente autofinanziato: puoi leggerlo gratuitamente grazie alla pubblicità delle attività locali

PER I TUOI ACQUISTI E IL TEMPO LIBERO SCEGLI I NOSTRI SPONSOR E DISTRIBUTORI

**QUI L'ELENCO DISTRIBUTORI UFFICIALI
MA TROVATE CORFOLE IN MOLTI ALTRI
NEGOZI ED EDICOLE!**

CARASCO

*Star Wash (V. foto)

CHIAVARI

*Bottega Cittadella, Via Doria 16

0185.309573

*Macelleria Cittadella, Via Parma 244

0185.382429

*Istituto Ottico Isolani, Via Delpino

8/8A 0185.598683

*Forever I Move (V. foto)

*Cane e gatto (V. foto)

*Mondoscucito (V. foto)

CICAGNA

*Supermercato Crai (V. foto)

COGORNO

Elettromax (V. foto)

FAVALE DI MALVARO

*Pasticceria Galletti (V. foto)

LAVAGNA

*Panificio Perrone (V. foto)

LUMARZO

*Camion ortofrutta Teste di Zucca

Merc e sab mattina in piazza a Ferriere;

Merc pomeriggio in piazza a Lumarzo

MOCONESI

*Lavanderia Wilma (V. foto)

*Ortofrutta Teste di Zucca (V. foto)

*Cap Gomme Via Colombo 59 Ferrada

0185.939751

*Fontanabuona Immobiliare, Via del

Commercio 74A Gattorna 0185.938578

*Istituto Ottico Isolani Gattorna,

Via XXIII Settembre 4, 0185.934986

*Garden & Shop Nestori Gattorna Via

Romana 4, 0185.934697

RAPALLO

*Istituto Ottico Isolani Via della Libertà

13A, 0185.232071

RECCO

*Istituto Ottico Isolani, Lungomare

Bettolo 43/45 0185.730709

*Serramenti Nuova Erre Effe Via S. Rocco

87B/2 0185.722681

SAN COLOMBANO CERTENOLI

*Trattoria Colomba (V. foto)

*Agriturismo Cason De Larvego

Via del Ramaceto 20 Cichero,

333.2121161

USCIO

*Ristorante Chiapparino Via Colle Caprile

35 379.1076147 | 324.0970272



Elettromax

Cogorno 0185.380416

Corso IV Novembre 28

Vendita e installazione

elettrodomestici, tv, illu-

minazione e lista nozze



Forever I Move

Chiavari Via Argiroffo 15

351.7088883

Poltrone elettriche,

vasche a ingresso facilitato,

scooter e molto altro

IL DISTRIBUTORE DEL MESE



LAVANDERIA WILMA

Tempo di mettere via piumini, piumoni e maglioni! E anche i tappeti. A lavarli e profumarli ci pensa "la Wilma" che ora offre anche il nuovo servizio di **lavaggio pelli e ricoloritura a nuovo** (es. giubbotti, Bomber etc.). Inoltre, **vendita di detersivi sfusi**.

Ferrada Via Colombo 10/B, 347.0391619

Da lun a ven 9/12 e 15.30/19; sab 9/12



Pasticceria Galletti

Favale Via Ortigaro 17

0185.309573

Torte, biscotti, pasticcini,

merendine genuine



Star Wash

Carasco Via Roma 16

371.5617649

Lavanderia a gettone

(anche lavatrici

specifiche per animali)



Cane e Gatto

Chiavari Via C. Battisti 1

0185.325218

Toelettatura, alimenti

e accessori per i nostri

amici animali



Mondoscucito

Chiavari Via Dante 118

0185.309703

Riparazione macchine

da cucire e corsi cucito



GL Garibaldi

Banco nei mercati

Lun Recco; mar Zoagli e

Varese L.; mer Casarza; gio

Lavagna; ven Santa M. e

Deiva; dom Moneglia



Teste di Zucca

Ferrada Via De Gasperi 47B

327.9965220

Ortofrutta, minimarket

e golosità dolci e salate



Supermercato Crai

Monleone Cicagna

Via Pian Mercato 5b

0185 187 2148

lunedì - domenica h08-20



Panificio Perrone

Lavagna, Cavi Arenelle

Via Pavia 35, 0185.390543

Per due volte vincitore

del Figassetta Award



Trattoria Colomba

CELESIA Via Devoto 35

0185.357740

Ritrova sapori, atmosfera

e qualità di una volta

**Promuovi la tua
ATTIVITÀ**

**Diventa sponsor o
distributore ufficiale**

0185.938009 info@corfole.com

**fai felici i tuoi
CLIENTI
e ne trovi di nuovi**



E tu di che
sfizio sei?

Panificio Perrone
Cavi di Lavagna Via Pavia 36
0185.390543



PASTICCERIA GALLETTI
Torte, biscotti e frolle,
cioccolatini, merendine,
e altre golosità artigianali!

Favale di Malvaro 0185.975000
www.pasticceriagalletti.it

MA TU LA VUOI LA GUERRA?

Firma anche tu per dire **NO** all'invio di armi

Dopo un anno di conflitto, migliaia di morti e centinaia di milioni spesi, la politica continua a ignorare il volere del popolo che quelle risorse vengano usate per sanità e servizi alle famiglie

- di Giansandro Rosasco

Quella dell'invio di armi non rientra tra le decisioni amministrative che un Governo può fare a prescindere dal volere - e dal bene - del suo popolo, ma è un percorso pericoloso in base al quale siamo sempre più coinvolti nella guerra. Questo le persone lo sentono, così come la crisi economica che ne consegue. Restare indifferenti è difficile, oltre che irresponsabile. Infatti i sondaggi parlano chiaro: la stragrande maggioranza degli italiani è contraria all'invio delle armi in Ucraina. Eppure, ancora dopo un anno, la politica continua ad andare in senso opposto. E quando le leggi non rispecchiano le posizioni della popolazione, allora bisogna intervenire. Da qui l'idea di un referendum popolare per far sentire la voce degli italiani e della nostra Costituzione che all'art. 11 riporta nero su bianco: «l'Italia ripudia la guerra come strumento di offesa alla libertà degli altri popoli e come mezzo di risoluzione delle controversie internazionali». «Ripudia la Guerra» è il nome del Comitato creato dal Prof. Enzo Pennetta, autore di saggi sul rapporto tra società e scienza: «Da sempre mi sono interessato all'impegno civico e sociale, per questo non sono potuto rimanere con le mani in mano quando il nostro Paese ha smesso di difendere la Pace. Ci vedremo in tutte le piazze per firmare».

SI INTERVIENE A LIVELLO NORMATIVO

L'Italia, di fatto, sta obbedendo a un vincolo politico, dettato dalla nostra appartenenza all'Unione europea e alla Nato. Quindi: quanto può decidere davvero il Parlamento? C'è una legge del 1990, con altre successive, che consente l'invio di armi a un Paese in guerra. Abrogando questa legge sarebbe tecnicamente impossibile mandarle. In questo modo, affermano i promotori, «ogni decisione futura volta a inviare armi in teatri di guerra, richiederebbe una legge formale e dunque la piena assunzione di responsabilità politica del Parlamento». I comitati invitano a firmare per questo referendum, che è inattaccabile dal punto di vista giuridico. E il Parlamento non potrebbe ignorare un referendum del genere.

MILIARDI TOLTI AI SERVIZI AI CITTADINI

Le guerre costano al nostro Paese miliardi di euro: «Soldi che sarebbero potuti essere stanziati per lavoro, pensioni, case, ospedali, istruzione e trasporti. Larga parte del popolo italiano è contraria alla guerra e all'invio di armi, ma TV, giornali e media mainstream spingono in senso contrario. Governo e Parlamento non recepiscono questo sentimento maggioritario del Popolo italiano a cui i comitati invece vogliono dare voce».



Aprile 2023 - Scalpore tra i pendolari alla stazione di Udine, davanti al transito di carri armati - nello specifico "semoventi di artiglieria su cingoli M109" - che fanno parte di "pacchetti di forniture militari all'Ucraina"



2 giugno 2023 - Festa della Repubblica, persone in fila in tutta Italia ai banchi di raccolta firme, per dire NO all'invio di armi e ribadire che la Repubblica si basa sul volere del popolo

DOVE FIRMARE

- Nel tuo **Comune**: chiedi il modulo
- presso i **gazebo** nelle piazze: elenco su referendumripudialaguerra.it o contatta i referenti territoriali
- se hai lo SPID, al **sito** referendumripudialaguerra.it, poi "Firma Online"

REFERENTI LOCALI

Chiavari: Marco Tubino
347.6593420, tubinomarco@gmail.com
Fontanabuona: Giansandro Rosasco
328.2256519, dilloarosasco@gmail.com
Golfo Paradiso: Carolina Bozzo
349.4936853, bozzocarolina@gmail.com
Genova: Silvano Ceccoli
348.8765332, sil_cec@yahoo.it
Genova: Simona Saccone
345.7127808, simona.saccone@libero.it
Lavagna: Daniele Di Martino
349.5247637, ddima@fastwebnet.it
Sestri Levante: Massimo Mascelli
320.7769053, massimomascelli@gmail.com
Vuoi creare un comitato di zona?
Contatta la coord. ligure Silvia Stefani;
342.3526831, bellasilvia2000@gmail.com

La Stampa
L'Italia non vuole la guerra: "Basta con l'invio di armi"
Sondaggio Euromedia: la maggioranza contro nuovi aiuti militari e intervento Nato.
28 gen 2023

Avvenire
Chi guadagna Guerra in Ucraina: altra vetrina per il commercio delle armi, che cresce
Le industrie belliche, controllate anche dai governi occidentali, non conoscono crisi. Fatturati giganteschi, sulla pelle di chi muore e dei...
8 dic 2022

Money.it
Quanto costa all'Italia la guerra in Ucraina: in un anno superati i 190 miliardi del Pnrr?
Tra inflazione, caro-bollette, crollo del Pil, decreti vari, aiuti all'Ucraina e maggiori spese militari, la guerra in poco più di un anno...
1 mese fa

Greenpeace
Un anno di guerra in Ucraina, le armi hanno fallito!
È già passato un anno dall'inizio della guerra in Ucraina e ancora non se ne vede la fine. Leggi il nostro approfondimento e firma ora!
23 feb 2023

ELETTROMAX

CONSIGLI, VENDITA, INSTALLAZIONE E ASSISTENZA
Elettrodomestici | Illuminazione | Liste nozze | LEGO
Cogorno C.so IV novembre 28 0185.380416

YOKOHAMA

CDG ONE
CONSULENTE DI GUIDA

CoCap Gomme
Walter 3479401984
Andreino 3487040176
E Mail: copgomme@libero.it

Tel. 0185/939751 Fax. 0185/939447

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

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

Tasso zero IN 20 RATE

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

CONTATTACI ORA
per il tuo preventivo!

