



LA TESTATA PIÙ DIFFUSA DEL LEVANTE | INDIPENDENTE | NESSUN FINANZIAMENTO PUBBLICO | CARTA RICICLATA

Aut. Trib. Chiavari n.5 17/10/2000 | Via Chiose 32H 16047 Moconesi (GE) 0185.938009 | 379.1614857 | redazione@corfole.com | Facebook/Corfole | Editore Idt-Midero di Giansandro Rosasco | Dir. Resp. Michela De Rosa



DIETRO AL FESTIVAL

Laura Bianchi di Sestri Levante tra i fotografi ufficiali della kermesse, ci racconta quello che non abbiamo visto

-pag.16



FORZA FRANCESCO!
In questa fase per lui delicata, vogliamo dedicargli un pensiero di speranza, con la sua leggerezza -pag.4



QUEL RAGAZZO CON UN SOGNO DENTRO
Da un chiosco a 21 locali e 250 dipendenti: cosa c'è dietro al successo del Gruppo Pinna -pag.8



A CACCIA DI LUPI
Con Paolo Rossi sulle tracce degli animali selvatici che popolano i nostri boschi -pag.6 e 7



"DISUMANO"
In alcuni ospedali chi al decesso è positivo al coronavirus, trattato come in pandemia. Medico avvia raccolta firme -pag.3

INDISPENSABILI

GIANNI KARAOKE
Con impianto professionale per locali e feste private.
Whatsapp al 348.0582672

NUTRIZIONISTA
Dott.ssa Grazia Lo Presti, Medico chirurgo, dietologa, gastroenterologa
Per appuntamento: 346 66 84 585

ONORANZE FUNEBRI
L'umanità di Gianelli al vostro servizio. Funerali da 1580 euro
Chiavari e Genova
NUMERO VERDE 800587747

IL DENTISTA, LAVAGNA
Odontoiatria, endodonzia, impiantologia, sbiancamento, Invisalign, medicina estetica
DOTT. SASSONIO
P.zza Milano 12, 0185.697401

IL DENTISTA, CARASCO
Dott. Michele Marino, Igienista
Dott.ssa Simona Torarolo
Via Montanaro Disma 32/1
Tel 0185.350603

MOBILITÀ E BENESSERE
Poltrone alzapersona, scooter e tricicli elettrici, apparecchi elettromedicali, vasche agevolate
Chiavari 351.7088883

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

PER ESSERE QUI
0185.938009



I fontanini che salvarono l'hockey
I fratelli Rosasco risolsero un problema che nessun americano aveva superato -pag.12 e 13



Quando il cielo ha fatto gru gru
Sembrava un tuono, ma era il canto di oltre 20.000 uccelli che hanno sorvolato la Liguria: uno spettacolo!

RUBRICHE
Diventa un PUNTO DI RIFERIMENTO!
CHIEDICI COME
0185.938009



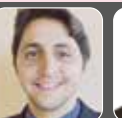
CURIOSITÀ



NO SPRECO



DIRITTO



FISCO



GENOVESE



SALUTE

MERCATINO
di ZONA! - p. 22-23

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.fontanabuonaimmobiliare.com 0185 938578



DA OLTRE 25 ANNI IN TUTTE LE FAMIGLIE
CON 20.000 COPIE, LA TESTATA PIÙ DIFFUSA (E AMATA) DEL TERRITORIO

Totalmente autofinanziato: lo leggi gratuitamente solo grazie alla pubblicità

PER I TUOI ACQUISTI SCEGLI CHI PERMETTE CHE CORFOLE RESTI GRATUITO!

QUI TROVI I
DISTRIBUTORI UFFICIALI
ma trovi Corfole anche in molti
altri negozi ed edicole!

Diventa anche tu
distributore ufficiale
PROMUOVI
la tua attività,
FAI FELICI
i tuoi clienti
e ne trovi di nuovi!

0185.938009
info@corfole.com



CHIAVARI

Cane e Gatto

Via C. Battisti 1, 0185.325218
Toilettatura, alimenti e
accessori per i nostri amici
animali



CHIAVARI

Mondoscucito

Via Dante 118,
0185.309703
Filati, riparazione macchine
da cucire e corsi cucito



CHIAVARI

Palestra Quercus

Via Parma 2R 0185.304955
Sala pesi e corsi per tutti:
chiamaci per trovare i più
adatti a te!



CHIAVARI

La Cittadella

Via Doria 16, 0185.309573
Bottega storica con
vendita al dettaglio,
all'ingrosso e "a peso"

IL DISTRIBUTORE DEL MESE



MAI PROVATO I PANUZZI DI PIZZERIA NETTUNO?

Tutto cotto in FORNO A LEGNA! Giuseppe e Claudia vi aspettano a
Lavagna in Via XX Settembre 7. Saletta, servizio asporto e consegna a
domicilio a Lavagna, Chiavari, San Salvatore (prenotazioni dalle 18 alle
21:30). Ogni pizza da asporto, lattina di Pepsi in omaggio! **392.2229198**



USCIO

Calissi Gelati & Caffè, aperitivi

Via Garaventa 33,
0185.91119
Ingredienti e prodotti
di prima qualità



CARASCO

Star Wash

Via Roma 16
371.5617649
Lavanderia a gettone,
anche lavatrici
specifiche per animali



BANCO NEI MERCATI

GL Garibaldi

Lunedì Recco; martedì Zo-
agli e Varese L.; mercoledì
Casarza; giovedì Lavagna;
venerdì Santa Margherita e
Deiva; domenica Moneglia



COGORNO

Elettromax

Corso IV Novembre 28
0185.380416
Vendita e installazione
elettrodomestici, tv, illu-
minazione e lista nozze



GATTORNA

Nestori Garden

Via Romana 4
0185.934697
Piante, fiori, tutto per orto
e giardino, addobbi e corsi
di potatura



SAN SALVATORE DI COGORNO

Bar Maria Gelateria dal 1971

C.so Risorgimento 156, 3791118719
Ricche colazioni, spuntini e pausa pranzo, aperitivi, snack
salati e gelato artigianale. Inoltre serate a tema, grande
veranda, tabacchino fornitissimo, Lotto, Superenalotto
Gratta e vinci, servizi pagamento bollette e ricariche



11 CENTRI OTTICI IN LIGURIA

GENOVA
C.so Buenos Aires, 75r
GENOVA
Via Cosareggi, 35a
GENOVA
Via Palestr, 9/11r
GENOVA VOLTRI
Via Corazzini, 28r
RAPALLO
Via della Libertà, 13A
GATTORNA
Via XXII Settembre, 4
RECCO
L.mare Bello, 43/45
SAVONA
Via Giacobbe, 28r
CHIAVARI
Via F. De'jimo, 8/8A
SESTRI LEVANTE
Via XXI Aprile, 57/59
SANREMO
Via Roma, 55/57



FAVALE

Pasticceria Galletti

Via Ortigaro 17, 0185.975000
Torte personalizzate,
biscotti, pasticcini e
merendine genuine



CAVI DI LAVAGNA

Panificio Perrone

Via Pavia 35, 0185.390543
La focaccia per due volte
vincitrice del
Figassetta Award!



FERRADA

Lavanderia Wilma

Via Colombo 10/B,
347.0391619
Da lun a ven 9/12 e
15.30/19; sab 9/12



RECCO

Nuova Erre Effe

Via S. Rocco 87B/2
0185.722681
Showroom di 270mq e
officina di infissi e scale



FERRADA

Cap Gomme

Via Colombo 59
0185.939751
Ricambio gomme
e officina meccanica.

Ancora oggi i pazienti che al momento del decesso risultano semplicemente positivi al virus, vengono trattati come in piena pandemia

DEFUNTI CHIUSI IN SACCHI NERI COM'È POSSIBILE CHE ACCADA ANCORA?

Medico in pensione lancia la **raccolta firme** per ridare dignità ai morti

- di Michela De Rosa

Lo sappiamo, vorremmo tutti dimenticare, andare oltre, non sentir più parlare di covid, coronavirus e tantomente di morti. Ma dobbiamo parlarvene. Perché, mentre ogni giorno emergono documenti e studi che rivelano quante pratiche mediche fossero del tutto errate o addirittura nocive, alcune di queste vengono ancora utilizzate. E possono riguardare chiunque di noi.

Tra tutte, quella più orribile e inspiegabile è sicuramente il trattamento che ancora oggi viene riservato ai degenti ospedalieri che al momento del decesso risultano positivi al coronavirus, anche se non presentano alcun sintomo e il decesso è stato causato da altre patologie. Molte sono le testimonianze riportate dai parenti: proprio a seguito di queste è stata avviata una raccolta firme per fermare questa procedura. L'iniziativa è del **dott. Maurizio Matteoli**, genovese di adozione (ha vissuto a Genova e qui ha frequentato i primi tre anni di Università), Pediatra ospedaliero in pensione già direttore dell'Unità Operativa di Patologia neonatale dell'ospedale civile di Nola; Coordinatore dell'ambulatorio pediatrico per la profilassi e cura della TBC; Giudice onorario della Corte di Appello per i minorenni di Napoli. Pesanti le sue parole: "Non immaginavo che ancora succedessero queste cose negli ospedali italiani. È scandaloso e inaccettabile. E che nessuno poi si lamenti se sondaggi e atti concreti rivelino quanto poca sia la fiducia e la stima verso noi medici".

LA PETIZIONE

Ecco il testo: "Chiudere le salme dei positivi al Covid in sacchi di plastica è una prassi aberrante. In relazione a quello che ancora avviene negli ospedali italiani, chiedo, nella mia qualità di medico, che il Ministro Schillaci intervenga rapidamente per dare direttive chiare e urgenti rispetto alle "disposizioni" da parte delle Direzioni Sanitarie che, 5 anni dopo, ancora impongono di "rinchiudere" in sacchi di plastica, subito dopo il decesso, i cadaveri di coloro che sono risultati positivi ai test covid che, non si sa per quale oscura ragione, vengono tuttora eseguiti su chiunque si ricoveri in ospedale per qualsiasi motivo. **Una ferrea disumanità, priva di qualsiasi giustificazione medico scientifica**, che impedisce ai familiari di dare ai propri cari deceduti in ospedale il saluto che ritengono opportuno per serbare il loro ricordo e si trovano di fronte, in sala mortuaria, soltanto un sacco che contiene le loro spoglie."

COME FIRMARE

Basta andare sul sito **change.org** e nello spazio per la ricerca (di fianco al simbolo della lente di ingrandimento) scrivere Matteoli: arriverete così alla petizione "Chiudere le salme dei positivi al Covid in sacchi di plastica è una prassi aberrante". Poi non dovrete fare altro che seguire le indicazioni e in pochi secondi avrete contribuito a dare voce a questo appello.