La storia dei Nuovi Garuli e della **Marcia del GhiottoNE**, che torna domenica 18 giugno

GRAVEGLIA, LA VALLE SVEGLIA

L'impegno degli abitanti in collaborazione con le attività locali ha creato un piccolo miracolo: riqualificare e far conoscere antichi borghi e sentieri attraverso iniziative gastronomiche ed ecologiche che valorizzano anche i prodotti della terra

- di Giansandro Rosasco



Un piatto della Marcia del GhiottoNE



Uno dei banchetti del riuso allo SvuotacantiNE



Il Mercatino Agricolo dei prodotti locali

Nel 2015 un gruppo di giovani della val Graveglia decide di organizzare un evento che riporti le persone nella "valle dei mulini e delle miniere". Nasce così la **Marcia del ghiottoNE**, la prima mangialonga, ovvero la passeggiata enogastronomica, in val Graveglia. Inizia dunque il recupero di antichi sentieri realizzati da pastori, cavaletti, minatori, contadini; scalinate di pietra, ponti che si gettano da una sponda all'altra di freschi torrenti con insospettabile leggerezza. Un percorso che fa apprezzare paesaggi alpini vista mare, che consente di addentrarsi nei borghi, ammirare lavatoi e mulini, visitare piccoli musei che raccontano la natura e l'uomo. E nel mentre, gustare piatti della tradizione proposti da ristoranti e agriturismi locali, che alto tengono il nome e la meritata fama della valle. Grazie a questa iniziativa, ogni anno oltre cinquecento persone percorrono i sentieri e le antiche comunali che collegano le frazioni (l'alta val Graveglia ha una struttura detta "a costellazione"). Perché, alla fine vale sempre la regola aurea dell'antico Garulo: "il modo migliore per tenere puliti i sentieri è percorrerli il più spesso possibile!". Il percorso cambia ogni anno e per questa edizione è davvero adatto a tutti: grandi, piccini.

PROGRAMMA: partenza da località Prato, dove i volontari faranno la registrazione e la consegna del "kit mangialonga"; si parte in gruppi organizzati ogni 20 minuti con guida che accompagna i visitatori alle varie tappe; il primo gruppo parte alle 9:00 e l'ultimo alle 12:00. Il percorso è ad anello con arrivo ad Arzeno, per una lunghezza complessiva di circa 9km. Ma prima di iniziare il giro... "in tocca de fugassa a ghe sta sempre ben, insem-m a un gottu de gianchettu!". Si cammina quindi verso la seconda tappa per gli antipasti misti a cura dell'agriturismo Ou Grumallo di Case Soprane. Si riprende la passeggiata in direzione Chiesanuove, dove gustare il primo piatto a cura dell'agriturismo "I Pinin". A questo punto c'è



Celesia di San Colombano Certenoli
Via Devoto 69 (10 minuti da Carasco)
*Ampi spazi per cerimonie

PRENOTAZIONI: telefonate o messaggi solo via WhatsApp
392.3014060



MENU

PAUSA PRANZO €12
Dal martedì al venerdì

CENA E WEEKEND
Menù alla carta

Cucina aperta fino a tardi
(su prenotazione)



SPECIALITÀ RAVIOLI!



KARAOKE domenica sera



MUSICA LIVE sabato sera



RICCO APERICENA tutti i giorni

bisogno di un intermezzo: i TESTAIEU, simbolo della tradizione della valle non solo dal punto di vista culinario ma anche culturale, preparati da Terra Verde Tigullio. Si riparte per le costine alla brace con insalata fresca. Quindi, camminata digestiva verso l'agriturismo Villa Rosa per crostata e caffè. All'arrivo, mercatino di prodotti locali. Partecipazione: 23€, ragazzi 7-12 anni:15€, bambini fino a 7 anni: gratis.

I Nuovi Garuli

La Marcia del GhiottoNE è il fiore all'occhiello dei "Nuovi Garuli" (dall'antico nome dei primi abitanti della val Graveglia), associazione apartitica e aperta a tutti che, oltre all'amore per il territorio, dimostra una mentalità giovane con un mix di attività rivolte alla diffusione della cultura e della preservazione dell'ambiente.

Tante iniziative per il riuso

La prima è la "Stoviglioteca" per ridurre l'uso di prodotti usa e getta: l'associazione mette a disposizione gratuitamente un kit di stoviglie in polipropilene lavabili e riutilizzabili per chi vuole organizzare feste, compleanni, pranzi, cene, picnic o altri eventi in modo ecologico. La seconda è lo "Svuota CantiNE" (terza domenica di maggio e di settembre) che permette a chiunque voglia, di fare un "banchetto" per scambiare o vendere oggetti in disuso, come libri, abiti, giocattoli, bi-giotteria, etc. La partecipazione è gratuita. Il "Gi-rotondo di libri": un'occasione per portare libri già letti e scambiarli con altri. A chiudere l'animo green del gruppo c'è il "De Rumenta Day" le giornate di raccolta rifiuti per liberare anche la vista dalla spazzatura buttata nei boschi, sui sentieri e nei luoghi che dovrebbero essere incontaminati.

INFO: info@inuovigaruli.it o 370.3323784

TUNNEL: NON SI MOLLA

“Operazione trasparenza” con gazebo nelle piazze e nuova pagina Facebook

Sono partiti a maggio i “gazebo della trasparenza sul tunnel” un sistema per veicolare notizie veritiere sulla necessaria infrastruttura che servirà a tutto il comprensorio di costa ed entroterra. Ogni mese una notizia analizzata per dare corretta informazione e non fermarsi alle apparenze. Sì, è un'opera che il territorio attende da oltre un secolo. Questo non è motivo per non crederci più, ma anzi, per insistere. Perché cambiano i tempi, cambiano gli equilibri politici, cambiano le tecnologie, ma non cambia la necessità di una viabilità più veloce che permetta di raggiungere la vera equità nelle opportunità di lavoro e nell'accesso ai servizi, alle scuole, ai trasporti e anche allo svago. Il tunnel rappresenta tutto questo e molto di più. E non siamo mai stati così vicini alla sua realizzazione.

“Chi vuole fare disinformazione, per interesse o perché ignora la realtà - illustra Rosasco, portavoce del Comitato dei cittadini Pro Tunnel - vi mostrerò un rendering di Autostrade Italiane, ma decontestualizzato per mostrarlo come “scempio di un'oasi incontaminata” **FOTO 1**. Ma come si vede dalla seconda immagine, l'innesto che verrà costruito sarà uno svincolo nel tratto autostradale a quattro corsie già esistente” **FOTO 2**.

Prosegue la raccolta firme per ribadire il Sì al tunnel nelle piazze e su www.change.org/Si_al_tunnel_della_Fontanabuona.

Facebook: “Tunnel costa-entroterra della Fontanabuona: operazione trasparenza”

Per chi non ha internet, il riferimento telefonico è sempre **Giansandro Rosasco 328.2256519**.



PORTOFINO

COSA CI FA UN'AUTO IN MEZZO AL MARE?



Un'auto in mezzo al mare, tra Portofino, Recco e il porticciolo di Camogli, è diventata l'immagine virale dell'ultimo weekend di maggio. Sui social si sono moltiplicate le segnalazioni di turisti e curiosi, con tanto di foto e video. Ma non si tratta di una manovra sbagliata, bensì di un mezzo speciale anfibio, un RMA Amphibio 2800 SR, che viaggia sull'acqua ad una velocità massima di 15 km/h e si muove grazie ad un'elica. Fu costruito tra il 1985 e il 1995 come mezzo speciale per la manutenzione delle condutture. Appartiene ad un appassionato di auto fuori dal comune che l'ha acquistato da un collezionista tedesco. Il passaggio davanti alle nostre coste è avvenuto durante l'apertura del nuovo locale degli stilisti Dolce e Gabbana, che hanno rilevato lo storico Caffè Excelsior. Il comandante del circomare portofinese, Stefano Carbone, precisa che, al di là della curiosità che possono generare, i mezzi classificati come anfibi, se in possesso delle necessarie certificazioni, possono navigare in mare (anche nelle aree marine protette) e spostarsi sulla terra ferma con l'unico vincolo del rispetto del codice della navigazione e della strada, nonché del regolamento del parco marino.

Per lei

Andrea, 39 anni, intelligente e affascinante, single, amante della cultura e delle conversazioni profonde, incontrerebbe ragazza seria e intelligente per creare insieme una famiglia
Gianluca, 45 anni, separato, un figlio, impiegato, mente aperta e curioso, ama confrontarsi su tanti temi e desidererebbe incontrare una donna dinamica e brillante per relazione stabile.
Paolo, 56 anni, divorziato, due figlie, affettuoso e premuroso, cerca una donna dolce e sensibile desiderosa di creare un legame stabile e duraturo basato sull'amore e la fiducia reciproca.
Umberto, 67enne, vedovo, due figli, ferroviere in pensione, spensierato, un grande senso dell'umorismo in grado di rendere speciale ogni momento, cerca una donna allegra e giocosa.
Gianni, 74 anni, vedovo e nonno di quattro nipoti, dolce e romantico, con una passione per la poesia e la bellezza delle piccole cose, incontrerebbe una signora gentile e premurosa.

Per lui

Ilaria, 37 anni, single, donna vivace, lavora in campo turistico, amante dei viaggi e delle sfide; incontrerebbe un uomo dinamico e intraprendente per relazione seria.
Sonia, 46 anni, divorziata, un figlio, spirito libero e passionale, amante dell'arte e della bellezza della vita, conoscerebbe un uomo sensibile e pieno di arte e di amore.
Enrica, 54 anni, solare e affascinante, divorziata e senza figli, un sorriso contagioso e un cuore generoso, vorrebbe tanto conoscere un uomo sincero e leale per relazione stabile.
Andreina, 64 anni, vedova, due figli, vorrebbe conoscere un signore che sappia apprezzare la bellezza delle piccole cose e che affronti la vita con ottimismo e determinazione.
Paola, 73 anni, è una signora vedova, madre e nonna felice, piena di allegria e voglia di vivere, incontrerebbe un signore distinto, educato con la passione per la natura e il ballo.

Obiettivo INCONTRÒ CHIAVARI C.so Gianelli 20 GENOVA Via Fiasella 4/9A www.obiettivoincontro.it
Dal 1991 al vostro fianco 010.5701032

“Io non ho bisogno di stima, né di gloria, né di altre cose simili. Ho bisogno d'amore”
- Giacomo Leopardi -



Invia Whatsapp con nome, età, professione: riceverai alcuni profili adatti a te!

392 92 092 38

- CHIAVARI

QUASI UN MILIONE DI EURO DAI 2 AUTOVELOX

Quanti di voi, transitando da Chiavari, hanno preso l'abitudine di controllare il contachilometri? Dal 2019 sono presenti due autovelox con limite di cinquanta chilometri l'ora; uno in via Parma, a Caperana, e l'altro in via San Rufino, a Sampierdanne. Inizialmente richiedevano la presenza della polizia municipale, ma dal novembre 2022 sono operativi ventiquattro ore su ventiquattro, autonomamente. Non mancano certo le multe, ma qualcuno le impugna di fronte al prefetto o al giudice di pace. Il consigliere Silvia Garibaldi, ha quindi chiesto informazioni sulle infrazioni. Ecco quanto emerso: In via Parma, in un giorno feriale transitano mediamente 13.500 veicoli, 8.400 nei festivi, e sono una cinquantina le violazioni giornaliere, pari allo 0,4% dei transiti. In via San Rufino, si passa dai 4.500 ai 2.800 veicoli, di cui quotidianamente è lo 0,2 per cento a sfiorare il limite, pari a una decina di multe. Considerando quindi sessanta multe al giorno e mantenendo la cifra minima di 42 euro (che può però arrivare fino a 3.382 euro) significa oltre 2500 euro al giorno, che diventano oltre 900mila euro l'anno. Un bel tesoretto.

Multate anche le ambulanze

A far luce su questa discutibile scelta è Mirko Bettoli, capogruppo consiliare di “Ora il futuro” e presidente della Croce Verde chiavarese: «Le sanzioni colpiscono anche le pubbliche assistenze. Un'ambulanza in servizio di emergenza non può rispettare i limiti di velocità. È sufficiente controllare le immagini: se la sirena è accesa, si può risparmiare il denaro di inoltro della multa». In quest'era automatizzata quello che sembra mancare sempre di più è l'umano buon senso.

- CHIAVARI

NUOVO PARCHEGGIO GRATUITO PER IL CENTRO E LE SPIAGGE

Un nuovo parcheggio pubblico gratuito in viale Tito Groppo, accanto allo stabilimento balneare Lido, con 18 posti auto, di cui uno per disabili, e 11 per moto. Dal 1 giugno al 30 settembre la sosta sarà regolamentata con disco orario dalle 8 alle 20, per una durata massima di 4 ore. Il resto dell'anno senza limiti di tempo. Facili da raggiungere e gratuiti, i nuovi stalli si trovano in una posizione ideale a pochi passi dalle spiagge e dal lungo Entella, comodi per arrivare anche in centro grazie ai due sottopassaggi vicini. In programma, la possibilità di utilizzare altre aree limitrofe.

- LAVAGNA

DOPO LE RICHIESTE DEGLI UTENTI, DALL'11 GIUGNO FERMA UN TRENO IN PIÙ

Di concerto con Trenitalia è stata recepita una richiesta giunta da parte di amministratori e utenti del territorio che lamentavano l'assenza della fermata di Lavagna di un frequentatissimo treno. Si tratta del treno regionale 12214 da La Spezia a Genova Principe che, a partire da domenica 11 giugno effettuerà fermata anche nella stazione di Lavagna. Nel dettaglio, il treno anticiperà la partenza di 2 minuti da La Spezia (7:04) e fermerà a Lavagna alle 8:03 per ripartire alle 8:04. Le fermate successive Chiavari manterranno gli orari attuali con arrivo a Genova Principe alle 9:06.

SESTRI LEVANTE

Andersen chi?

A proposito di Andersen. Ma dare almeno una ripulita alla lapide che ne ricorda il soggiorno (nel muretto del campo da calcio parrocchiale di S. Maria di Nazareth) non sarebbe male. Praticamente illeggibile. Scarsamente visibile in generale. A differenza del manifesto del Festival. Le piccole grandi cose. - Alberto Russo



CASARZA

Casarzotto, il biscotto NON di Casarza

Da tempo nei post su facebook, instagram e sui giornali leggo di questo fantomatico e nuovo biscotto, frutto della collaborazioni di comune e diverse pasticcerie, il Casarzotto. Da ligure non mi va giù che si prenda uno dei nostri dolci tradizionali, se ne faccia una variante e che questa venga spacciata primo, come biscotto, e secondo come un dolce nuovo. Da ponente a levante ne esistono numerosi tipi di impasti e ripieni, di forme tonde oppure ovali, più grandi o più piccini, ma sempre tutte col nome della tradizione, ovvero il Gobeletto Ligure. - Antonio De Vincenzi

CHIAVARI

Sorpresa nei bagni della stazione

Buon pomeriggio, il mio non è un mugugno ma bensì un plauso, rivolto al ragazzo addetto alla pulizia dei bagni della stazione ferroviaria di Chiavari. Oltre ad avermi salutato e spruzzato deodorante prima di farmi entrare, mi ha invitato ad andare in quello già pulito e sanificato. Quando sono uscita non ho potuto fare a meno di complimentarmi con lui, mi ha risposto che il suo lavoro vuole farlo bene. Ammirabile, bella gioventù - Ornella Tassara

DA GIUGNO, IL GREEN PASS DIVENTA PASSAPORTO VACCINALE MONDIALE

Ma si va verso la convergenza di tutti i nostri dati digitali



I primi di giugno è stata resa pubblica un'e-mail che l'Istituto Robert Koch (responsabile per il controllo e la prevenzione delle malattie infettive) ha inviato il 23 marzo 2022 al Ministero tedesco della salute, in cui confermava che "il vaccino non previene l'infezione e la trasmissione del SARS-CoV-2". Ma il Governo ha dato lo

stesso il via all'obbligo vaccinale. In Italia non è andata meglio, anzi. E secondo l'ultimo rapporto di Inail, con l'introduzione del Green pass c'è stato un forte aumento del contagi da gennaio a luglio 2022 rispetto al 2021, soprattutto per i sanitari, proprio quelli che dovevano essere più tutelati. Nelle schede infortuni Inail pub-

blicate a maggio e relative al periodo febbraio 2020 - aprile 2023, emerge infatti che «il 38% delle denunce riguarda tecnici della salute, l'82,3% delle quali relative a infermieri». A seguire, gli operatori socio-sanitari (16,1%), i medici (9,4%), gli operatori socio-assistenziali (5,3%), il personale non qualificato nei servizi sanitari (4,4%) e gli specialisti della scienza della vita (0,6%). Eppure, in nome di quei presunti benefici - "il Green pass è garanzia di ritrovarsi tra persone non contagiose" - agli italiani non vaccinati è stato negato il diritto allo studio, al lavoro, allo sport e persino di frequentare famiglie e amici. Qualcosa inimmaginabile in una democrazia. Questo fallimento ha insegnato qualcosa? Sì, che non importa se funziona "la cura", l'importante è che funzioni il sistema di controllo. E su questo è stato un successo. Così ora si punta al Green Pass globale.

Il green pass era nato solo per usi frontaliери, solo pochi Paesi tra cui l'Italia lo hanno usato per impedire spostamenti interni

"Il certificato digitale Covid - si legge nel comunicato stampa che annuncia il Green pass globale - è stato creato dall'Ue per superare la Babele di certificati nazionali in materia di Covid-19 e facilitare così la mobilità all'interno dell'Unione. Alcuni governi, ad esempio l'Italia, lo hanno utilizzato anche a fini interni, ma lo strumento è nato per superare il problema del mancato riconoscimento transfrontaliero dei test". Insomma, ci fanno sapere ora che non serviva per poter entrare in un bar, al lavoro, a scuola, in palestra o salire sul bus, ma solo per viaggiare all'estero.

Il passaporto vaccinale e la convergenza di tutti i dati

Su questa premessa, da questo giugno l'Oms adotterà il sistema di certificazione digitale Covid-19 per superare la giungla di certificati nazionali in materia di Covid 19. Nel frattempo però, quasi tutti i Paesi hanno rimosso le restrizioni per i viaggiatori, dunque perché introdurre una misura del genere proprio adesso? "Per istituire un sistema che contribuirà a facilitare la mobilità globale e a proteggere i cittadini di tutto il mondo da future pandemie. Si tratta del primo elemento costitutivo della rete globale di certificazione della salute digitale dell'Oms, che svilupperà un'ampia gamma di prodotti digitali". Dunque, le certificazioni vaccinali non verranno meno con la fine della pandemia, ma offrono le condizioni per monitorare lo stato vaccinale dei cittadini. L'iniziativa si integra con il progetto europeo del portafoglio di identità digitale, dove convoglieranno tutti i dati, non solo sanitari. E sulla base di questi potremo o non potremo viaggiare, accedere a servizi o a diritti che fino a tre anni fa si davano per acquisiti. (MDR)

OCCHIALI CHE NON USI PIÙ? DONALI

Volontariato ma anche serate di bridge alla Croce Verde di Recco



Sempre molto attivo il gruppo della Croce Verde di Recco che cerca nuovi volontari per presidiare il territorio: un sistema per dare una mano, sentirsi utili e adatto a tutte le età e per tutte le mansioni (non solo ambulanze!). Ma è anche un luogo di incontro che diventa una fucina di idee, come la nuova iniziativa sugli occhiali usati che sicuramente tutti avrete nei vostri cassetti a fare polvere e ai quali potrete dare nuova vita regalando alle popola-

zioni africane. Una beneficenza a costo zero che risolverà tanti problemi. E c'è anche il divertimento. Tra le tante attività proposte nella sala polivalente da segnalare il torneo di bridge settimanale, per gli appassionati ma anche per chi desidera imparare. Per portare gli occhiali usati: Croce Verde Recco Via Milite Ignoto 17. Per informazioni su come fare volontariato 0185.74234; per i tornei di Bridge e per imparare a giocare 331.1134020

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

LAVANDERIA Wilma
Ferrada di Moconesi
Via Cristoforo Colombo 10/B
347 03 91 61 9
Da lunedì a venerdì 09.00/12.00 e 15.30/19
sabato 09.00/12.00
E' tempo di metter via piumini, piumoni, cappotti e maglioni!

Ristorante Chiapparino
Cucina casalinga
Piatti tipici liguri
USCIO Via Colle Caprile 35
Chiuso il giovedì
Si consiglia la prenotazione
379.1076147 | 324.0970272

NESTORI
Fiori & Garden shop
GATTORNA 0185.934697
Fiori freschi, secchi e artificiali
Addobbi per cerimonie
Realizzazione terrazzi e giardini
Servizio a domicilio

METTI DI AVERE A CASA "IL CONTE" CHE TI PREPARA LA FOCACCIA

Giulio Cassinelli, 87 anni e un'energia da far invidia a un ragazzino, gira la Liguria e il mondo per insegnare l'arte della panificazione, anche a domicilio. Ecco il resoconto di una sera da noi, poi tutti a tavola insieme!



Cassinelli nella cucina di Corfole, con Giansandro Rosasco; alcune fasi della preparazione; con la chef Micaela Mattioli

Classe 1936, **Giulio Cassinelli** eredita il nome da una sorellina morta di difterite prima della sua nascita. Forse è in suo onore che ha raddoppiato la propria vitalità, perché oggi, a 87 anni, ha una verve e un'energia difficili da trovare. Figlio di un panettiere, ha avuto "le mani in pasta" fin da bambino, da ragazzino andava al lavoro alle cinque, poi alle quattro, fino ad arrivare alle tre d'inverno e all'una d'estate per far trovare pronta la focaccia all'alba ai frequentatori di night e sale da ballo. Poi ha lavorato in altri panifici, ne ha avuto uno suo, ed è stato pioniere del Consorzio della Focaccia di Recco che all'età di 75 anni ha lasciato per tenere corsi all'Accademia dei Saporì. Oggi, pur essendo in pensione da lustri, continua a panificare in giro per il mondo, insegnando a privati e professionisti l'arte della panificazione. Sono talmente tanti i posti in cui è stato che è facile scordarsene qualcuno: quando lo stiamo intervistando sta preparando le valigie per il Giappone ed ha innumerevoli profili e pagine social: facebook, Instagram e come ciliegina sulla torta, saltando dal tablet allo smartphone, ci fa vedere un suo video che ha qualche milione di visualizzazioni.

Per la sua esperienza e abilità, lo hanno soprannominato re e imperatore della focaccia, ma quello che gli piace di più è Conte e in effetti ha un mattarello con impressa la C di Cassinelli che sembra un simbolo nobiliare. Giulio ha coltivato i propri allievi, in particolare **Micaela Mattioli**, nominata sua braccio destro, che dice: "Lavorare con lui è divertentissimo ed è un vulcano di energia. Quando siamo nei casini inizia a raccontarmi barzellette, oppure una volta in una villa mancava la legna per il forno e lui è andato a prenderla... nel bosco".

Nel mentre che parla impasta, taglia, farcisce come se non ci fosse un domani e sforna sotto ai nostri occhi una focaccia al formaggio, cotta nel forno di casa, che vi assicuriamo essere perfetta. Il segreto, dice, è nell'impasto sottilissimo.