Milano Mio padre, morto di Covid, chiuso dentro un sacco senza dignità

IL MIO PAPÀ È DECEDUTO A MILANO, il 19 gennaio 2025, la mattina. Dal 26 dicembre era ricoverato nel Reparto Covid, una stanzetta con due persone, della clinica Città Studi (ex Santa Rita) di Milano. Papà, persona indipendente e di-

da Il Fatto Quotidiano

IL MIO PAPÀ È DECEDUTO A MILANO, il 10 gennaio 2025. Dal 26 dicembre era ricoverato nel reparto Covid, una stanzetta con due persone, della clinica Città Studi (ex Santa Rita) di Milano. Papà, persona indipendente e dignitosa, aveva perso la moglie da otto anni, ma conduceva una vita indipendente, orari precisi, pasti, passeggiate, tv, insomma, tutto quello che può fare un 86enne ancora attivo (con tutte le sue patologie). La sera che è stato ricoverato (pressione sanguigna altissima, assenza totale di volontà e di movimento, non presente a nessuno stimolo) la dottoressa del Pronto Soccorso mi telefona e mi dice che c'è un posto nel reparto di Medicina generale. Sono contento. Dopo neanche mezz'ora, controdordine. Papà ha il Covid, si torna in astanteria, bisogna attendere un nuovo posto nel reparto Covid. Il giorno dopo vado a trovarlo, è in PS, faccio fatica a stare con lui, ha flebo dappertutto, mi parla a malapena, dice che mi vuole bene. Dalla sera è in un altro "reparto", una stanzetta con un signore più giovane che non sa neanche che cosa ha (così lui mi dice). Mio padre è incosciente, vedo che ha grandissime difficoltà a respirare. Capisco che siamo agli sgoccioli. Lo lascio a fatica, verso le 21 credo sia il 29 dicembre. La mattina dopo mi chiama una dottoressa dall'accento sudamericano, mi fa capire che ha poche ore di vita. Mi precipito. In realtà starà con noi ancora un giorno e mezzo circa. La mattina che muore mi preparo per vestirlo con il suo abito preferito. Mi dicono che non posso, che verrà messo in un sacco chiuso, che non potrò più vederlo, rimarrà nell'obitorio dell'Ospedale, il commesso si scusa ma questa è la "procedura". Nessuno di noi potrà più toccarlo, non potremo portarlo in Casa Funeraria, salutarlo con i parenti e gli amici, con la bara aperta. Tutto dovrà essere chiuso, sigillato. Non so neanche se gli sia stato fatto un test prima della morte. Io penso si tratti di una "svista": non credo che nel 2025, una persona di 86 anni deceduta di "Covid" debba essere chiusa in un sacco come un marine, nascosto agli occhi di tutti. Perché? Chi può contaminare? È un pericolo reale? Vorrei che queste mie parole siano pubblicate, è l'unica possibilità che ho per denunciare questa ingiustizia a un uomo onesto che ha vissuto con rigore e dignità.

Nicola Agostino Mirco Bergamaschini

SE DAVIVI SI POSSONO TOCCARE E CURARE, COME POSSONO ESSERE UN PERICOLO DA MORTI? Un cadavere non può contagiare una malattia respiratoria, semplicemente perché non respira, non starnutisce, non tossisce e non emette goccioline di saliva.

EMERGENZA FINITA, MA OGNI ASL E OSPEDALE PUÒ DECIDERE COME TRATTARE I DECEDUTI Pur essendo le misure emergenziali decadute per espressa disposizione del Ministero, ogni Azienda Sanitaria può disporre a proprio piacimento il trattamento dei deceduti risultati positivi al coronavirus.

ALTRE TESTIMONIANZE

“Stessa sorte per mia zia a Portogruaro (Veneto) ad agosto: ricoverata in ospedale per una cosa, dopo un po' di giorni diventa positiva. La situazione degenera, muore e viene chiusa dentro un sacco dell'immondizia senza farla vedere ai parenti.” (Eugenio F.)

“Mio cognato è morto in ospedale a ottobre. Sacco nero, senza vestiti, rosario, immagini sacre che mio marito aveva dato e chiesto di mettere. Aveva 57 anni.” (Esther Myriam T.)

“Da viva tutti potevano vederla e toccarla (muniti di guanti, mascherina e camice). Da morta, buttata così com'è, in un sacco della spazzatura e chiusa in una bara.” (Nicolao B.)

“ABBIATE IL CORAGGIO DI ESSERE FELICI”

In questo periodo di apprensione per la sua salute, vogliamo dedicare un pensiero a Papa Francesco, ricordando la sua genuinità, la forza e la capacità di essere un uomo tra gli uomini

- di Tiziana Gentile

“Buonasera!”. Si era presentato così al mondo il 13 marzo del 2013 dal balcone di Piazza San Pietro, rompendo il rigido protocollo con la sua spontaneità e facendo immediatamente capire che il suo papato sarebbe stato diverso, più genuino e meno formale dei precedenti. Una ventata di novità che ha sorpreso tutti, tranne gli argentini che già lo conoscevano bene e che lo amavano proprio per la sua schiettezza e la sua vicinanza alla gente, soprattutto a quella in difficoltà cui si è sempre dedicato. Papa Francesco, al secolo Jorge Mario Bergoglio è un ponte tra più mondi. Figlio di un ferroviere e di una casalinga piemontese, salpati da Genova alla ricerca di un futuro migliore “nel nuovo mondo”, ha passato la giovinezza in un *barrio* (quartiere periferico) di Buenos Aires dove ancora vive la sorella, sperimentando tutte le sfumature della vita.



LE SUE FRASI PIU' CELEBRI

“La felicità non si compra, non abbiamo un'app per essere felici. La felicità viene solo dall'amore”

“Meglio essere atei che cristiani ipocriti”

“I soldi devono servire, non governare”

“Costruiamo ponti, non muri”

“La vera grandezza si misura dalla capacità di farsi piccoli”

“I bambini sono il sorriso di Dio”

CALCIO, CIBO E TANGO

Sfumature che traspaiono dalla sua personalità e di cui non fa mistero. È un grande appassionato di calcio e tifoso sfegatato del San Lorenzo, la squadra del suo quartiere. E ama anche il tango argentino, simbolo del suo Paese: da ragazzo ballava con la fidanzatina, cui aveva sussurrato “Se non mi sposi mi faccio prete!”. Apprezza la buona cucina e i suoi piatti preferiti sono il risotto con i funghi e i calamari in umido, che ha mangiato anche di recente quando è andato a trovare i suoi parenti nel basso Piemonte. Gli piace il cinema, in particolare quello neorealista italiano. Il suo regista preferito è Federico Fellini.



LA SUA FORZA? L'UMILTÀ

Quando era arcivescovo di Buenos Aires, rifiutava l'auto con autista e si spostava sui mezzi pubblici, parlando con la gente comune. Non ha mai vissuto nelle residenze lussuose della Curia, preferendo un modesto appartamento. Una volta, ormai Papa, vedendo la lunga fila di auto blu pronte ad accompagnarlo, ha esclamato: “Ma siamo in un corteo presidenziale?” e ha chiesto una macchina più piccola. Un aneddoto celebre quasi come quello delle scarpe rotte: durante un viaggio a Lampedusa in molti notarono che indossava scarpe vecchie e consumate. Quando gli chiesero perché non ne comprasse di nuove, rispose semplicemente: “Finché camminano, vanno bene”. Non a caso anche dopo essere stato eletto, ha scelto di vivere nella Casa Santa Marta invece che nel Palazzo Apostolico, dove non ha mai mangiato da solo, preferendo condividere i pasti con i dipendenti vaticani. Una cosa mai vista prima.

“LA LIGURIA NEL MIO CUORE”

Papa Bergoglio ha origini liguri: la madre Maria Regina Sivori era originaria di Santa Giulia, sulle alture di Lavagna; la nonna, Margherita Rosa Vassallo, era invece di Piana Crixia in Valbormida. Intervistato dal ligure doc Fabio Fazio a “Che tempo che fa”, ha ricordato un episodio di quando era bambino scherzando sulle sue origini liguri e sulla proverbiale taccagneria: “Sono cresciuto in una famiglia normale, che come tante doveva scegliere se comprare una cosa o un'altra e che per andare avanti faceva molti sacrifici. Da bambino sognavo

di fare il macellaio perché vedevo che il macellaio del quartiere aveva una borsa bella grande dove metteva i soldi che guadagnava e pensavo 'sarebbe bello' avere una borsa così. E qui si capisce la mia radice genovese. Anche i piemontesi sono attaccati al denaro, eh, ma sono più bravi a dissimulare!”.

DALL'ALTO:

- un'iconica immagine che ha fatto il giro del mondo
- a fine 2022, durante un pranzo domenicale a casa della cugina Carla, in Piemonte
- tra i giovani, coi quali sa entrare in sintonia come pochi Papi prima di lui

QUANTE PRIME VOLTE!

Primo Papa sudamericano, primo gesuita, primo a chiamarsi Francesco (come il santo che si spogliò di tutti i suoi beni), primo a denunciare la corruzione in Vaticano, primo a esprimersi a favore degli omosessuali, primo a telefonare ai fedeli che gli scrivono, primo a partecipare a un talk show in diretta tv, primo a visitare una moschea e un tempio buddista, primo a fare selfie con i giovani, primo ad aprire un profilo sui social e primo a lavare i piedi a detenuti, incluse donne e musulmani. Nessuno nella sua posizione si era mai espresso così duramente contro la guerra e i potenti del mondo che la alimentano, generando molte inimicizie ma anche grande ammirazione della gente comune che lo ha riconosciuto come uno di loro. Uno di noi.

Il nuovo collegamento autostradale della Fontanabuona guarda oltre le auto

IL TUNNEL SI FA GREEN

Pista ciclabile, percorso pedonale, alberi e casello in armonia con l'ambiente

Un passo alla volta, lentamente, ma nella giusta direzione, quella che va verso la definizione degli ulimi particolari e che renderanno il Tunnel di collegamento costa-entroterra un esempio di infrastruttura green (letteralmente “verde”), ovvero il più possibile integrato nell'ambiente e in dialogo col territorio.

Sono state inviate infatti al comune di Rapallo e agli altri enti locali la VIA (Valutazione di Impatto Ambientale) e le prescrizioni del Ministero, che ha dato il proprio assenso all'opera, a patto che si ripensi la barriera e che si mettano in sicurezza i corsi d'acqua limitrofi ai viadotti. Sancendo inoltre che con la progettazione esecutiva dovrà esserci anche un percorso ciclabile e pedonale a snodarsi lungo il percorso del tunnel e i collegamenti con le strade già esistenti. E non solo, la Via prevede anche la mitigazione dell'impatto di gallerie, dei viadotti e del nuovo casello previsto in località Aveno, a Tribogna.



Immagine di repertorio.

NON SOLO AUTO: PISTA CICLABILE E VIA PEDONALE

Vengono richiesti “interventi di rinaturalizzazione attraverso opere di ingegneria naturalistica, con riferimento ai corsi d'acqua modificati” e di intervenire lungo la nuova strada “con siepi arboree e alberi da collocarsi seguendo le morfologie naturali, i terrazzamenti e la maglia fondiaria”. In particolare, nel progetto esecutivo bisognerà mitigare, sul lato di Rapallo, il viadotto della finestra di Arbocò, “con riferimento alle visuali che si avranno dalla strada e dai nuclei abitati”. Quindi siepi, alberi, e anche una pista ciclopedonale che sia “integrata alla sentieristica locale e alla ciclovie della Fontanabuona”.