Se desiderate fare la focaccia al formaggio trovate la ricetta del disciplinare, ma se volete imparare tutti i segreti, Giulio viene direttamente a casa vostra o nel vostro locale. Dovete solo chiamarlo al **334.316.1695** e sperare che non sia da parte qualche nel mondo.

FOCACCIA DI RECCO COL FORMAGGIO - Storia, ricetta e... bufale!



La ricerca storica che accompagna la documentazione per la richiesta di tutela europea narra che questo prodotto esisteva già ai tempi dei Romani. Grazie alla storica Simonetta Duodo Valenziano si colloca il prodotto in Liguria all'epoca della terza crociata: "Era la Pentecoste di rose dell'anno 1189... la cappella dell'Abbazia di San Fruttuoso accoglieva i crociati liguri per un solenne Te Deum prima della partenza della flotta per la Terra Santa... Sulle bianche tovaglie di lino ricamate facevano bella vista i piatti di peltro e di rame, zuppe di ceramica e di coccio colme di ogni bendidio: pagnotte di farro ed orzo impastate con miele, fichi secchi e zibibbo, carpione di pesce, agliata, olive e una focaccia di semola ripiena di giuncata appena rappresa...". In seguito la leggenda narra che la popolazione recchese si rifugiava nell'entroterra per sfuggire alle incursioni dei saraceni e grazie alla possibilità di disporre di olio, formaggetta e farina, cuocendo la pasta ripiena di formaggio su una pietra d'ardesia coperta, venne "inventato" quella che oggi conosciamo. Sul finire del 1800, quando Recco contava circa 3.000 abitanti, ritroviamo la "Focaccia di Recco col Formaggio" nei cinque forni cittadini che campavano vendendo esclusivamente le focacce liguri. A quei tempi la "Focaccia col Formaggio" veniva proposta unicamente nel periodo di celebrazione dei morti. (www.focacciadirecco.it)

RICETTA

(per teglia di diametro cm 60, 10 porzioni circa)

- 500 gr. di Farina di grano tenero tipo "00" di forza o in alternativa farina tipo "Manitoba".
- 50 gr. di olio extra vergine d'oliva italiano
- Acqua naturale
- Sale fino
- 1 kg. di Formaggio fresco

Impasto: si lavorano assieme la farina, l'acqua, l'olio e il sale sino ad ottenere un impasto morbido e liscio da lasciar riposare per almeno 30 minuti a temperatura ambiente, coperto da un telo di tessuto naturale. Suddividerlo in due porzioni e stenderle col mattarello. Quindi si procede manualmente allargando il primo disco di pasta con un movimento rotatorio, posizionando le mani sotto alla sfoglia, fino a renderne lo spessore inferiore al millimetro, e avendo cura di non provocare perforazioni. Si adagia la sfoglia nella teglia già unta e vi si distribuisce il formaggio in pezzi della grandezza di una noce così da coprire in maniera omogenea tutta la superficie. Si lavora allo stesso modo l'impasto rimanente e poi lo si adagia sulla base già coperta dal formaggio. Si saldano i bordi delle due sfoglie schiacciandoli con le dita per impedire la fuoriuscita del formaggio, quindi si rimuove con un coltello eventuali lembi di impasto in eccesso. Con le dita si pizzica in più punti la sfoglia superiore, formando dei fori. Si cosparge quindi con un filo di olio evo ed, eventualmente, con una spolverizzata di sale. Portare il forno alla temperatura compresa tra 270° e 320°C, regolato in modo che la parte inferiore sia più calda della superiore. Cuocere per 4-8 minuti, fino a quando la superficie non avrà assunto un colore dorato.

ATTENZIONE ALLE BUFALÈ!

In rete circolano "ricette" che prevedono l'utilizzo di lievito, mescolare il latte con il formaggio, utilizzare la prescinseua, il pane carasau, il vino nell'impasto, zucchero e altre versioni bizzarre.



Tecnologia ai RAGGI UV per la STERILIZZAZIONE

Macchine separate, specifiche per **ANIMALI**

Carasco Via Roma 16
APERTO TUTTI I GIORNI
07.30 - 21.30

371.5617649
star wash carasco
starwashcarasco




Frutta, verdura, prodotti locali e golosità!

FERRADA Via de Gasperi 47B
327 99 65 220
349 75 80 165

Teste di Zucca



Dott.ssa Grazia Lo Presti



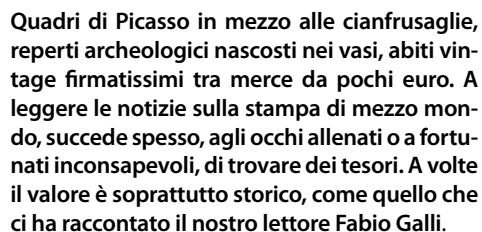
- Medico Chirurgo
- Specialista in Chirurgia Generale
- Master in **Scienza della Nutrizione**
- Specializzata in **Dieta Chetogenica**
- Esperta in Life Coaching cognitivo comportamentale per lo sviluppo personale

IL METODO

- 1- Fase di preparazione: individuazione dei problemi e delle strategie per affrontarli;
- 2- Supporto psicologico e dieta personalizzata;
- 3- Massima disponibilità durante tutto il percorso terapeutico. Siamo reperibili anche sabato e domenica.

Tel. 346 66 84 585
Via Unione Sovietica 19 - Sestri Levante
www.nutrizionistalopresti.com

A sepia-toned photograph of a rugged, snow-capped mountain peak, likely Mount Everest, with steep, rocky slopes and patches of snow. The image is oriented vertically and has a vintage, slightly grainy appearance.



due fratelli Salvadori ed Emilio Segrè, mentre il destinatario era il Prof. Enrico Fermi, loro docente di Fisica Nucleare all'Università di Roma. Fermi ebbe la Cattedra all'età di 27 anni, mentre Segrè ottenne successivamente una Cattedra nella stessa Università all'età di 23 anni. Tutte le persone menzionate su questa cartolina non solo erano accomunate da una passione indissolubile per la montagna e la pratica dell'alpinismo ma fecero parte negli anni '20 di un gruppo di ricercatori che ha gettato le basi della moderna Fisica Nucleare. La loro principale scoperta, nel 1934, la proprietà dei neutroni lenti, che portò al premio Nobel per Fermi nel 1938 e diede avvio alla realizzazione del primo reattore nucleare e successivamente della bomba atomica. Segrè vinse poi il Premio Nobel per la Fisica nel 1959 per la scoperta dell'antiprotone. Ancora oggi ricordati con l'appellativo di **"Ragazzi di via Panisperna"**.

IL PRIMO GRAND HOTEL IN LIGURIA PER... API SOLITARIE



Il progetto Bee Hotel ha fini ambientali, di supporto ai cicli biologici delle api solitarie e di altri invertebrati per la nidificazione e lo svernamento, ma soprattutto scopi educativi e didattici. Solo facendo conoscenza con gli insetti, potendoli osservare da vicino nelle loro attività quotidiane, si può superare l'entomofobia, ancora comune quando non si conoscono la loro biologia e abitudini.

La struttura è composta da moduli esagonali in legno riempiti con vari materiali suggeriti dalla dott.ssa E. Monterastelli, autrice della pubblicazione **Le altre api**, e ospiterà diverse specie di api solitarie, come le cosiddette api muratrici, legnaie, tagliafoglia e cardatrici, ma anche forficule (le forbicine), coccinelle, crisope e vespe solitarie. Nessuna di loro costituisce pericolo per i passanti e gli osservatori, è necessario però avere consapevolezza del fatto che non vanno disturbate, onde evitare di provocare risposte aggressive. Nel periodo primaverile-estivo sarà possibile osservare le api intente a creare il proprio nido e altri insetti usare il Bee Hotel come nascondiglio, mentre nelle belle giornate invernali sarà possibile osservare qualche ospite, che riscaldato dai raggi del sole potrà interrompere la diapausa (una sorta di letargo) e uscire a dare una sgran-chita a zampe e ali. Le strutture sono dotate di cartellonistica da cui sarà possibile, tramite un QR, accedere a pagine di approfondimento sulla fauna entomologica e consigli per costruire il proprio Bee Hotel casalingo.

8 Corfole - Atomo più atomo, si crea l'uomo. Atomica più atomica, l'uomo si distrugge. (Efisio Melis)

RICORDI QUANDO LO GRIDAVI TU? COME TRASCORREVI QUEI MESI?

“È finita la scuola, cominciano le vacanze!”

Raccontacelo così insieme ripercorreremo epoche, usanze e luoghi, ma anche parole e giochi ormai dimenticati...

Quante volte nel sentire il suono della campanella nelle scuole dei nostri figli o nipoti, ci ha preso un sussulto di nostalgia per gli anni dell'infanzia e subito la mente ha rievocato le voci dei compagni, il volto dei maestri o delle maestre che ci hanno cresciuti - alcuni indimenticabili, alcuni forse da dimenticare - e l'odore, unico, che si respirava in quei corridoi? E ora, vederli alla fine dell'anno scolastico, tra laboratori, diplomini, gite e feste “che li accompagna-no alla chiusura”, viene spontaneo notare quanto oggi sia tutto diverso, anche rispetto a pochi anni fa. Se poi si va più indietro, le differenze si fanno abissali. Ne è un esempio questo TEMA del 1908 (V. foto), di un bambino di nome Oddone, terza elementare; non sappiamo di quale paese, ma doveva essere da qualche parte in Liguria, come si intuisce dalle parole in dialetto.

Per la sua genuinità e dolcezza che lascia comunque trasparire le condizioni non facili dell'epoca, il testo è stato ripreso negli anni da molte testate anche nazionali. Qualcuno dice sia un “falso storico”, ossia sarebbe in realtà opera di un artista e insegnante di lingua genovese. Ma il testo è talmente veritiero per l'epoca e per il luogo, che possiamo continuare a pensarlo come il vero tema di quel bambino. Ecco, ora torna alle tue vacanze, ai luoghi, a come trascorrevi le giornate, ai giochi, alle persone e alle case, agli odori, i sapori, i gesti e le parole... e trascrivile, con semplicità, come nel più classico dei “temini”. Sarà un patrimonio di ricordi che ci permetterà di attraversare queste epoche, così vicine



TESTO LEGGIBILE - Le vacanze le ho passate come quelle dell'anno scorso che erano come quelle di due anni fa. Stavolta in più ho aiutato mio *barba Berto* che fa il *calgaro* e gli facevo *deslenguare la peisce nel cassuolino*, così mio barba un giorno mi ha portato giù a Voltri che c'erano i banchetti e sui banchetti c'erano i sigari, i *pescetti* e i *recanissi* che me ne ha comperato uno che *me l'ho sussato* ben bene prima di mangiarmelo. Dalle galline non ci sono andato tanto perchè mi hanno beccato e ci ho dovuto mettere il *diacolone*, mentre ai conigli ci ho fatto anche il *barconetto* con mio papà. M'è piaciuto quella volta a S. Pietro, quando la mamma ha fatto *le lumasse* e *piumpò me le mangio tutte*. Tutti i *depuidirnari* andavo a *pescare nel beo*; una volta ho preso una *salaccata* che sono andato a bagno perchè sono montato *sullo scoglietto che è sempre insavonato* dove mia mamma e *mia lalla ci roscentano i patelli*. Però queste vacanze sono state belle perchè siccome ero promosso mio papà *mi ha accattato una messoietta* per segare l'erba e io *mi sono demorato tanto che n'avrò segato per così*. E' bello stare in vacanza perchè botte ne prendo solo a casa e no anche dalla maestra e poi se vado a scuola *desprendo di fare i massetti di radicione*. Se però bisogna venerci a scuola dico: “*Va ben è bello anche imprendere a leggere e scrivere*”.

Questo bambino era fortunato perché frequentava la scuola elementare quando pochi potevano permettersi l'istruzione e dovevano invece andare a lavorare. Per questo, il 12 giugno si celebra la Giornata mondiale contro il lavoro minorile.

Per dare un'idea del contesto: nel 1911 l'Italia registrava quasi 36 milioni di abitanti (oggi quasi 59) e gli iscritti alla scuola elementare erano 3 milioni 354mila; all'università erano appena 28mila: il 9,3% a indirizzo scientifico, 35,7% giuridico, 19,8% medico, 19,2% ingegneria, 7,3% letterario, 4,9% economico-statistico e 3,2% agrario.

Quell'anno, il 24% degli uomini e il 35% delle donne non ha sottoscritto l'atto di matrimonio perché non sapevano scrivere.

eppure così lontane. E chissà quanti tra lettori si ritroveranno poi in quelle parole. Prendi quindi carta e penna o la tastiera del computer, tablet o telefonino, torna con la mente ma soprattutto con il cuore alle vacanze della tua infanzia e lascia che la mano scriva... Poi inviaci lo scritto, magari corredato da foto dell'epoca.

SCRIVICI COME PREFERISCI
Via posta a Redazione Corfole Via Chiose 32H 16047 Moconesi GE; via mail a redazione@corfole.com; Whatsapp o Telegram 379 161 4857

MACELLERIA
LA CITTADELLA

Via Parma 244 Chiavari 0185.382429
Selezione di carni di eccellenza locali
Luganega e salumi nostrani

BOTTEGA
LA CITTADELLA

Via Doria 16 Chiavari 0185.309573
Alimentari - Drogheria - Pulizia
Giardinaggio - Mangimi - Zootecnia

TEMPO DI GRIGLIATA!

Braciole, salamelle, bistecche e molto altro!
La nostra cabannina a KM 0
E anche la **marinatura** pronta!

NOVITÀ: IL TIGRINTO!
carne di maiale nero
allevato allo stato brado,
da filiera corta tracciata.
SOLO DA NOI!

Piantine da orto

Estate al Minigolf di Santa

Divertimento per tutti al fresco degli alberi
Chiosco bar con gelati, aperitivi, merende e snack a tutte le ore!

*Campo 18 buche omologato dalla FIMg

MINIGOLF
SANTA MARGHERITA L. | CORSO RAINUSSO 16 | 388.7615414
Orari: da martedì a domenica 10:00-13:00 e 16:00-24:00



RADICI - di Pier Luigi Gardella

BATTILANA, I CARDATORI

Il cognome di origini venete è entrato nella cultura e toponomastica ligure

Una popolare filastrocca genovese dice:

**Batilin e Batilan-na,
mêza stóppa e mêza lan-na,
mêza lan-na e mêzo lin,
o cavallo o no l'è róscin...**

Il cognome, in realtà, è di origine veneta e ha una bassa diffusione in Liguria, concentrata oltre che a Genova, soprattutto a Castiglione Chiavarese, Sestri Levante e Casarza dove esiste anche la frazione Battilana. Quindi, qualche attinenza ce l'ha anche col nostro territorio.

ORIGINI

Il capostipite era probabilmente un cardatore di lana cui era stato affibbiato questo soprannome. Ma poteva essere anche un materassaio che anticamente adoperava due bastoni legati assieme per battere la lana e renderla soffice. Su un dizionario del XVII secolo di tale Giovanni Torriano (1639) il *battilana* viene tuttavia definito come operaio tessile. Altri studiosi fanno risalire il cognome a coloro che eseguivano la follatura dei tessuti di lana che è un'operazione che consiste nel compattare il tessuto attraverso l'infeltrimento, per renderlo compatto e in alcuni casi impermeabile.

CURIOSITÀ

La cardatura era un procedimento che veniva prima della filatura della lana. Il nome deriva dalla pianta del cardo. I fiori essiccati di questa pianta, pieni di punte, servivano a districare la lana e a liberarla dalle impurità prima di procedere alla filatura. Dal cardo derivarono il nome anche i cardacci, piccole assi di legno sulle quali vi erano infilati dei chiodi, che facilitavano la cardatura. Già presso gli Egizi si usava il cardo per la lavorazione della lana e Carlo Magno nei Capitolari (812 d.c.) ne raccomandava la coltivazione nell'orto. Fino agli inizi dell'Ottocento, alla cardatura si dedicavano i **battilana** e i materassai, mestieri antichi che hanno avuto anche riconoscimento nella storia e nelle tradizioni di molti territori italiani: erano entrati a far parte di vere e proprie Congregazioni i cui rappresentanti erano rispettati e onorati. Il complesso dell'Università dei Battilani fu un'istituzione storica di Firenze, che comprendeva una serie di attività legate ai lavoratori affini dell'Arte della Lana. Essi lavoravano stendendo la lana su stuoie formate da canne. E quindi iniziava un lavoro tutto di muscoli, con i battilana a sfidarsi tra loro impugnando semplici bastoni. La lana perdeva la polvere e i nodi e diventava soffice. Uno strato dopo l'altro serviva a imbottire i materassi. Solo in tempi recenti furono inventate le cardatrici.

PERSONAGGI NOTI

Giuseppe Battilana, nato a Trigoso nel 1806 e morto a Genova nel 1877, fu un medico famoso in Piemonte e in Liguria per i suoi studi e la sua operatività in tempi di colera. L'**azienda Battilana** 1850 prende il nome dal vigneto storico Battilana, acquistato appunto nel lontano 1850 dalla famiglia Mignacco e oggi interamente coltivato con il vitigno "timorasso" in alta Val Borbera.



DIFFUSIONE 286 Veneto, 78 Lombardia, 53 Friuli V.G., 42 Liguria, 38 Emilia-Romagna, 14 Piemonte, 13 Lazio e Basilicata, 4 Umbria e Toscana, 3 Abruzzo, 2 Marche e Campania, 1 Sardegna, Puglia Trentino A.A. e Valle d'Aosta (fonte: Cognomix)



POLITICA ANTISPRECO - di Giansandro Rosasco

LIMONE, IL RE SOLE DELL'ESTATE

Lo si utilizza per limonate, gelati, dolci e piatti freschi, ma poi che ne farne degli scarti?



rante la loro espansione in Persia, ma ne fecero uso solo dopo la sua diffusione in Spagna e Italia meridionale ad opera degli Arabi. Infine la completa diffusione del frutto in Europa si deve ai Crociati che dall'Oriente lo importarono con il nome *Limun*.

ECCO COME USARLO PROPRIO TUTTO!

Anzitutto, dei piccoli accorgimenti per far uscire tutto il succo: 1. meglio limone a temperatura ambiente; 2. fallo rotolare avanti e indietro delicatamente sul tavolo, il tagliere, etc: questo aiuta a rompere le membrane della polpa e quindi a rilasciare il succo. E dopo averlo spremuto? Ecco tante idee per l'**UTILIZZO DEGLI "SCARTI"**. Ricorda: per usi alimentari utilizza SOLO limoni non trattati.

Sale o zucchero aromatizzato - Taglia la scorza in strisce sottili, avendo cura di eliminare la parte bianca, falle essiccare e poi polverizza con un frullatore: utilizza la polverina per aromatizzare zucchero e sale da usare per dolci, biscotti e gelati o pesce, insalate, etc.

Rendere il tè verde ancora più salutare - I benefici di questa bevanda aumentano spremendo all'interno succo di limone e, ancora di più, se si utilizzano anche le scorze.

Combattere i cattivi odori in lavastoviglie - Metti la buccia all'interno e avvia il programma: le stoviglie saranno anche più lucide!

Sgrassare le superfici lavabili della cucina - Hai sporcato o unto il piano da lavoro? Spargi del sale e strofina con mezzo limone. Lascia agire per alcuni minuti e poi asciuga con un telo di cotone. NO su superfici in marmo o in materiali sensibili alle sostanze acide!

Sgrassare i piatti - Hai spremuto dei limoni e ti sono rimaste le metà vuote? Strofinale sui piatti da lavare: saranno sgrassati e deodorati.

Detersivo piatti fai-da-te, naturale al 100% - prendi 3 limoni e taglia in pezzi grossolani, eliminando i semi ma mantenendo la buccia; quindi frulla con un bicchiere di acqua e 2 cucchiaini di sale; versa in una pentola, aggiungi altri 2 bicchieri di acqua e un bicchiere di aceto e porta il tutto a ebollizione; poi mescola per dieci minuti. Lascia raffreddare e riponi in un contenitore di vetro per usarlo all'occorrenza.

Pulire la caffettiera e la teiera - Un mix di acqua e limone è perfetto per la pulizia di teiere e caffettiere, di cui preserva l'igiene senza comprometterne l'efficienza e senza lasciare residui che potrebbero intaccare il sapore delle nostre bevande preferite.

Far brillare rame, ottone e superfici metalliche - Strofinare con mezzo limone poi asciuga con un telo di cotone.

Tenere lontani gli insetti - Tieni la scorza di limone vicino a finestre e porte. Inoltre, lavare il pavimento con un mix di acqua, aceto e limone vi preserverà da fastidiose invasioni di formiche.

Pulire e disinfettare i taglieri - Passa metà limone sulla superficie, insistendo sulle eventuali macchie, e lascia agire per alcuni secondi. Quindi procedi con un normale lavaggio e asciuga con un telo.

Ammorbidire la pelle dei gomiti - Spargi del bicarbonato su mezzo limone, tienilo su ciascun gomito per alcuni minuti, sciacqua e asciuga.

Far lievitare meglio il Pan di Spagna - Aggiungere qualche goccia di limone all'impasto ne favorisce una lievitazione uniforme e ottimale.

Evitare che il riso si attacchi alla pentola: aggiungi all'acqua alcune gocce di succo di limone.

Agriturismo
Casone de Larvego
Per un pieno di natura e genuinità
e per i tuoi momenti speciali...

I NOSTRI MENÙ

Buongustaio Antipasti, primo, secondo e contorno, dolce, acqua, vino, caffè e liquorino. €25	Buona forchetta Antipasti, 2 primi, 2 secondi e contorni, dolce, acqua, vino, caffè e liquorino. €30
--	--

EVENTI
Spazio e cibo
Sale interne e spazi
esterni per cerimonie,
meeting aziendali
e team building
Chiedici info!

Loc. Cichero | 333.2121161
Aperto dal venerdì sera a domenica a pranzo | Richiesta prenotazione
Disponibili per eventi, meeting aziendali e team building

Angelo Gnecco, i tetti di Genova e la sua 500
339.6469500 - facebook: Case di Genova e della Liguria

Artista genovese, si è fatto notare a Levante durante la kermesse del Giro d'Italia. E non è un caso. Gnecco è infatti anche un ex ciclista e ovviamente appassionato di questo sport. Negli anni '60 ha portato a casa qualche buon risultato e poi ha fondato il "Giro della Liguria", uno dei principali appuntamenti del mondo amatoriale. Raggiunta l'età pensionabile, si è dedicato alla costruzione di modellini di barche e poi ha scoperto la pittura, con una caratteristica: i suoi quadri sono "in piedi", lunghi e stretti come le tipiche case genovesi che dipinge ovunque, su piastrelle, zucche e persino su alcune Fiat 500 che fanno bella mostra di sé in Via San Lorenzo, dove espone ogni fine settimana. Turisti e passanti amano farsi scattare una foto a fianco di queste vetture, tanto da essere stato recentemente nominato "Ambasciatore di Genova nel mondo".