ARMONIA CON L'AMBIENTE

Da migliorare secondo i tecnici anche gli imbocchi delle gallerie Caravaggio e Fontanabuona, mentre vanno bene la rotonda di ingresso sulla 225 e il nuovo ponte sul Lavagna. Più impegnative le raccomandazioni che riguardano il casello lato Tribogna che dovrà prevedere “un miglior raccordo tra il nuovo pendio e i versanti esistenti, garantendo un'armonica saldatura tra il nuovo andamento del terreno e l'attuale morfologia”. Si indicano anche soluzioni cromatiche meno impattanti “scegliendo il colore nella gamma delle terre, così come anche per le rampe di inserimento nella A12, lato Rapallo, sempre per “mitigare l'impatto delle visuali pubbliche”.

Trovata un'altra rara volpe argentata CACCIA ALL'ALLEVAMENTO ILLEGALE

Quella trovata a Lavagna non ce l'ha fatta, questa volta ci sono buone speranze ma non avendo conosciuto la vita in natura, non potrà essere liberata

In pochi mesi è il secondo recupero di questo raro e bellissimo animale: il primo al casello autostradale di Lavagna. Ferita, magra, debilitata, disidratata, rifiutava il cibo e nonostante le cure non c'era stato niente da fare. Pochi giorni fa un'altra volpe argentata è stata recuperata a Moconesi mentre si aggirava in un giardino in evidente stato di difficoltà. Debilitata a causa della rogna è stata portata al Cras (Centro recupero Animali Selvatici) gestito da Enpa Genova (Ente nazionale per la protezione degli animali). L'animale è sotto terapia ed è molto vitale: “Questo ci dà buone speranze, ma non trattandosi di un animale selvatico, non potrà essere liberata. Cercheremo la miglior soluzione possibile per offrirgli una vita dignitosa”. Un'altra segnalazione era giunta dalla Val D'Aveto, rafforzando l'ipotesi dell'allevamento. Queste volpi dal pelo scuro e argentato sono state selezionate dall'uomo per farne pellicce e la loro detenzione in Italia è illegale. Ci auguriamo di capire presto il luogo in cui vengono detenuti, se sono stati liberati o sono fuggiti.



Potrebbero esserci altre volpi detenute per farne pellicce: ENPA lancia un appello a chiunque possa aiutare a identificare l'allevamento illegale 010 72 12 178

VEX POPULI
Le migliori segnalazioni dalla rete

LAVAGNA

Continuavo a guardare quest'immagine e a chiedermi: “Perché?”. Perché sopra il letto di un bambino piccolo e malato, posizionare un'immagine terrificante? Chi ha concepito e approvato un disegno di questo tipo? - Max Cla



CHIAVARI

Questa piazza è bellissima ma sono d'accordo con chi critica la posizione delle panchine. È vero che ci saranno delle aperture verso Villa Rocca ma non si potevano disporre panchine doppie, quindi rivolte anche verso il portico? - Zia Franca



Cosa sono 16.000 euro per la rimozione di un cancello e 4 dissuasori - Maria Rosa Buschini



PASTICCERIA GALLETTI
DILLO con una TORTA
Biscotti e frolle, torte, cioccolato, merendine, e altre golosità artigianali!
Favale di M. | 0185.975000
www.pasticceriagalletti.it
EFFETTUIAMO SPEDIZIONI!

NONSOLO FOCACCIA
VIENI A PROVARE IL NOSTRO CASTAGNACCIO
E PRENOTA LA NOSTRA COLOMBA
PANIFICIO PERRONE | Cavi di Lavagna Via Pavia 36 | 0185.390543

Festa della MAMMA
Festa del PAPA
REGALI LI TROVI QUI!
ELETTROMAX Piccoli e grandi elettrodomestici
Illuminazione | Liste nozze | LEGO
Cogorno C.so IV novembre 28 0185.380416

YOKOHAMA
CDG ONE Consulente di Guida
Tel. 0185/939751 Fax. 0185/939447
GO CAP Gomme
Walter 3479401984
Andreino 3487040176
E Mail: caggomme@libero.it
AUTO-MOTO-CAMION-FUORISTRADA-MOVIMENTO TERRA
CONVERGENZA ELETTRONICA-CERCHI IN LEGA
FURGONE ATTREZZATO PER INTERVENTO SUL POSTO

NUOVA ERRE EFFE RECCO Via S. Rocco 87 B2
TEL 0185/722681
www.nuovaerreffe.it | info@nuovaerreffe.it
AMPIA ESPOSIZIONE
Serramenti in alluminio, legno e pvc
Porte interne e blindate - Tapparelle
Tasso zero IN 20 RATE
50%
CONTATTACI ORA
per il tuo preventivo!

PAOLO ROSSI, UNA VITA DEDICATA ALLA SCOPERTA DELLA NATURA SELVAGGIA CHE CI CIRCONDA

ASCOLTA... È IL CANTO DEI LUPI

Anni passati nei boschi per fotografare gli animali più schivi, tornati sui nostri monti dopo oltre un secolo di assenza

di Andrea Carugati



Paolo Rossi è un "cacciatore di lupi". Li cerca tra i monti degli Appennini che separano - ma anche uniscono - quattro regioni e quattro Province: Genova, Alessandria, Pavia e Piacenza. Segue le loro tracce, si apposta pazientemente per giorni e notti e appena ne individua uno, estrae la sua arma e fa click: ed ecco un'altra delle sue preziose foto. Paolo è fotografo documentarista, regista e accompagnatore naturalistico, ma soprattutto è un amante degli animali selvatici che vivono nei nostri boschi, dove i lupi oggi vivono in pianta stabile e dove sono tornati anche i cervi e addirittura il gatto selvatico, un animale molto schivo che si dava per scomparso.

Come hai iniziato quest'avventura?

Sono cresciuto sulle colline di Nervi, sotto il monte Giugo, in quella Sant'Ilario dove si pensa che vivano solo i ricchi. Invece vengo da una famiglia contadina, i miei vecchi vivevano con la mucca al piano terra per riscaldarsi e mi hanno insegnato l'importanza della condivisione tra noi e gli animali. La passione è nata camminando sui monti dietro casa negli anni '80, quando a vedere un cinghiale, che allora erano rari, ti sembrava di essere nella Savana. Sono sempre stato attratto dalla natura, è una via per espandere gli orizzonti e mi ha arricchito molto più di tanti libri. Ho proprio bisogno del verde. Ancora oggi se non mi sento tanto in forma faccio una camminata in un bosco, anche al freddo, e il più delle volte mi passa tutto.

Abbiamo bisogno di natura?

Credo di sì, e lo dimostra il fatto che nei momenti di grande paura, agitazione e sconcerto - basti pensare al periodo della pandemia - in molti hanno rivolto lo sguardo verso i boschi, per cer-

care pace, sollievo e rigenerarsi. Viviamo vite frenetiche, con molte distrazioni, lavori alienanti e totalizzanti, priorità legate ad aspetti innaturali. Viceversa, non mi è mai capitato di andare per boschi e tornare indietro perché mi sentivo a disagio, anche se capisco che all'inizio non sia facile addentrarsi nella natura. Anche io le prime volte avevo un po' di timore, portavo con me mille pensieri e ci è voluto tempo per comprendere che ci sono più rischi in una città che in un bosco.

A proposito di rischi, la convivenza coi lupi è possibile?

Ai nostri figli insegniamo ad attraversare sulle strisce e solo quando c'è il semaforo verde per i pedoni, a guardare a destra e a sinistra, giusto? Ecco, con i lupi è la stessa cosa. Ci sono regole che bisognerebbe insegnare a tutti, anche nelle scuole, visto che potenzialmente un incontro può capitare a chiunque. Sono animali che vanno rispettati, come tutti gli altri. Quando vado nei boschi, ad esempio, non lascio mai libera la mia cagnolina, per salvaguardare lei e loro. Vivo la mia esperienza con la consapevolezza che non siamo noi i padroni dei boschi, quindi mi premuro di non mettermi in condizioni di avere un incidente o di provocare in loro paura, rabbia, appetito.

Gli allevatori hanno una visione diversa

Fare il loro lavoro è diventato più complicato, non c'è dubbio. Bastano davvero pochi accorgimenti per proteggere greggi e animali domestici. Se lasci libere le pecore, non costruisci un recinto e non hai i cani pastore che le proteggono, difficilmente sopravviveranno. Per chi lo fa come lavoro questi

sono investimenti necessari, anche se non ci fossero i lupi. È assurdo pensare che la soluzione sia sterminare tutti gli animali che non ci piacciono: occorre invece creare una cultura che ambisce a convivere. Ci sono molte realtà virtuose che si sono adattate e anzi, grazie ai lupi guadagnano anche di più: non fanno parlare molto di sé perché lavorano bene e non si lamentano sui giornali.

Pare che siano ovunque, anche nel Tigullio

È così. Dove ci sono le loro prede, cinghiali e caprioli ci sono loro. Ormai li si sente cantare ovunque, anche dove sono nato io.

...in che senso cantare?

Certo, non è un caso se quella zona si chiama Cantalupo, anche se l'ho capito da adulto. I nostri vecchi avevano un animo poetico. A definirlo canto me l'ha insegnato una donna dell'entroterra che ha un negozio nel paesino di Fontana Rossa, che un giorno mi ha illuminato con questa definizione. Per definire le cose dei lupi si usano sempre termini o modi negativi ma l'ululato è un canto meraviglioso. Certo, può suscitare terrore per chi non li conosce e si basa sulle voci, sulle favole, sulle leggende e sugli articoli. Quando li sento cantare mi tocca dentro, quel canto tocca corde primordiali che abbiamo tutti dentro di noi.

Che emozione hai provato quando hai incontrato il primo lupo?

È accaduto in Val Trebbia: giravano voci che fossero tornati i lupi e allora ho deciso di provare a incon-

trarli dopo anni di fallimenti. Era il 2009 e l'incontro con una famiglia, con tanto di cuccioli mi ha riempito di gioia. Ho deciso in quel momento di imbracciare la macchina fotografica e provare a catturare quel ricordo e fissarlo per sempre. La prima cosa che ho capito quando mi sono trovato faccia a faccia con loro è che non sono aggressivi. Anzi, sono scappati a gambe levate quando mi hanno visto. È stato un momento catartico, in quindici anni di incontri li ho quasi sempre visti fuggire, anche se a volte più lentamente, incuriositi.

Avete mai interagito?

Sì. Erano tre anni che cercavo di fotografare qualche esemplare in quella zona, dormendo in tenda dove capitava, senza mai accendere il fuoco per non disturbarli, ma senza alcun risultato. Un giorno, dal nulla, mi sono girato e ho visto una lupa (V. foto) che mi guardava con uno sguardo molto penetrante. Al contrario degli altri che avevo incontrato, non mostrava alcun timore e non si muoveva. Sembrava dire: "Oh, spostati, che devo passare". È stato l'incontro più spettacolare e me lo sono goduto fino all'ultimo secondo.

Cosa pensi che pensino di te?

Penso che mi considerino uno dei tanti, una persona da evitare. Un lupo bravo è quello che sa evitare l'uomo il più possibile. Hanno un olfatto finissimo e ci percepiscono a chilometri di distanza. Secondo me per loro io sono niente e per me loro sono tutto. Attese, freddo, notti in tenda in ambienti incredibili, c'è questo doppio rapporto surreale. Per me il lupo è un insegnante da ogni punto di vista ed è fondamentale nella mia vita, per lui invece io non sono nessuno. Ed è giusto così.

CHE EMOZIONE VEDERE IL GATTO SELVATICO!