Diama un titolo a questa foto!

Chiavari, scatto di Michela De Rosa

"La carne in scapola"

Il commento di Andrea Montemagno sulla nostra pagina facebook.com/Corfole vince un omaggio a scelta tra DVD, Blu Ray, videogiochi e libri!

SE VEDI UNA COSA STRANA, DIVERTENTE O POLEMICA, FAI UNA FOTO E INVIALA A redazione@corfole.com o al 379.1614857

FOTOQUIZ: COSA VEDI?



Guarda bene, riesci a capire di cosa si tratta? **Indizio:** è un'unica foto e non il collage di quattro. Ti abbiamo solo creato ancora più confusione? Non ti preoccupare, sei tra le migliaia di persone che si sono sentite confuse da questa foto scattata in Grecia, dove il muro di una casa e il paesaggio di mare e cielo sono perfettamente divisi in quattro quadranti. La foto è stata pubblicata su Reddit da [51moneyvlg](https://www.reddit.com/user/51moneyvlg).

#ZENEIZE

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



DIAMO I NUMERI!

Cominciamo con i cardinali. Diversamente dall'italiano i primi tre hanno maschile: *un, doi, tréi*, e femminile: *unn-a, dôe, træ*. Gli altri, fino al 20, sono tutti diversi: *quàttro, çinque, sêi, sêtte, éutto, nêuve, dêxe, ûnze, dôzze, trêzze, quatôrze, chinze, sêzze, dîsêtte* (la i è lunga! Per questo si ha anche la versione *dînsêtte*), *dixéutto, dixinêuve, vinti*. Con la sola eccezione di *vinti* e dei numeri terminanti in *un* e in *éutto*, dove si ha l'elisione: *trentùn, çinquantéutto*, i numeri diventano composti e si formano così: 35 = *trénta e çinque, trent'e çinque*, ovvero *trentecinque* (errato *trentacinque*), *sciusciantenêuve* (errato *sciusciantanêuve*), e così per gli altri. In più si ripristina il maschile e il femminile per quelli terminanti in 2 e 3: *vinidoi gâtti, trentetræ ôche*, da confrontare con *quarantùn dône*. I numeri delle date sono sempre maschili: 2002 = *doimilladoi*. Gli ordinali sono simili all'italiano; cito quelli più diversi: *segóndo, sêtimo (o setén), nôno (o novén), dècimo (o dèximo o dexén), sedicêximo, dîsetêximo*, ecc. Ricordo infine i sostantivi *çentanâ* (centinaio, maschile) e il plurale *çentanæa* (centinaia, femminile, errato *çentanæe*); *migiâ* (migliaio, maschile) e il plurale *migiæa* (migliaia, femminile, errato *migiæe*): *o gh'à çentanæa de libbri*, e *gênte êan vegnûe a migiæa*.

DÊXE MIÂ LÎE; ÇINQUE CÎTTI DE PÀN;

O L'É ÊRT'IN CÎTTO:

ÂNCHE STI CHI SÓN NÙMERI!

TRATTORIA COLOMBA

SGABEI A VOLONTÀ CALDI E CROCCANTI!
da gustare con **TRIPUDIO** di salumi e formaggi... e per finire, con la **NUTELLA!**
Acqua, vino e caffè
€20 su prenotazione

Pranzo di lavoro €11
Menù Tagliata km0 €25
Menù Domenica €25
Sempre compresi acqua, vino, caffè e dolce

TAVOLI all'aperto
Cerimanie, 45 pasti

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

LA MIA PRIMA COMUNIONE

#LOSAPEVI?

Curiosità,
miti, leggende e
informazioni utili



GIUGNO, LA LUNA DELLE FRAGOLE
E L'IPERICO SULLA PORTA DI CASA



Ogni mese la luna ha una sfumatura diversa, dal giallo pallido all'arancione. A giugno si tinge di rosa ed è soprannominata Luna delle Fragole per il colore e per le leggende legate al periodo migliore per la raccolta di questo frutto. Quest'anno, è visibile nella notte del 4 giugno, completamente illuminata nella costellazione dello Scorpione, vicino alla sua stella più luminosa, Antares. Ma sin dai tempi antichi, quello di giugno è un periodo "magico" ed è credenza che le erbe raccolte in questi giorni e poi bruciate nella notte di San Giovanni abbiano poteri miracolosi. Le nove erbe sono: Ruta, Verbena, Vischio, Lavanda, Timo, Finocchio, Piantaggine, Artemisia e l'erba di San Giovanni per eccellenza, cioè l'Iperico, che in greco significa "proteggere" e per questa ragione è bene appenderne un ramo alla porta di casa per tenere lontani "gli spiriti cattivi".

#AVVOCATO

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



DONAZIONE INDIRETTA E CONTO CORRENTE BANCARIO

Giorgio (nome di fantasia per motivi di privacy) ci scrive che il suo caro amico Mario (nome di fantasia per motivi di privacy) ha aperto un conto corrente bancario cointestato con lui.

Quando Mario è deceduto, Giorgio ha scoperto da un estratto conto che l'amico aveva versato grosse somme di denaro. Giorgio afferma che l'intenzione del suo amico era quella di donargli quantomeno la metà delle somme ora presenti sul conto cointestato e che numerose persone possono testimoniare lo spirito di liberalità con il quale l'amico ha aperto quel conto cointestato.

Ora però gli eredi legittimi di Mario affermano che la totalità dei denari presenti sul conto corrente spetta a loro, in quanto sarebbero di esclusiva e totale proprietà del deceduto. Il nostro lettore ci chiede se sia possibile per lui dimostrare che almeno la metà di quei soldi sono di sua spettanza per averli ricevuti in dono dall'amico.

Mi sento di rispondere affermativamente al quesito posto dal nostro lettore.

Infatti, la Suprema Corte in un caso identico ha statuito che la cointestazione di un conto corrente bancario, fin dal primo momento della sua apertura, è indizio della volontà di colui che lo apre di donare indirettamente all'altro contestatario la metà della provvista presente sul conto.

Ciò sul presupposto che colui che ha aperto il conto cointestato lo abbia alimentato esclusivamente con denari propri. Affinchè si configuri, nel caso che ci occupa, una donazione indiretta - afferma la Suprema Corte - colui che ha interesse a farla qualificare tale ha l'onere di dimostrare, anche mediante la prova testimoniale, la presenza dello spirito di liberalità in capo al donante, spirito che comunque il giudice può desumere da qualsiasi altra circostanza utile (si veda Cass. Sent. 4862/ 2018).

In mancanza della prova di questo spirito, la provvista presente sul conto cointestato e alimentata esclusivamente da uno solo dei contestatari, deve considerarsi di esclusiva spettanza del cointestatario che li ha versati sul conto e in caso di decesso di quest'ultimo dei suoi eredi.

#OTORINO

dott.ssa Alessandra Grillone - Medico chirurgo

Prenotazioni visite e consulti: 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



TOSSE DA REFLUSSO? ECCO COME RICONOSCERLA

Tosse secca, ipersalivazione, necessità di deglutire frequentemente, di "raschiarsi" la gola e di "schiarire" la voce. Sono alcuni segnali di infiammazione della laringe, irritazione che causa la raccolta di liquido infiammatorio con il conseguente gonfiore e sensazione di soffocamento, tosse, etc.. Può manifestarsi a seguito di infezioni, inalazione di sostanze irritanti (fumo di sigaretta, smog, etc.) ma anche dai gas acidi che risalgono dalla stomaco. In questo caso è laringite da reflusso. La mucosa laringea non ha meccanismi di difesa per il reflusso acido che è pertanto capace di sviluppare un danno alla mucosa, anche per quantità minime e per tempi di esposizione molto brevi.

COME SI EFFETTUA LA DIAGNOSI

Può non essere semplice poiché una gran parte dei pazienti (tra il 40 ed il 75 %), non lamenta la sintomatologia tipica da reflusso, ovvero bruciore e rigurgiti. Pertanto, la bassa sensibilità dell'indagine con esofago-gastroscoopia non è di aiuto nella diagnosi, e la pHmetria esofagea (ovvero il monitoraggio per 24 ore del pH esofageo volto a dimostrare la presenza di "ambiente acido"), considerata una analisi affidabile, non può essere proposta come test. L'unico modo per diagnosticare la laringite da reflusso, sia in pazienti adulti che in pazienti in età pediatrica, è attraverso la laringoscopia, esame indolore, dalla durata di pochi minuti e a paziente sveglio, che visualizza lo stato irritativo tipico del reflusso.

Questa indagine mostra una tipica laringite con: iperemia (aumento del flusso sanguigno) ed edema (accumulo di liquidi che produce gonfiore). Tali condizioni, se protratte nel tempo, possono complicarsi con ulcerazioni e noduli (granulomi) delle corde vocali e della laringe, e con l'edema di Reinke, ossia una particolare forma di infiammazione cronica delle corde vocali. Quindi bisogna tenere presente che, se è vero che il reflusso gastroesofageo si manifesta di solito con sintomi tipici come piroisi e rigurgito, tuttavia è ormai dimostrato che si può manifestare con sintomi atipici. In particolare le prime vie respiratorie, di pertinenza dell'otorinolaringoiatra, sono le più facilmente coinvolte (fino al 70% dei casi), tanto che il reflusso gastro-esofageo deve essere considerato un importantissimo co-fattore infiammatorio nelle patologie respiratorie, che va sempre indagato e controllato.

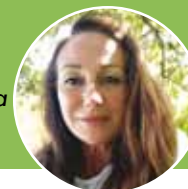
NUOVA RUBRICA

#DREAMWORKER

Francesca Pastorino, operatrice olistica professionale

specializzata in Dreamwork con formazione certificata da S.I.A.F Italia

Per info e consulti: 339.3795392



COSA SIGNIFICA SOGNARE LA NOSTRA FAMIGLIA?

La famiglia è il nucleo in cui cresciamo, proviamo le prime emozioni e impariamo regole, valori e convincimenti che vengono introiettati e formano il nostro carattere. Incide quindi profondamente nella nostra vita e la condiziona più di quello che amiamo ammettere. Anche chi voglia tagliare i ponti con il passato dovrà fare i conti con questo retaggio. Questo spiega perché nei sogni ha tanta importanza. I familiari possono apparirci come sé stessi o come simbolo di aspetti "ombra" della nostra personalità. Il Sogno infatti è un processo di elaborazione di sentimenti e conflitti e ha molti poteri, tra cui quello di suggerire soluzioni a volte impensate dalla nostra parte razionale. In prati-

ca, il sogno ci offre gratuitamente l'opportunità di cambiamenti importanti. Ciò che è particolarmente importante sono le emozioni provate nei sogni e quelle provate al risveglio, che saranno la chiave di lettura centrale della sessione di Dreamwork.