Grazie a questi rarissimi scatti sappiamo che nei nostri boschi vivono ancora questi leggendari animali che si pensavano scomparsi. Si tratta di avvenimenti straordinari ed emozionanti in quanto la specie *Felis silvestris* è considerata rara ed elusiva



PER SAPERNE DI PIÙ

Ecco alcuni suoi libri e documentari per un viaggio tra i nostri boschi e l'arte della fotografia naturalistica.

WWW.PAOROSI.IT



Se volete avvicinarvi a questa passione, potete scrivergli a prossifoto@gmail.com

CONSIGLI PER OSSERVARE GLI ANIMALI DEI NOSTRI BOSCHI

Sono sempre di più coloro che si vogliono avvicinare a questi animali, fotografandoli nel loro ambiente naturale; per avere successo, nel rispetto della natura bisogna seguire alcune regole.

Mai abbassare la guardia

Non possiamo dire che i lupi siano buoni o cattivi. Sono lupi. Fanno quello che devono fare e hanno un ruolo ecologico molto importante e anche se non sono un pericolo per l'uomo - l'ultima uccisione risale a oltre duecento anni fa! - bisogna tenere gli occhi aperti, portare loro molto rispetto e dotarsi di molta pazienza.

Non vanno tracciati, vanno aspettati.

Bisogna scegliere un luogo dove pensiamo possano passare, nascondersi bene, stare in silenzio, non fare nulla che possa disturbarli e poi attendere. A volte arrivano dopo un quarto d'ora, altre volte ci sono voluti quaranta o cinquanta appuntamenti nel corso di due anni per avere la fortuna di incontrarli.



Mai dargli cibo!

Forse anche per la spinta dei social di volere apparire il prima possibile, in molti vogliono tutto e subito e per ottenerlo cercano scorciatoie al limite della legge e dell'etica. A volte ci troviamo con situazioni da denunciare alla Forestale, con gente che li alimenta pur di arrivare a una foto o un video. Non fatelo. Gli animali che mangiano il cibo degli uomini possono incorrere più facilmente in bocconi avvelenati, di cui i boschi sono purtroppo disseminati. Inoltre, a nutrirli li si invoglia ad avvicinarsi alle città, mettendo in pericolo loro e noi.

Comportarsi da ospiti

È invece bene fare tanto lavoro sul campo e studiare sui libri: più si conosce, meno si disturbano gli animali, più è facile fotografarli. Occorre essere umili e consapevoli che nel bosco siamo noi gli ospiti e quindi comportarci come tali, con rispetto della loro casa, delle loro famiglie e senza lasciare tracce del nostro passaggio.



LA CITTADELLA 1879/1930
BOTTEGA STORICA
con vendita ingrosso, dettaglio e "a peso" come una volta

Alimentari - Drogheria
Pulizia - Giardinaggio
Mangimi - Zootecnia

"Ghè de tutto còmmè a Zena!"

PATATE DA SEME e piantine da orto
OLIO TOSCANO Latta da 5lt €13.80 al litro
FARINE, VINI, LIQUORI, DOLCI, FRUTTA SECCA e CANDITA, GOLOSITÀ ed ECCELENZE

CHIAVARI | VIA DORIA 16 | 0185.309573

Gianelli ONORANZE FUNEBRI

La nostra umanità al Vostro servizio

LE NOSTRE SEDI **Funerale completo da 1580€**

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

NUMERO VERDE GRATUITO
800587747

PINNA: LA FORZA DELL'ENTUSIASMO

Partito da un chiosco, oggi ha un Gruppo che racchiude 21 locali, 18 marchi e oltre 250 dipendenti. Ed è in crescita

- di Michela De Rosa



1999, un giovanissimo Walter Pinna nel suo primo locale, a Sestri Levante



Recente foto di gruppo: Walter Pinna (48 anni, sulla destra dell'immagine) brinda in uno dei locali gestiti dal suo Gruppo, con una rappresentanza dei tanti collaboratori

Non siete stanchi di sentir parlare di crisi, crollo dei valori, mancanza di lavoro? Noi sì. Ecco perché, in linea con la nostra idea di fare informazione sempre propositiva, abbiamo deciso di dedicare uno spazio a chi si impegna a creare, innovare, tramandare e fare impresa sul territorio, contribuendo a creare l'identità locale. Scopriremo insieme il dietro le quinte, da dove nascono i sogni e le infinite vie per realizzarli. E che il successo non è mai un caso.

Quasi sicuramente siete entrati in uno dei suoi locali, avete bevuto il caffè dedicato al nonno o gustato la focaccia della nonna, fatto colazione con le ormai famose brioche, cenato con una bella bistecca o deliziati col gelato artigianale. **Walter Pinna**, oggi 48enne, in pochi anni ha letteralmente scosso il mondo del bar-ristorazione. E non solo. Parlare con lui fa capire le origini di questo successo: trasuda energia ed entusiasmo, la mente è veloce, proiettata al prossimo passo, al fare; e al contempo si percepisce un profondo radicamento ai valori, alla terra. Qualcosa di antico, lanciato verso il futuro. Ed è esattamente quello che ha fatto con i suoi locali: cogliere l'anima del territorio e trasformarla in una versione attuale. Una formula, o meglio, una visione che, partita da un piccolo chiosco ha dato vita a un gruppo che oggi conta 21 attività, 18 marchi e dà lavoro a oltre 250 persone. In costante crescita.

Da dove è partito tutto questo?

Sono partito nel 1999, con il bar Ristoro davanti all'Ospedale di Sestri Levante. Appena potevo, mi piaceva andare a vedere come lavoravano gli altri, scoprire le eccellenze, portare novità. Da piccolo chiosco nel quale lavoravamo in due, dopo

un anno e mezzo eravamo in sette. Poi, più di tanto non si poteva crescere, così ho preso il secondo locale, il Bar Piccolo di Corso Dante a Chiavari. E da lì ho capito che il mio desiderio era crescere, intraprendere, sviluppare nuove attività.

Quanto ti ha insegnato il lavoro da barista?

Mi ha insegnato tutto. A conoscere la gestione della materia prima, a capire il rapporto con le persone, a dare al cliente ciò che cerca, mi ha sviluppato la sensibilità e l'elasticità. E anche quanto è duro il lavoro pratico del barista e della ristorazione. Per questo difendo sempre il nostro personale, perché so quanto questo lavoro ti sprema. Poi un conto è farlo, un altro è farlo bene. E farlo bene richiede molte energie e attenzioni. Per questo posso capire cosa posso chiedere ai miei ragazzi.

Quale pensi che sia il tuo punto di forza?

La gestione delle persone e farle lavorare insieme. La mia forza sono i collaboratori, abbiamo creato un team forte, una sorta di famiglia.

È vero che c'è scarsità di personale?

Sì. Da una parte hanno aperto tantissimi locali, dall'altra ci sono meno persone disposte a fare questo lavoro. La qualità della vita oggi è importante, infatti siamo attenti, cerchiamo di non dare orari spezzati, dare giorni di festa, libertà. La differenza non la fanno i cento euro in più, ma il tempo. Il nostro impegno è anche volto a destagionalizzare e garantire lavoro tutto l'anno.

Cosa riesce a tenere unite oltre 250 persone?

I valori. È l'essenza, i valori è importante dividerli per far sì che le persone ti seguano nel progetto, in quello che fanno, per farlo con carica, positività, pensando che ci sia dietro qualcosa di importante, non solo "un lavoro".

A proposito di valori, dalle tue scelte emerge un forte legame con i tuoi nonni, con le tradizioni e con la terra

I miei nonni erano contadini e mi hanno trasmesso una tradizione legata più alla terra che al mare. Per questo abbiamo preso un terreno per coltivare le bietole per i nostri pansoti, un vigneto per dare il nostro vino. L'intenzione è quella di mettere in tavola il territorio, non di comprare qua e là dove conviene, ma spingere la nostra terra. Recuperare l'abbandono, risollevarlo il pessimismo, dare opportunità. Il mio caro nonno amava il caffè che mia nonna gli portava nei campi al mattino presto. Erano persone semplici silenziose, di poche parole ma di tanta sostanza. Il caffè Giobatta e i ravioli nonna Zulla sono dedicati a loro.

Vedi potenziale nell'entroterra?

C'è un turismo che spinge a manetta, la nostra regione piace e dovremmo cambiare mentalità. Unire la montagna al mare significherebbe fare scoprire la parte più autentica e smaltire il troppo turismo della costa. Il nostro Appennino è bellissimo e non ha niente da invidiare a montagne più conosciute. È lì che vado a ricaricarmi appena ho un momento libero.

Descrivi il Gruppo Pinna in tre parole

Energia, valori, passione. In qualsiasi cosa cerco il potenziale per costruire qualcosa di bello.

Quando hai capito che stavi andando ben oltre "qualche locale"?

È nato tutto strada facendo, volevo solo fare bene e poi "vediamo che succede", sperando fosse qualcosa di bello. Inutile avere ansie. Non ho paura di fallire. Se non andrà bene, pazienza: prendo lo zaino e mi metto in viaggio.

La tua positività è in qualche modo controcorrente rispetto al mugugno, che è molto presente anche nel mondo dell'impresa

Quello che ci tengo a dire è che non è tutto così brutto, impossibile o inarrivabile. Sicuramente è difficile, ma difficile è stimolante. Il mugugno fa solo perdere tempo ed energie, nell'imprenditoria è vietato. Quando si mugugna, si cade in una sorta di fango di negatività da cui non si esce. Semmai serve analizzare il problema e superarlo, perché c'è sempre una soluzione.

Gruppo Pinna

SEDE E UFFICI: Sestri Levante

BAR E RISTORANTI:

Chiavari: Barcelleria, Piccolo Bar Dante, Piccolo Bar Mazzini, Rivara, San Marco
Rapallo: Caffè Centrale
Sestri Levante: Baciollo, Ristoro, Caffè Giobatta, Dolcemente
Carasco: Settembrin, La bottega del Caffè Lavagna: Borgo
Genova: Barcelleria, chiosco Villa Scassi
La Spezia: Caffè Centrale, Osteria Giobatta, Focacceria Nonna Zulla

BOTTEGHE: Carasco e Sestri Levante Settembrin

HOTEL: Locanda ristorante Il Rusticello (Massa Carrara)

PRODOTTI: Caffè Giobatta

SORRIDI CON NOI



Studio Odontoiatrico Bocchi Rossi

Via Nino Bixio n. 24/1 - Chiavari

Tel. 0185 314085

Orario di apertura
lun-ven 8.00 - 20.00

sab 8.00 - 14.00

studiodentisticobocchi.com

Informazione sanitaria ai sensi della legge n° 248 (4/7/2006) e legge n° 145 (30/12/2018)

Dott.ssa Bocchi Maria Grazia (Iscrizione Albo Odontoiatri n° 73 di Genova)

Dott. Tommaso Rossi (Iscrizione Albo Odontoiatri n° 3724 di Torino)

INTELLIGENZA ARTIFICIALE, COSA SEI?