ALCUNI CASI TRATTATI

Maria mi contatta per lavorare sui suoi sogni in cui i protagonisti sono quasi sempre i familiari. Vive avventure notturne in cui si sente la "pecora nera", creandole angoscia. Nel lavoro fatto insieme attraverso il Dreamwork è riuscita a vedere chiaramente quanto il condizionamento del "detto familiare" l'abbia relegata ad incarnare un ruolo non autentico e finalmente se ne è liberata, ritrovando quella serenità tanto cercata. **Rosa** attraverso la descrizione di un sogno molto complesso, con pazienza e fiducia, ha scoperto un evento premonitore familiare incredibile che si è realizzato dopo quasi un anno dal lavoro fatto insieme su quel vissuto onirico indimenticabile per entrambe! Ha addirittura scoperto il nome del padre biologico.

EVENTI di GIUGNO

Presso Associazione Moonshine, Orero

INFO: 339.3795392

*Domenica 11, H09.30-18.00: esperienza di **Costellazioni familiari** con Helmut Libero Masetti

*Mercoledì 14, H09.00 **webinar gratuito** "Il potere dei sogni e le intenzioni" (chiedi link via Whatsapp)

*Giovedì 15, H20.30: **Cerchio dei sognatori**

*Martedì 20, H20.30: **Lezione sul mondo onirico**

*Venerdì 30: **Apericinema** (chiedi info)

#COMMERCIALISTA

dott. Francesco Mandolfino

Per consulenze:

0185.934120

340.2984225

www.studiomandolfino.it



SPESE UNIVERSITARIE E MOD. REDDITI 2023 PF

SPESE DETRAIBILI

O tasse di immatricolazione e iscrizione (anche per anni fuori corso o corsi di specializzazione), le sopratte per esami di profitto / laurea nonché la "ricognizione" ossia il diritto fisso dovuto per anno accademico nel caso in cui l'iscrizione non sia stata rinnovata per almeno 2 anni consecutivi e si intenda riattivare l'iter accademico

LA DETRAZIONE CAMBIA COL REDDITO

O riconosciuta interamente in presenza di reddito complessivo non superiore a € 120.000;

O progressivamente ridotta in caso di reddito complessivo superiore, fino ad azzerarsi per un reddito pari o superiore a € 240.000.

PER CHI E COME PAGARE

O la detrazione spetta anche se sono sostenuti per un familiare fiscalmente a carico;

O devono essere (state) pagate con mezzi tracciabili; bonifico, bollettino postale, carte di credito o debito e prepagate, assegni, PagoPA, ecc.

PER QUALI SCUOLE, ISTITUTI E UNIVERSITÀ

O Università statali: detraibile il 19% dell'intero importo corrisposto (non è previsto un limite di spesa);
O Università non statali: detraibile il 19% dell'importo corrisposto, "in misura non superiore a quella stabilita per ciascuna facoltà con decreto del Ministero dell'istruzione, tenendo conto degli importi medi delle tasse e contributi dovuti alle università statali".

È possibile beneficiare della detrazione anche per le spese di frequenza di:

O Istituti tecnici superiori (ITS)

O corsi universitari di specializzazione

O corsi di perfezionamento tenuti presso l'Università

O corsi presso i Conservatori di Musica e gli Istituti musicali pareggiati, equiparati ai corsi universitari

O corsi statali di alta formazione e specializzazione artistica / musicale / coreutica istituiti (conservatori, istituti superiori di studi musicali, accademie di belle arti statali, accademia nazionale d'arte drammatica, accademia nazionale di danza, istituti superiori per le industrie artistiche - AFAM). Non rientrano le

spese per l'iscrizione presso istituti musicali privati
O Tirocini Formativi Attivi per la formazione iniziale di docenti presso Facoltà universitarie o Istituzioni di alta formazione artistica, musicale e coreutica

O corsi di formazione per il conseguimento dei CFU / CFA per l'accesso al ruolo di docente

SPESE NON DETRAIBILI

O contributi pagati all'Università pubblica per il riconoscimento del titolo di studio conseguito all'estero

O acquisto di testi e materiale scolastici (cancelleria)

O viaggio, vitto e alloggio. **Per le spese di alloggio sostenute dagli studenti universitari fuori sede è possibile fruire della specifica detrazione.**



REGALATI *il viso e il sorriso*
che hai sempre desiderato.



Igiene orale +
controllo +
sbiancamento
con detartrina

60€



Estrazione +
impianto in titanio +
moncone +
corona in ceramica

990€



4 impianti in titanio
con ancoraggio a sfera

4.990€



Protesi totale mobile
12 elementi

890€



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

6.990€



**Lastre e
panoramica
direttamente
in studio**

Estetica del viso **VIENI A SCOPRIRE IL FILLER**



*Utilizzi per uomo e donna
nelle diverse età:*
ringiovanimento o
correttivo (labbra sottili,
cicatrici, sottomento, forma
del naso, linea della mascella)

*Fissa una visita di consulenza
e scopri cosa possiamo fare per te*

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

LAVAGNA Piazza Milano 12
0185.697401 | 335.6446836



TRIBOGNA
 Via Sopra la Chiesa 16
 Parcheggio privato
 0185 144 07 03

Casa di Riposo il Castagno

Contattaci

Il Castagno
 Residenza
 per la terza età

COME UNA SECONDA FAMIGLIA

Il Castagno nasce da una nuova idea di Casa di Riposo in Liguria: non solo una struttura per anziani autosufficienti e parzialmente autosufficienti con servizi medici e infermieristici h24, ma un ambiente familiare protetto e al tempo stesso aperto alla relazione con il mondo esterno, capace di rispondere ai bisogni di cura e assistenza di ogni ospite, diventando un punto di riferimento per l'intero territorio.

Un approdo sicuro, un'oasi completamente immersa nel verde e nella natura nel tranquillo Comune di Tribogna, che regala a chi la sceglie come propria residenza bellissimi panorami, comoda da raggiungere da Recco, dalla Val Fontanabuona e dalle principali città del Tigullio, e a poco più di mezz'ora da Genova.

 Assistenza medica H24	 Fisioterapia e ginnastica	 Animazione e svago	 Ortoterapia e giardino attrezzato
 Menù vari, equilibrati e personali	 Lavanderia, stireria e cura della persona	 Piani di assistenza individuali	 Segreteria aperta h09-18

MERCATINO *di zona*

INVIARE I TUOI ANNUNCI A 379.1614857 (SMS - Whatsapp - Telegram) o redazione@corfole.com

GRATUITI: Immobili cerco, Cerco/offro lavoro, Regalo/Cerco/vendo tra privati, Animali | **A PAGAMENTO:** Immobili offro, Personali, Professionali, Motori, Corsi e ripetizioni
 Gli annunci gratuiti sono pubblicati a discrezione della redazione che può accorciare il testo e si manleva per quanto contenuto. Inviando l'annuncio consento a IDT-Midero di contattarmi a scopo informativo o promozionale



3500180130

CERCO VETRINETTE E GIOCHI
 per Museo del Videogioco a ingresso gratuito. Inoltre, console e videogiochi anche vecchi e rotti, riviste, adesivi, magliette e qualsiasi cosa a tema.
 328.22556519

CERCO IN REGALO fumetti Bonelli, Topolino, Walt Disney. 328.22556519

REGALO 100 tips dual form per ricostruzione unghie, causa inutilizzo 3389690772



SET COLTELLI NUOVO CON CEPPO
 Diverse lame e misure, per ogni necessità + forbice. Molto affilati. Con scatola e custodia salvalama.
 29€ 328.22556519



- Scooter elettrico per persone con difficoltà motorie, acquistato fine 2021, pari al nuovo
 - **SCONTO 50%:** da esposizione in fiera, NUOVA vasca con sportello per persone con difficoltà motoria.
 Franco 350 0180130

CRAI Il tuo nuovo supermercato è a **MONLEONE DI CICAGNA**
 Via Pian Mercato 5B (Statale 225)

DALL'8 AL 21 GIUGNO

DOPPIA CONVENIENZA:
TANTI SCONTI SULLE **GRANDI MARCHE** E SUI **FRESCHI**

GELATO
 Barattolino Sammontana vari gusti, gr 500

-45%
 invece di € 4,49

€ 2,49

PUOI VINCERE*

50 SPESE GRATIS PER 1 ANNO

E IN PIÙ

1.000 BUONI SPESA DA 50€

Vieni a scoprire tutte le OFFERTE

VENDO

- Forno Rational iCombi Pro professionale compreso di abbattitore 347 444 7567
- 2 botti in vetroresina da 400 l e 200 l in buone condizioni €100. 340 3991563
- 20 bamboline folkloristiche di tutta Europa, €20; 200 pupazzetti da collezione: Mega Troy, Walt Disney, Ferrero, etc. €40. 345023 0431
- Ricambi carrozzeria x Nissan Quasquai 2011 Provenienti da auto nuova ma alluvionata: 2 portiere anteriori, 2 portiere posteriori, 1 cofano, 1 paraurti anteriore. I pezzi sono verniciati di colore nero in perfette condizioni. 3407895434
- Triciclo vintage (manca un pedale) Euro 150, mobili camera classica intagliata composta da: como, 2 comodini, 2 poltroncine, tavolino (legno e marmo) Euro 350 - 3475764910
- Sollevatore disabili elettrico come nuovo con imbracatura 366.4129445
- Vendo anche singolarmente: 50 pallet ordinari a 3€ cad + 15 pallet EPAL/EUR a 8€ cad. Sconto per chi li prende tutti insieme. whatsapp al 328.22556519