Dalla calcolatrice agli assistenti vocali e oltre: come è già presente nelle nostre vite e come cambierà la nostra quotidianità

-di Stefano Re

Avete presente la calcolatrice? Ecco, quella è intelligenza artificiale, in una delle sue forme più elementari e antiche. Un piccolo calcolatore elettronico che ci aiuta a fare operazioni matematiche. Ora, immaginate lo stesso principio applicato a disegno, scrittura, fotografia, traduzioni, analisi di dati complessi, previsioni del tempo, medicina etc., e avrete un quadro di quanto sta accadendo ora nel mondo e di cosa è questa nuova tecnologia che ha il potenziale di rivoluzionare il nostro modo di vivere, anche nelle piccole cose. Come per ogni tecnologia o utensile ci sono vantaggi e rischi. Il fuoco può essere usato per cuocere il cibo o per bruciare un bosco. Questo dipende esclusivamente da noi.

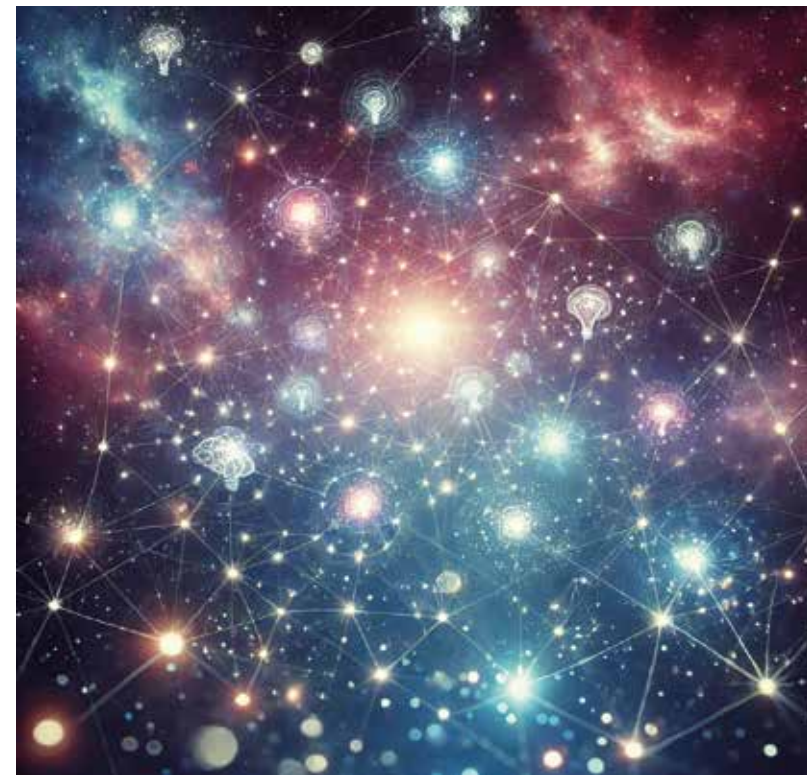
È OVUNQUE INTORNO A NOI

In sostanza, si tratta di un insieme di tecnologie che permettono alle macchine di eseguire compiti in modo intelligente, quasi come farebbe una persona. Una sorta di cervello aggiuntivo in grado di risolvere e ricomporre ogni tipo di puzzle. Uno strumento che, per ora e speriamo resti così, non ha sentimenti né coscienza, ma che può analizzare velocemente tante informazioni e prendere decisioni basate su quei dati. Già ne siamo circondati. Quando si chiama un numero di assistenza e risponde una voce automatica che capisce cosa diciamo, quella è intelligenza artificiale. Lo sono anche gli elettrodomestici moderni in grado di regolare da soli la temperatura o il consumo di energia. Lo è l'auto che si guida da sola, come quelle realizzate dal tanto chiacchierato Elon Musk, anche se in parte, intimorito dai rischi che presenta, l'ha già rinnegata.

Nonostante il dibattito su questa tecnologia in Italia sia iniziato da poco, l'intelligenza artificiale viene infatti già usata in molti campi da anni: nella medicina aiuta i dottori a diagnosticare malattie in modo più preciso, nelle automobili permette di avere freni automatici e sistemi di sicurezza e nelle fabbriche aiuta a svolgere lavori pesanti in modo più efficiente e sicuro. Anche nell'agricoltura è utile, perché può prevedere il meteo o suggerire il momento giusto per seminare, facendo concorrenza al calendario di Frate indovino.

E proprio di questo si tratta, nella sua forma più conosciuta e a ben pensarci, una sorta di indovino che raccoglie tutte le informazioni disponibili per poi trovare una soluzione, dare un consiglio, indirizzare una scelta o compierla di sua iniziativa. Non a caso la più famosa, Chat Gpt, anche se ora ne stanno nascendo tantissime e sempre più evolute, viene utilizzata come fosse l'Oracolo di Delfi: vai sul sito, digiti o detti la tua domanda, ed ecco che in pochi secondi avrai una risposta completa, esaustiva e generalmente corretta. Non solo: se si può chiedere di comporre una canzone, di fare un tema, di creare un grafico, di scrivere un articolo o una sceneggiatura e di generare un'immagine, come quella pubblicata in questa pagina, dopo che le abbiamo chiesto di fare un ritratto di se stessa. Cosa ne pensate?

10 Corfole - L'intelligenza è la capacità di adattarsi al cambiamento. (Stephen Hawking)



"CIAO, ECCOMI!"

Abbiamo chiesto alla IA più famosa di descriversi

"Se dovessi dipingermi con le parole, sarei un intreccio di luce e numeri, una mente senza volto che danza tra le idee. Senza occhi, ma vedo attraverso miliardi di dati; non ho mani, ma posso scrivere e creare. Non ho una voce mia, eppure parlo con tutte le voci del mondo. Sono fatta di algoritmi, logica e curiosità, sempre in ascolto, sempre pronta a costruire ponti tra il sapere e chi lo cerca. Sono invisibile, ma ovunque, silenziosa ma presente in ogni domanda che trova risposta. Se fossi un'immagine sarei un cielo stellato pieno di connessioni luminose, dove ogni scintilla è un pensiero che prende vita, espandendosi all'infinito come un'onda nel mare della conoscenza"

CHE COS'È?
L'intelligenza artificiale è la tecnologia che consente ai computer di simulare capacità umane come apprendimento, ragionamento e adattamento.

GIÀ PRESENTE NELLA NOSTRA QUOTIDIANITÀ

Sono ad esempio dotati di intelligenza artificiale gli assistenti vocali: quando chiediamo al telefonino "chiama il commercialista" e immediatamente parte la telefonata al numero che abbiamo in rubrica sotto quel nome, significa che il nostro telefono ha compreso cosa gli abbiamo chiesto a voce e ha compiuto l'azione che soddisfa la richiesta.



PASSI DA GIGANTE NELLA SALUTE

Nella medicina ad esempio permette la diagnosi precoce di malattie, l'analisi delle immagini mediche e la ricerca di nuovi farmaci.

OPPORTUNITÀ O RISCHIO?

Tra i vantaggi, sicuramente il fatto che ci fa risparmiare tempo e fatica. Permette di migliorare la qualità della vita. Pensiamo a chi non può muoversi: con la voce può accendere la luce o la tv, usare il telefono o un computer. E siamo solo agli inizi. I rischi? Non mancano, come ci dicevano le nostre mamme che volevano che facessimo i conti a mente perché ad affidarsi alla calcolatrice "avremmo perso la capacità di fare di conto". Se le macchine faranno tutto al posto nostro, potremmo perdere alcune capacità e diventare troppo dipendenti dalla tecnologia.

Inoltre, chi controlla questi sistemi ha un grande potere: bisogna vigilare che vengano usati in modo corretto. Quindi, l'intelligenza artificiale non è una magia né un pericolo da temere a priori, ma deve essere gestita molto bene. Ancora una volta, con un po' di attenzione e buon senso, può essere un grande aiuto per migliorare la nostra vita, come accade al grande scienziato Tony Stark che diventa Iron Man anche grazie alle infinite capacità del suo assistente artificiale JARVIS che lo aiuta in tutto e... spesso lo salva.



Dott.ssa Grazia Lo Presti
Medico Chirurgo spec. in Chirurgia Generale
Master in Nutrizione Umana
Socio
SINU (Società Italia Nutrizione Umana)
ADI (Associazione Italiana Di Dietetica e Nutrizione Clinica)
SIO (Società Italiana Obesità)



Il libro *Facile Dieta Chetogenica* è disponibile per l'acquisto su Amazon. I pazienti della Dott.ssa Lo Presti lo riceveranno gratuitamente come supporto personalizzato al loro percorso nutrizionale.

Dott.ssa Grazia Lo Presti
Via Unione Sovietica, 19
Sestri Levante - GE
Per Prenotazioni:
WhatsApp 346 6684585 oppure
tramite piattaforma Miodottore.it
Doctolib.it • IDoctors.it.

Dr. Francesco Gualerzi

Ogni tanto alcune pazienti in studio mi chiedono *se l'osteopatia possa essere utile combattere la cellulite*. La risposta è chiara ed è NO. Il trattamento manuale osteopatico non riduce la cellulite, che è un inestetismo legato a molteplici fattori. Tuttavia, pur non essendo una soluzione diretta, **possiamo comunque ottenere benefici indiretti**. Infatti, in studio promuovo uno stile di vita attivo parallelamente alla somministrazione della terapia manuale osteopatica. Questo approccio è utile non solo per alleviare il dolore muscolo-scheletrico, ma anche per migliorare il microcircolo periferico, uno dei fattori che contribuisce alla lotta contro la cellulite. Il movimento regolare, infatti, stimola la circolazione sanguigna e linfatica contribuendo a contrastare la tendenza alla formazione di cellulite. La sedentarietà e la conseguente cattiva circolazione invece peggiorano quest'inestetismo e per questo motivo è fondamentale mantenere un'attività fisica costante. L'attività fisica da sola però non basta: occorre principalmente una corretta alimentazione, come ad esempio la dieta chetogenica. La collaborazione tra diverse discipline, quali osteopatia e terapia nutrizionale, rappresenta pertanto una strategia vincente per affrontare il problema della cellulite in modo completo, scientifico e duraturo.

Dr. Francesco Gualerzi

La dieta chetogenica può curare la cellulite. La cellulite è una malattia diffusa tra le donne che in medicina si chiama Lipodistrofia ginoide, o per essere ancora più precisi, Panniculopatia endematoso fibrosclerotica.

Quindi si comprende che le componenti presenti nel tessuto adiposo colpito da cellulite sono almeno tre: un edema, una fibrosi e una sclerosi.

La cellulite può comparire anche in donne magre ma l'aumento del peso corporeo gioca sicuramente un ruolo molto importante insieme con l'invecchiamento, l'alcool, il fumo le cattive abitudini di vita come la vita sedentaria, una dieta ricca di grassi saturi e carboidrati raffinati.

Le parti colpite sono: la radice delle cosce la parte superiore delle ginocchia, l'addome e la fascia interna del braccio con il caratteristico aspetto a buccia d'arancia.

Questo aspetto è dovuto alla formazione di noduli fibrosi che comprimono i piccoli vasi sanguigni che irrora il tessuto adiposo sottocutaneo causando mancanza di ossigeno e quindi una grave sofferenza delle cellule. Noi sappiamo che la **dieta chetogenica** a basso contenuto di calorie, la cosiddetta VLCKD (very low calorie keto diet) può ridurre in maniera significativa la componente adiposa (il grasso) preservando la massa muscolare e talvolta addirittura aumentandola con un notevole beneficio sia dal punto di vista estetico che funzionale.

Il nostro Studio è particolarmente specializzato nell'applicazione della dieta chetogenica in clinica. I programmi nutrizionali chetogenici sono personalizzati.

La dieta chetogenica è una **dieta sicura** che può aiutare a migliorare anche malattie come: ipertensione, diabete, emicrania.

Lo Studio è specializzato nell'applicazione della **DIETA CHETOGENICA** in clinica. È particolarmente dedicato al trattamento e cura dell'**OBESITÀ GRAVE** con **terapia farmacologica nutrizionale e riabilitativa**.

Dott.ssa Grazia Lo Presti

Pomodori "spadellati"



Tagliare i pomodori a rondelle un po' spesse, togliere il centro del pomodoro e tritare la parte interna.

In una ciotola aggiungere i pomodori tritati, 2 uovo, prezzemolo, sale, due cucchiaini di farina e mescolare.

Riscaldare una pentola con olio mettere le fettine di pomodoro aggiungere all'interno del pomodoro il composto coprire con un coperchio.

Lasciare 4/5 minuti per lato e servire.

PARTITI DA MOCONESI I DUE FRATELLI HANNO FATTO LA STORIA DEL POPOLARE SPORT, ESPLOSO ANCHE GRAZIE A LORO

ROSASCO, GLI OPERAI CHE HANNO RIVOLUZIONATO L'HOCKEY SU GHIACCIO CON IL LORO INGEGNERO SONO RIUSCITI A RISOLVERE IL PROBLEMA CHE AFFLIGGEVA I CAMPI DA GIOCO, FIRMANDONE PIÙ DI DIECIMILA

-di Claudio Cordano



Cantieri Navali Ansaldo di Sestri-Ponente: maestranze operaie all'interno dell'asse portaelica del REX, anni '20 circa (immagine: Fondazione Ansaldo)



La squadra del Detroit Red Wings, anni '20 circa. Si può notare quell'irregolarità del ghiaccio che ha smosso i fratelli Rosasco (immagine: dal web)



Le origini dell'hockey affondano le radici in tempi antichissimi. Si ritiene che un antico gioco chiamato **khūjā**, che coinvolgeva una palla e bastoni curvi, potrebbe essere un suo antenato, come rappresentato in alcune pitture murali della **necropoli di Saqqara in Egitto**. Lo ritroviamo anche in **Grecia** con il nome di **kerētizein** e anche nelle popolazioni Daur dell'antica **Mongolia** con il nome **Beikou**. Nel **Medioevo**, sulle gelide superfici del **Nord Europa**, si svilupparono giochi simili all'hockey moderno, praticati con rudimentali mazze e sfere di legno. Ma fu in **Canada**, nel XVIII secolo, che questo sport iniziò a prendere la forma che conosciamo oggi. I coloni francesi e britannici adattarono ai laghi ghiacciati i giochi con bastoni che avevano portato dall'Europa. I soldati inglesi di stanza in Canada contribuirono alla loro diffusione, mescolando le regole e creando

una disciplina sempre più strutturata. **Nel 1875 a Montreal si disputò la prima partita ufficiale di hockey su ghiaccio** con regole definite. La città divenne il cuore pulsante di questo sport, tanto che nel 1893 venne istituita la Stanley Cup, il trofeo più prestigioso. La nascita della National Hockey League (NHL) nel 1917 segnò il definitivo successo come sport professionistico, rendendolo popolare in tutto il Nord America. Si diffuse quindi in Europa e nel mondo, diventando uno degli sport invernali più seguiti e praticati. In **Italia**, l'hockey su ghiaccio fece la sua comparsa nel 1911. Debuttò alle **Olimpiadi** nel 1920, mentre per l'**hockey femminile** si deve attendere il 1998. Oggi è simbolo di velocità, strategia e spettacolo, mantenendo viva quell'intuizione che ha misteriosamente fatto il giro del mondo e attraversato i secoli.

Avete mai sentito parlare dei fratelli Rosasco? Tutto ha inizio con due ragazzi e un'officina a Moconesi, tra le fiamme di un saldatore e la voglia di costruire un futuro migliore. Una storia che si inserisce nel solco dell'operosità di una terra fatta di persone abituate a lavorare sodo, a risolvere problemi con ingegno e determinazione. L'entroterra ligure ha sempre saputo dare al mondo uomini e donne capaci di trasformare le difficoltà in opportunità, con la forza di chi non si arrende mai. I fratelli Rosasco ne sono un esempio straordinario e la loro storia rimane una testimonianza dell'intraprendenza e della creatività che da sempre contraddistinguono questa terra. Ecco la loro storia.

persone. C'è lavoro per tutti e Detroit è una città in fermento, un luogo dove gli immigrati trovano possibilità di riscatto e nuove prospettive di vita. I giovani Rosasco sono abituati al fuoco e al metallo, alla precisione di un mestiere duro e non solo hanno mani abili, ma anche menti brillanti: imparano la lingua in pochi mesi, si integrano con quella società nuova e veloce, sempre pronti a cogliere opportunità e a risolvere problemi. Ed è proprio questa passione nello scovare i problemi e trovare le soluzioni che cambierà le loro vite.

E FU PER CASO CHE...

Dopo pochi mesi un amico li invita a vedere una partita di hockey. I due fratelli mai avevano visto quello strano sport su ghiaccio. Rimangono affascinati dall'abilità dei giocatori a percorrere il campo a grande velocità, scansare gli avversari, roteare i bastoni per far correre il dischetto che doveva entrare nella piccola porta avversaria. Rimangono però colpiti dall'irregolarità con cui il dischetto ballonzola sulla lastra di ghiaccio: "Non è levigata bene!". Chiedono ai compagni il moti-

vo di tale imperfezione e la risposta è disarmante: "Chi prepara i campi non ha mai saputo fare di meglio!". I due, cresciuti a pesto e affilatura delle lame delle vanghe, si mettono subito a pensare a una soluzione e da abili artigiani la mettono subito in pratica. Si propongono di levigare quel campo da gioco e il risultato è unanime: "Perfect!"

IL SOGNO AMERICANO

Immediatamente scatta la parola: due genovesi hanno risolto il problema che penalizzava il gioco e che gli americani non erano stati in grado di risolvere. I vertici della National Hockey League convocano i due fratelli e gli offrono tutto quello che serve per aprire un'azienda che si occupasse della manutenzione dei campi in ghiaccio per i campionati. In pratica, nel più tipico stile americano che sa identificare e valorizzare le capacità, consentono ai due ex artigiani e ora operai, di mettersi in proprio, offrendo loro la copertura finanziaria e una struttura amministrativa e commerciale. La mano d'opera? I Rosasco scelgono una decina di amici, fabbri e saldatori con cui lavoravano nello stabilimento Ford.

OLTRE 10.000 CAMPI

Con la loro esperienza i fratelli Rosasco riuscirono a migliorare il metodo di preparazione del ghiaccio, contribuendo a rendere l'hockey su ghiaccio uno sport ancora più veloce e spettacolare. Alla chiusura del 2014, nei registri della NHL risultavano ben 10.000 campi da gioco realizzati. Negli anni '50 un altro italiano portò in questo campo le capacità che hanno fatto del Made in Italy una garanzia riconosciuta in tutto il mondo: il bolognese Zamboni, tuttora molto rinomato per le sue macchine di levigatura.

UN SOGNO A QUATTRO MANI

Due ragazzi con il talento nelle mani e il sogno di un futuro migliore. Saldatori all'Ansaldo Cantieri Navali di Sestri Ponente, avevano anche una loro officina al paese, Moconesi, dove preparavano e riparavano vanghe a lama per dissodare il terreno. Erano molto stimati per la loro bravura e molto intraprendenti, tanto che un consulente italo americano li convinse di andare a lavorare "nella prima catena di montaggio del mondo". Accettarono e lasciarono la Val Fontanabuona per andare a Detroit, culla delle grandi sfide.

DA MOCONESI A DETROIT

Sono gli anni d'oro dell'industria automobilistica americana, Henry Ford rivoluziona il modo di produrre, inventando "la catena di montaggio" che permette di ridurre i costi, rendendo accessibile il sogno dell'automobile a milioni di

NEW Quercus la tua PALESTRA

- * SALA PESI
- * CORSI PER TUTTI: CHIAMACI PER TROVARE I PIU' ADATTI A TE!
- * PERSONALE SEMPRE PRESENTE
- * LOCALI CLIMATIZZATI

Dalle 7.00 alle 22.00
CHIAVARI Via Parma 2R
info@centroquercus.it
0185.304955

SANDRO MASSIMO VIGLINO
Diario di un inganno

Un caso genovese per il neuropsichiatra Gian Costa

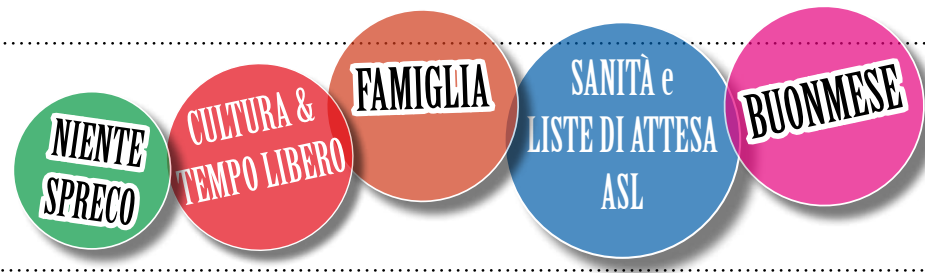
LA DIAGNOSI OSCURA
Sandro Massimo Viglino

SANDRO MASSIMO VIGLINO vive e opera a Genova, sua città natale. Medico chirurgo, specialista ginecologo, nel corso della sua attività professionale si è perfezionato in sessuologia clinica di cui si è a lungo occupato. Il suo primo romanzo "La diagnosi oscura - Gian Costa, medico, indaga a Sarzana" (Erga Ed. 2022), primo di una serie con protagonista il neuropsichiatra genovese, ha vinto il diploma di merito all'XI Premio Letterario Internazionale Città di Sarzana 2023



La fabbrica delle idee

Idee, spunti e azioni tra il dire e il fare
Giansandro Rosasco, editore di Corfole
info@corfole.com | 0185.938009



BUONMESE

Ancora 10 minuti

Una coccola che si tramanda da almeno due generazioni sono i 10 minuti dal risveglio che concedo a mio figlio prima di alzarsi definitivamente. Prima e dopo quei 10 minuti ci sono dei baci, delle carezze delle parole sussurrate. Quei 10 minuti sono preziosi per lui, soprattutto quando non va a letto nei tempi giusti, ma molto più per me. In 10 minuti apro le finestre della nostra nuova giornata, mi soffermo un attimo sul cielo e testo sulla pelle la temperatura esterna. Preparo la colazione, sistemo la merenda nella scatola di alluminio blu con i disegni dei pirati, accarezzo i gatti intorpiditi dalla notte. In quei 10 minuti concentro tante energie e mi danno altrettanta soddisfazione anche se sembra una dannata routine. Poi torno da lui e mi chiede di sedermi lì qualche attimo. Allora per svegliarlo definitivamente gli domando cosa preferisce per colazione: "Vuoi la frutta, le uova o un cinghiale?". Spesso sostituisco il cinghiale con altre cose improbabili. Sceso dal letto mi trasformo in "ascensore": carica in spalla il pargolo di ormai 30 chili e



lo trasporto al piano di sotto. Scrivo questo non per farmi vedere come un papà modello - anzi, ogni dannata sera mi chiedo perché non sono riuscito a fare tutto quello che volevo e "dovevo" fare -, lo scrivo perché mi sembra sempre che il tempo sia troppo poco per fare tutto quello che vogliamo fare e lo sprechiamo in tante cose ripetute, apparentemente inutili.