FONTANABUONA
IMMOBILIARE

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





 <p>CICAGNA CENTRO: In Casa Bifamiliare Appartamento con Soggiorno, Cucina Abitabile, 2 Camere, Bagno, Balcone. <u>Ampia Cantina.</u> <u>Stufa legna in cucina.</u> <u>Posizione comodissima</u> a mezzi e negozi. <u>Nessuna Spesa condominiale.</u> <u>Parcheggio libero</u> a pochi metri € 62.000 <small>Ci G spe - 14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100</small></p>	 <p>BARGAGLI: Porzione di casa bifamiliare con giardino e terreno Disposta su due livelli composta da ingresso in soggiorno spazioso con cucina a vista, Due camere da letto, ulteriore cucina, Due bagni, Balcone, Tavernetta, Parcheggio € 149.000 <small>Ci G spe - 14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100</small></p>	 <p>CICAGNA: CASA INDIPENDENTE RECENTE COSTRUZIONE 2 Ingressi indipendenti, Cucina abitabile, 2 Camere Matrimoniali, 2 Bagni, Balcone Sottotetto. Cantinetta. Lavabo in Marmo Riscaldamento Autonomo. <u>FINESTRE ALLUMINIO 2 VETRI.</u> <u>PORTE LEGNO MASSELLO.</u> € 69.000 <small>Ci G spe 75,55 kw/10mq anno SOLEGGIATA</small></p>	 <p>MOCONESI ALTA: Appartamento composto da Ingresso, Cucina Abitabile, 2 Camere, Bagno, Balcone. <u>AMPIA TERRAZZA VIVIBILE</u> Riscaldamento Autonomo <u>PARZIALMENTE ARREDATO</u> € 23.000 <small>Ci G spe - 14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100</small></p>
 <p>SCOFFERA: 2 Appartamenti attigui di complessivi 90 mq totali 1°: Ingresso Soggiorno Cucinino Camera Bagno Balcone 2°: Ingresso Soggiorno con cottura 2 camere Bagno Cortile privato Facile creazione di un unico spazioso Appartamento. TOTALI € 35.000 <small>Ci G spe - 14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100</small></p>	 <p>CICAGNA CENTRO: Appartamento di 90 mq composto da ingresso in corridoio, Soggiorno, Cucina abitabile, 3 Camere, Bagno con finestra, Ripostiglio. Termoautonomo con stufa a legna in cucina. Pavimenti in legno. € 49.000 <small>Ci G spe - 14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100</small></p>	 <p>FERRADA - CICAGNA: Porzione di Casa Bifamiliare composta da Ingresso, Ampio Salone, Cucina, 4 Camere, Bagno da realizzare, 2 Balconi, Cantina, <u>Box Auto</u>, <u>Giardino</u>. Carrabile. Da Ristrutturare internamente. <u>TETTO A POSTO.</u> € 59.000 <small>Ci G spe - 14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100</small></p>	 <p>GATTORNA - BASSI: Appartamento indipendente con giardino e orto Ingresso Cucinino Soggiorno 2 camere Bagno Terrazza a tetto Cortile Giardino Orto a fasce <u>Abitazione da ristrutturare</u> Piano secondo senza ascensore Zona aperta nel verde con parcheggio pubblico a pochi metri da casa € 35.000 <small>Ci G spe - 14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100</small></p>
 <p>TRIBOGNA: Villette a schiera di nuova costruzione composte da Ingresso Soggiorno con angolo cottura Camera da letto matrimoniale Camera doppia 2 bagni Parcheggio coperto privato Parcheggio pubblico Spazioso giardino e cortile privati A Partire da € 120.000 <small>Ci G spe - 14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100</small></p>	 <p>NEIRONE: Casa semindipendente totalmente ristrutturata composta da Ingresso in soggiorno con camino, Cucina spaziosa, 2 camere da letto, 2 bagni, Terrazza vivibile coperta, Taverna ampia con forno a legna, Giardino spazioso, orto recintato. € 139.000 <small>Ci G spe - 14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100</small></p>	 <p>CICAGNA CENTRO: VILLETTA INDIPENDENTE RISTRUTTURATA Ingresso in soggiorno con zona cottura 2 Camere, Bagno, Ripostiglio/lavanderia Taverna, <u>Ampio giardino pianeggiante privato e recintato.</u> Accesso carrabile, <u>2 posti auto privati.</u> Soleggiata. € 198.000 <small>Ci G spe - 14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100</small></p>	 <p>BARGAGLI: Casetta completamente indipendente di 50 mq su 2 piani Composta da ingresso in Soggiorno con Cottura, Camera, Bagno con doccia e finestra, Terrazza vivibile, <u>Giardino.</u> Riscaldamento Autonomo. Piccolo tratto pedonale. <u>RISTRUTTURATA</u> € 69.000 <small>Ci G spe - 14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100</small></p>
 <p>FERRIERE: Appartamento con <u>Ampia Terrazza Vivibile</u> <u>Giardino Privato</u> Ingresso indipendente in Soggiorno Cucina abitabile, 3 Camere, Bagno con finestra, Cantina. Termoautonomo. <u>SOLEGGIATO</u> Comodo Parcheggio Pubblico € 38.000 <small>Ci G spe - 14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100</small></p>	 <p>CICAGNA CENTRO: Appartamento in ottimo stato al terzo piano senza ascensore in piccola palazzina <u>senza spese condominiali</u> Ingresso in soggiorno con cucina a vista, Camera, Bagno, Ripostiglio € 37.000 <small>Ci E lpe 201.14 kw/10mq anno</small></p>		
 <p>LEZZARUOLE: Appartamento al 1° piano in casa trifamiliare composto da ingresso in corridoio, cucina abitabile, 2 camere, bagno, al piano terra cantina e terza camera. Giardino in condivisione <u>Posto auto coperto privato</u> Zona soleggiata con vista aperta € 28.000 <small>Ci G spe - 14/15/16/17/18/19/20/21/22/23/24/25/26/27/28/29/30/31/32/33/34/35/36/37/38/39/40/41/42/43/44/45/46/47/48/49/50/51/52/53/54/55/56/57/58/59/60/61/62/63/64/65/66/67/68/69/70/71/72/73/74/75/76/77/78/79/80/81/82/83/84/85/86/87/88/89/90/91/92/93/94/95/96/97/98/99/100</small></p>			

OFFERTE DI LAVORO

- Per incremento rete di insegnamento cerchiamo persone con capacità di uso PC/Tablet/ Smartphone, pazienza e gentilezza per corsi base e/o avanzati. Inviare CV a info@idt-midero.com
- Ricerchiamo Tecnico-Manutentore per settore elettrico e idraulico. 0185.311324 o 393.3111408
- Termosanitari Xolezzi srl a Chiavari ricerca installatori termoidraulici/idraulici e apprendisti
- Sicurcasa cerca posatori di serramenti. Zona di lavoro tra Genova e La Spezia, prevalentemente nel Tigullio. Inviare cv a info@sicurcasa.it
- Onoranze funebri Arata a Gattorna cerca personale a chiamata
- Beauty Première Rapallo Chiavari Santa Margherita cerca estetista /massaggiatrice con inserimento immediato. 339.5991151
- Vallesanta beauty & spa cerca Estetista Specializzata con possibilità di contratto a tempo indeterminato. 345 4464940
- Hotel a Sestri L. cerca portiere di notte, un minimo di esperienza, disponibilità immediata, preferibilmente conoscenza lingue; cv a direzione@miramaresestrelivante.com
- Hotel Clelia a Deiva Marina cerca cameriera/e di sala. Contattare Anna 335472605.
- Hotel San Pietro Chiavari cerca bagnino, pizzaiolo e camerieri
- Cercasi collaboratore per stagione estiva in gelateria a Sestri L.: athosquadrelli@libero.it
- Bar "Il Caffèsito" Chiavari cerca cameriere/a o barista con esperienza da lunedì a sabato h11- 15. Portare curriculum in Via Trieste 15 A/B
- Ca' de Pria Caruggi Chiavari cerca personale di sala, dalle h17 a chiusura da martedì a domenica
- La Vermuteria Chiavari cerca camerieri e barista per la stagione. Possibilità di contratto continuativo. Turno serale. Presentarsi di persona
- Gastronomia Olga Chiavari cerca camerieri turno serale, uno/due giorni di riposo a settimana
- Panificio a Camogli cerca commessa. Presentarsi in Via della Repubblica 134 o Via Garibaldi 68
- Impresa pulizie di Lavagna cerca addetto/a per assunzione, si richiedepatente B 0185371333

HAI 1 MEZZA GIORNATA AL MESE PER LAVORO SEMPLICE?

CORFOLE RICERCA DISTRIBUTORE AUTOMUNITO PER ZONA RECCO
Distribuzione testata in punti prestabiliti come negozi, bar, supermercati etc (no volantinatori) a Camogli e Recco.
Impegno: mezza giornata al mese con calendario annuale prestabilito.
Primo periodo di affiancamento in prova e poi gestione in autonomia. Possibilità di altre mansioni, in base a predisposizioni
INFO: info@corfole.com o 0185.938009
in orari di ufficio dal lunedì al venerdì

REGALO RUSTICO

USCIO, A POCHI KM DA RECCO, REGALO rustico 130mq con ulteriore casetta 50mq e ampia area esterna.

333 89 68 498

CESSIONE ATTIVITÀ

A pochi minuti da casello autostrada Lavagna, cedesi conosciuto e avviato negozio con laboratorio artigianale per vendita diretta abbigliamento sportivo, tempo libero e costumi

NE Via Garibaldi 21
www.giadacollection.it - 0185 337162



Gianelli
ONORANZE FUNEBRI

La nostra umanità al Vostro servizio

LE NOSTRE SEDI
GENOVA
Via Terpi - 49r
Via Colano - 24r-28r
CHIAVARI
Via Sampierdicanne 85a

Funerale completo da 1580€

NUMERO VERDE GRATUITO
800587747



Devi ospitare PARENTI O AMICI IN VISITA? OPERAI IN TRASFERTA?

C'è Enjoy The Green! Appartamento ad uso turistico e lavorativo. Anche per pochi giorni. Perfettamente ristrutturato e ammobiliato, fino a 7 posti letto. Qualità ricettiva recensita dagli ospiti: stelle 4.8/5 Airbnb, 5/5 facebook
INFO: 338.5933282
pagina: www.facebook.com/enjoythegreen.
appartamento.liguria



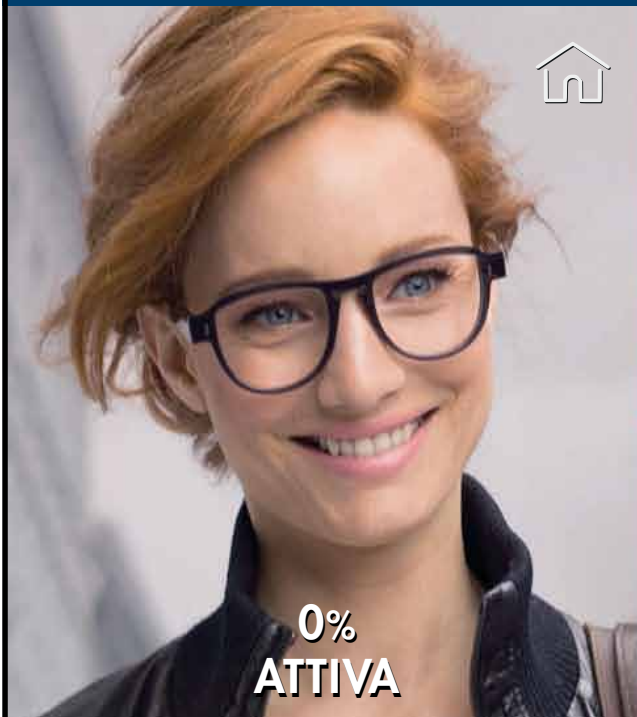
A.A.U.T. GE 005715 Licenza nr. CITRA 010036-LT-0007



ISOLANI

ISTITUTO OTTICO

PARTNER TECNICO DEL VOSTRO MEDICO OCULISTA DI FIDUCIA



0%
ATTIVA



50%
ATTIVA



100%
ATTIVA

LENTI FOTOCROMATICHE

Per vedere bene i nostri occhi hanno bisogno di luce. È necessario però che **solo la giusta qualità e quantità di luce li raggiunga.**

Le lenti fotocromatiche, che scuriscono al sole proporzionalmente all'intensità dei raggi UVA/UVB, **sono le lenti ideali perché possono essere indossate negli ambienti chiusi, all'aperto, tutti i giorni e tutto il giorno.**

Sono realizzabili **con tutte le tipologie di lenti da vista compreso le lenti progressive, adattando il colore al cromatismo soggettivo.**

Numerosi i colori di lenti fotocromatiche in commercio: dal tradizionale grigio alle colorazioni più di tendenza come lo zaffiro. Gli amanti della moda potranno **personalizzarle con l'aggiunta della polarizzazione e specchiatura**, per rendere lo sguardo ancora più accattivante.

Siamo accreditati per il **BONUS VISTA.**
Per maggiori informazioni visita: isolani.com/bonus-vista.html



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

GENOVA
Via Casaregis, 36a
Tel. 010.562340

GATTORNA
Via XXIII Settembre, 4
Tel. 0185.934986

RAPALLO
Via della Libertà, 13A
Tel. 0185.232071

GENOVA
Via Palestro, 9/11r
Tel. 010.8315182

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

GENOVA VOLTRI
Via Camozzini, 28r
Tel. 010.6136572

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

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

SAVONA
Via Guidobono, 28r
Tel. 019.810447

SANREMO
Via Roma, 55/57
Tel. 0184.634927

isolani.com
f @ in ▶
**AMPI PARCHEGGI
GRATUITI**