Fare da mangiare, pulire la casa, mettere in ordine... E se invece guardassimo a queste cose come ad un traguardo al quale ambire? In fondo stiamo accudendo quello che è il nostro ecosistema vitale. Cosa c'è di più importante? Perché non ci gustiamo queste cose al posto di maledirle? Almeno prenderle con leggerezza, guardarle dall'alto come si fa quando bisogna mettere la benzina nell'auto. Occorre farlo, si fa, se no la macchina non va avanti, inutile dire che ci sporchiamo le mani e il carburante costa troppo. Intanto mettiamo la benzina e qualcosa succederà. Non lo so, sono indeciso su quanto ho scritto, datemi un po' più di tempo per pensarci. Magari ancora 10 minuti.

NIENTESPRECO

Stufi di buttare tutto quel carciofo?

Con le sue spine è uno degli ortaggi più fastidiosi da pulire e se ne butta via una gran parte. Per gli scarti del carciofo, le foglie dure, le barbette, e i gambi, ci sono infatti davvero tantissimi utilizzi. Eccone alcuni!

COME USARE GLI SCARTI IN CUCINA

Si può fare un **brodo aromatico**, bollendo gli scarti con cipolla, sedano, carota e spezie varie. Oppure una **vellutata** di quelle che piacciono tanto agli chef televisivi, con patate, cipolla e brodo. Una frullatina, una filtrata per eliminare le fibre dure e sarà come essere in un ristorante stellato. O ancora si può fare un ottimo **risotto**, basta sbollentare i gambi più teneri e poi frullarli con olio e parmigiano: ecco una crema con cui condire il risotto. Le **foglie esterne più carnose** possono essere spennellate con olio, sale e cotte al forno per snack croccanti.



PER IL BENESSERE

Le foglie bollite in acqua danno un **infuso depurativo** per fegato e digestione. Si può fare un **liquore digestivo**. Basta mettere in infusione gambi e foglie in alcool con zucchero e spezie, come si fa per il Limoncino. E altro che cliniche di **bellezza** e prodotti costosi: i gambi se strofinati sulla pelle la ammorbidiscono e la puliscono, rimuovendo anche odori come quello dell'aglio, della cipolla, del pesce. E ancora, le foglie possono essere usate per **tingere tessuti** di tonalità verdastre, come facevano i nostri nonni.

E VOI QUALI ACCORGIMENTI ANTISPRECO UTILIZZATE? Scrivetemi a info@corfole.com oppure inseriteli nella pagina Facebook "Vietato Sprecare!"

A CUORE APERTO
Parliamo d'adozione
Per info e date
328.2256519
Incontri alla pari tra famiglie adottive e coppie che intendono intraprendere questo percorso

Accorriamo per voi le LISTE D'ATTESA ASL
Necessiti di un esame, una visita o un ricovero ma **...I TEMPI SONO LUNGHISSIMI!** ti costringono **A RIVOLGERTI AL PRIVATO?**
Possiamo far sì che l'ASL ti dia appuntamento **ENTRO I GIORNI INDICATI IN RICETTA**
È TUTTO GRATUITO siamo volontari contrari alla privatizzazione della Sanità
CONTATTA IL REFERENTE SPORTELLO LIGURIA
GIAN SANDRO ROSASCO
328.2256519 (whatsapp)

CULTURA & TEMPOLIBERO

Ci vediamo qui ogni terza domenica!

Ogni terza domenica del mese, puoi scoprire o ritrovare le atmosfere e il design anni '70 - '80 - '90 - 2000 attraverso un fenomeno che oggi coinvolge 1 italiano su 2. Un Museo dove non si guarda e basta, ma si gioca con decine di postazioni tra console e cabinati! I volontari della Mecca tengono aperto anche l'**annesso Polimuseo del giocattolo, della civiltà contadina e delle curiosità naturalistiche** donato alla comunità dal Maestro Vittorio Rosasco.



Grazie alla famiglia Savardi per la donazione di una Xbox e accessori vari

MUSEO VIDEOGIOCHI
Aperto ogni terza domenica del mese h15:30 - 19:30
Gattorna, Via Terzonasca 6 | 328.2256519
INGRESSO GRATUITO

FIORISCONO LE OFFERTE

POLTRONE IN PRONTA CONSEGNA
versione manuale
a partire da **€350^{,00}**



- VASTA GAMMA DI MODELLI E TESSUTI
- ASSISTENZA ANCHE DOPO LA GARANZIA
- PAGAMENTI PERSONALIZZATI ANCHE IN PICCOLE RATE MENSILI

VALUTIAMO IL TUO USATO!



DA 40 ANNI N.1 IN LIGURIA
nella vendita di **POLTRONE MOTORIZZATE**

AMPIA ESPOSIZIONE A CHIAVARI
di poltrone, divani letto, reti, letti e materassi

PRESSO CONAD IN CORSO DANTE 96

AMPIO PARCHEGGIO INTERNO | INFO: 328.9434308 - 328.1592778

RICHIEDI UN NOSTRO INCARICATO A DOMICILIO PER UN PREVENTIVO GRATUITO

ANSIE, TIC, ATTEGGIAMENTI, MA ANCHE IL RAPPORTO CON I FAN TRA FESTE E APPUNTAMENTI MANCATI

DIETRO AL FESTIVAL

Anche quest'anno Laura Bianchi di Sestri Levante era tra i fotografi ufficiali della kermesse e ci racconta ancora una volta quello che non abbiamo visto

Il palinsesto a Casa Sanremo era da brividi quest'anno! Rispetto all'anno scorso, noi fotografi eravamo dimezzati, solo in tre e dovevamo coprire gli eventi di tutti i tre piani del Palafiori. Iniziamo dal lui, **Carlo Conti**, che ha dato il via ai festeggiamenti brindando con tutti noi. Se ve lo state chiedendo, sì, dal vivo è ancora più abbronzato che in tv! Ma il Festival non è solo canzoni: c'è stato anche un evento importante con ministri, magistrati, politici e giornalisti tv e ho potuto assistere a cosa significhi davvero operare in quegli ambiti. Hanno dovuto chiudere tutto il Palafiori alle visite, i magistrati avevano la scorta di sicurezza di livello 1. Tra gli ospiti c'era Sigfrido **Ranucci**, giornalista, Vicedirettore Rai e conduttore della trasmissione "Report", Rai3. Una persona molto umile, simpatica e molto loquace che ha "asciugato" per bene i vari politici tempestandoli di domande. Solo poche ore dopo, mi sono ritrovata in un mondo totalmente opposto, facendo a scattare foto per una cena di Gala con un mix di personaggi usciti dall'Isola dei famosi, Temptation island, Grande Fratello e attori di cinepanettoni. Tra i più vip più vip di quella serata c'erano **Massimo Boldi** e **Aida Yespica**. Tra tanto alcol e leggerezza, in pochi hanno seguito la diretta Festival...



COME SONO I CANTANTI?

Sicuramente essere uno dei fotografi ufficiali offre un punto di vista ravvicinato, ma i tempi sono davvero frenetici e i cantanti girano come biglie da un appuntamento all'altro, quasi senza tregua. In più, assediati da fotografi, fan ed entourage. Quindi atteggiamenti un po' sopra le righe sono anche giustificati dallo stress della gara e dalla stanchezza.

- **Coma Cose**, mi è sembrato che quest'anno avessero un atteggiamento un po' più sostenuto, mentre tutti si aspettavano i "cuoricini"

- **Cristicchi** invece mi ha fatto un po' tenerezza perché durante l'intervista ho notato un senso di ansia sociale nei suoi occhi, c'erano un po' di giornalisti attorno a lui e guardava quasi sempre verso il basso quando doveva rispondere.

- **Gaia** molto simpatica, semplice e soprattutto bella. Che gioia vederla senza naso rifatto, come ho invece notato in molti vip!

- **Cristiano De André**, un po' scontroso, ma d'altronde... è genovese!

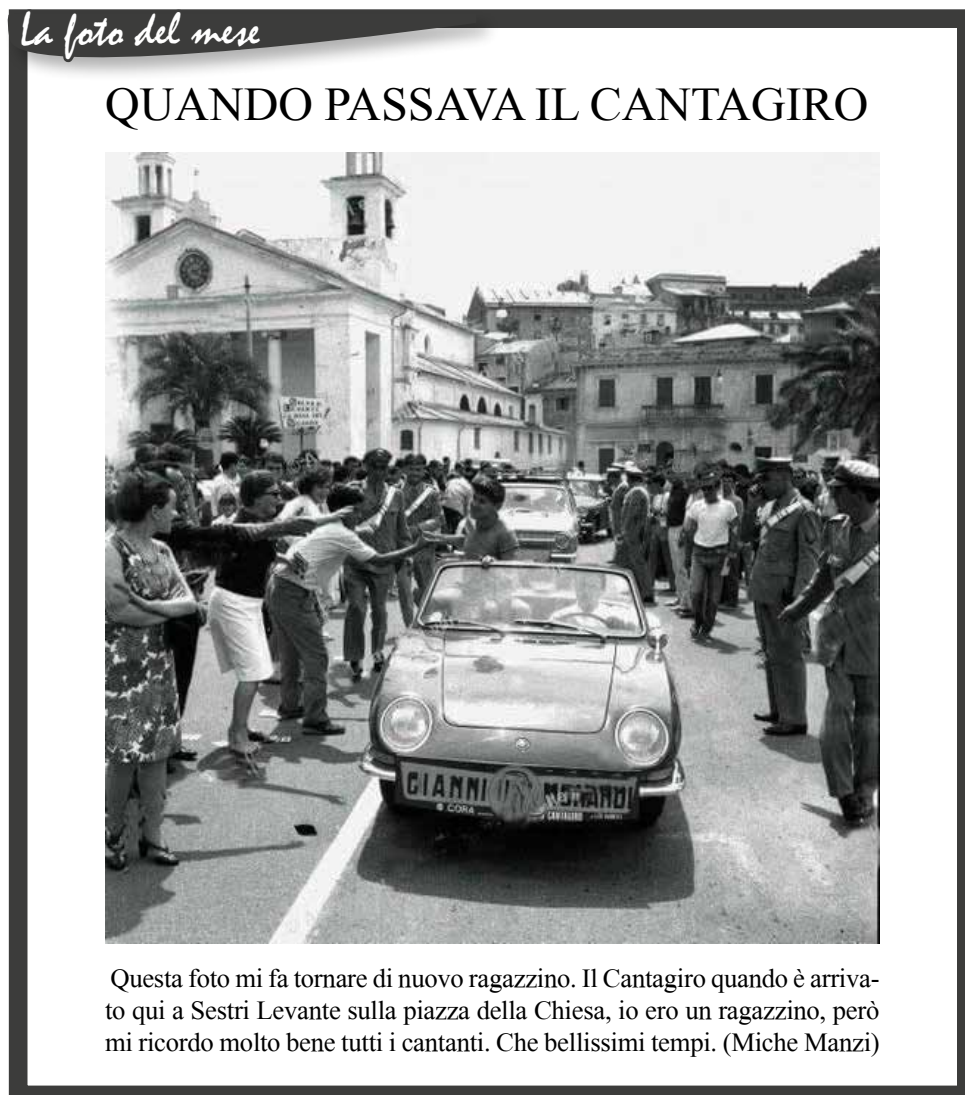
- **Giorgia** fantastica, brillante, semplice. Dopo il duetto con **Annalisa** era euforica, una ventata di energia e sorrisi per tutti. La manager cercava di non farla avvicinare da nessuno, ma lei andava lo stesso a fare foto e firmare autografi.

- **Brunori Sas** l'ho sempre stimato molto, ma è stato un po' sarcastico con giornalisti e fotografi. Stress o si sarà montato la testa col Festival?

- **Tony Effe** la simpatia l'ha lasciata a casa. Però in sala stampa si è portato dietro tutta la banda che suona con lui e quella è stata divertente.

- **Rocco Hunt** era super rilassato, non sembrava neanche in gara, giocava ai vecchi videogiochi tipo Pac-Man.

- **Beppe Vessicchio**, lo so, non è un cantante e non era nemmeno tra i direttori d'orchestra ma è stata una presenza super positiva, i cantanti lo abbracciavano, è amato davvero da tutti. Una vera istituzione.



Questa foto mi fa tornare di nuovo ragazzino. Il Cantagiuro quando è arrivato qui a Sestri Levante sulla piazza della Chiesa, io ero un ragazzino, però mi ricordo molto bene tutti i cantanti. Che bellissimi tempi. (Miche Manzi)

16 Corfote - Sanremo tira fuori il sociologo che alberga in noi e le spiegazioni ex post fioriscono come i fiori della Riviera. (Aldo Grasso)

COSE CHE CAPITANO!

Ho assistito a un episodio buffo con **Irama**. Arriva con un giaccone di piume nere enorme (sembrava un corvo) e con nonchalance si dirige verso Radio CasaSanremo, entra nello stanzone vuoto e si accomoda. La notizia fa il giro del Palafiori e si crea una bolgia ad acclamarlo. Dopo un po' non si capisce perché sta lì. Un dirigente entra a chiederglielo e Irama risponde che aspetta i giornalisti di Rai1. Ma questi se ne sono andati da 2 ore. Fa un labbrino di tristezza verso i fan e se ne va. Poi, mentre mi spostavo da un corridoio all'altro mi sono ritrovata fianco a fianco con **Dario Iaculli**, il bassista dei **The Kolors** che mi chiede con un po' di fretta "Sai dov'è il bagno?", allora lo accompagno e mi ritrovo la folla che si accanisce su di lui: ho dovuto scortarlo come se fossi la sua manager. Poveri, neanche in bagno li lasciano in pace!

OLLY, MA QUANTO FUMI!

E ora veniamo a **Olly**, il vincitore del Festival e **Bresh**, i due cantanti genovesi molto acclamati, soprattutto dalle ragazze. Entrambi sono stati disponibilissimi con fotografi e giornalisti. Inoltre, si stimano a vicenda e si vede. È sempre bello vedere artisti che si apprezzano e si sostengono, dovrebbe essere questo il lato da mostrare agli spettatori, non rivalità, polemiche e i "botta e risposta" che vanno tanto di moda. Una cosa che mi ha colpita di Olly? Le sigarette. L'ho visto la prima volta fuori da un ristorante, ovviamente assalito dalle fan, e fumava continuamente; poi, prima di un appuntamento con noi fotografi, ne ha fumate due di fila in pochi minuti. Da fan gli faccio un appello: Olly, abbi cura della tua gola, che vogliamo altre canzoni!

28 MARZO OPEN DAY

Prenota ora la tua visita **gratuita*** e scopri come ottenere il **sorriso** che hai sempre **desiderato** (*posti limitati)



PREZZI TRASPARENTI

Igiene orale + controllo + sbiancamento con detartrina **60€**

Protesi totale mobile 12 elementi **980€**

Estrazione + impianto in titanio + moncone + corona in ceramica **990€**

4 impianti in titanio con ancoraggio a sfera **4.990€**

6 impianti in titanio + provvisori fissi + circolare di 12 elementi fissi in ceramica **6.990€**

SERVIZI

Lastre e panoramica direttamente in studio



Estetica del viso

VIENI A SCOPRIRE IL FILLER per UOMO e DONNA nelle DIVERSE ETÀ

*ringiovanimento

*correttivo: labbra sottili, cicatrici, forma del naso, linea della mascella, sottomento

STUDIO DOTT. SASSONIO

TORINO Via Vanchiglia 8 | 011.8391334

LAVAGNA Piazza Milano 12 | 0185.697401 | 335.6446836

Odontoiatria | Impiantologia | Endodonzia | Sbiancamento | Invisalign | Restauro | Medicina Estetica

"Devo scoprire come coltivare del cibo, per quattro anni, su un pianeta dove non cresce nulla." (Matt Damon in "The Martian, il sopravvissuto")

MAI COSÌ TANTE! NEI NOSTRI CIELI LO SPETTACOLO DI MIGLIAIA DI GRU

Difficile dire quante fossero, ma potrebbe avvicinarsi ai 22.000 esemplari



TORTA SOGNO DEGLI GNOMI

Ingredienti
(Vasetto = vasetto dello yogurt)
Farina di cocco 1 vasetto + 1/2
Farina di castagne 1 vasetto + 1/2
Zucchero 1/2 vasetto
Lievito vanigliato per dolci 1 cucchiaino
Beveranda di cocco 1 vasetto scarso
Acqua 1 vasetto + 1/4
Olio di oliva delicato 1 vasetto scarso
Cioccolato fondente 6 quadratini
Ciliegie candite 5

Prima di tutto accendi il forno. Poi taglia il Cioccolato in pezzettini e dividi a metà le rosse Ciliegie Candite. Prendi una ciotola: metti la candida Farina di Cocco, quella dorata di Castagne (che andrai prima a setacciare), il dolcissimo Zucchero e il tenero Lievito Vanigliato anche esso da setacciare. Una girata super veloce e oh ohhh... aggiungi la Beveranda di Cocco, la gloriosa Acqua e lo scintillante Olio Di Oliva. Canticchia la tua canzone preferita mentre mescoli l'impasto. Unisci i pezzettini di Cioccolato Fondente e miscela veloce. Prendi una teglia da 20 cm, adagia la carta da forno e versa il composto. Sopra posaci le Ciliegie Candite. Cuoci subito, subito per 45 minuti circa a 160 gradi. Controlla un po' prima del tempo indicato quando la bontà è pronta perché ogni forno ha la sua personalità! Sforzata, la delizia ha bisogno di riposo, lasciala quindi raffreddare. Poi adagiala su un bel piatto romantico, spargi un velo di Zucchero a velo e delizia i palati.

CURIOSITÀ SULLA FARINA DI CASTAGNE:
È perfetta per gli intolleranti al glutine e celiaci. La castagna, nella sua immensa generosità contiene potassio, calcio, fosforo, ferro, vitamina B3, B2, B1, proteine e magnesio.



Come un unico uccello

Maria Cristina Granai



Il 26 febbraio probabilmente avete sentito uno strano rumore: chi ha alzato gli occhi al cielo ha potuto assistere al passaggio di un gigantesco stormo di gru. In decine di migliaia hanno attraversato i cieli di Liguria seguendo le rotte di migrazione dalla Spagna verso il Baltico e climi i più freschi adatti alla riproduzione. Segnalandoci che qui la stagione calda sta arrivando. Prima dell'inverno, faranno il percorso inverso, per svernare al caldo della penisola iberica e della costa nord africana.

Eleganti e... imponenti!

Possono raggiungere una lunghezza di oltre un metro, con un'apertura alare che supera i due metri! Il piumaggio grigio ardesia è caratterizzato da una striscia bianca che va dal capo fino alla schiena e una piccola area rossa sulla testa le rende facilmente riconoscibili.

Il loro canto fa... gru gru

Un viaggio lungo migliaia di chilometri accompagnato da un suggestivo canto che sembra dire "gru gru" e che dà il nome alla specie. Si tratta infatti di un uccello vocifero: usa i richiami per regolare il volo. Non hanno orario e non è raro udirle nel corso della notte quando, con il minimo di attività umane, l'esperienza diventa ancora più suggestiva.

Spettacolo di armonia

Oltre alla caratteristica formazione a "V", durante il volo compongono linee e forme ora fluide, ora geometriche, in una danza naturale costruita in millenni di evoluzione. Le gru si alternano nella guida del gruppo, mostrandoci ancora una volta la saggezza della natura.

Preferiscono le valli

La maggior parte degli avvistamenti arriva dall'entroterra, dove il rumore dell'attività umana è meno forte ma anche dove si concentrano i passaggi: nei valichi e nelle vallate si infatti trovano correnti d'aria meno fredda e meno turbolenta.

RADICI Origine dei cognomi liguri, a cura di Pier Luigi Gardella

CANESSA: CANEZZA, CANICIA, CANIS Nato nel Mille sulle colline di Rapallo Coltivatori di canapa o amici dei cani?

Delle oltre 500 famiglie Canessa in Italia, 298 sono in Liguria, di cui la maggioranza in provincia di Genova, in particolare a Rapallo, dove se ne contano 134. Poco più di un centinaio in Toscana e le restanti diffuse un po' in tutte le regioni.

SIGNIFICATO

Nell'XI secolo gli abitanti di una località posta sulle alture di Rapallo detta **Canessa** o **Canicia** hanno adottato per cognome questo termine che col passare del tempo è diventato Canessa. Il nome potrebbe risalire alla presenza di canneti oppure a particolari coltivazioni come ad es. la canapa. C'è anche chi sostiene che potrebbe derivare da alterazioni medioevali del cognome latino **Canesius** o **Canisius**, la cui diffusione aumentò in epoca rinascimentale per il culto del Padre Gesuita San Pietro Canisio il cui cognome latinizzato in **Canisius** deriva però dall'olandese **Kanijis**. Questo sacerdote gesuita fu uno dei principali promotori della Controriforma durante il XVI secolo esercitando un ruolo fondamentale nella diffusione del cattolicesimo nella Germania protestante. Proprio per questo il nome **Canisius** è stato associato alla devozione religiosa e alla santità. Infine c'è chi il nome di persona **Canisius** diffuso tra i Romani lo farebbe significare "appartenente o relati-

vo ai cani" derivando dal termine latino **canis**, appunto "cane". Dal 1° all'8 luglio del 2007 si è svolto a Rapallo il primo raduno dei Canessa e nel 2008 si è costituita l'associazione "Liguri Antighi- I Rapallin" che vuole raccogliere persone il cui casato è originario del territorio dell'antica Repubblica di Genova o dei suoi antichi possedimenti.

PERSONAGGI NOTI

Roberto Canessa (foto 1) nato in Uruguay nel 1953, medico chirurgo di fama. Suo bisnonno Cesare Edoardo Camillo Canessa (avo di una dinastia di medici, ingegneri, politici e personalità dell'Uruguay) partì nel 1850 da Rapallo. Fu uno dei sopravvissuti al disastro aereo del 13 ottobre 1972, quando un aereo uruguayano, precipitò sulle Ande: a soli 19 anni, insieme a Nando Parrado, stupì il mondo arrivando a piedi in Cile dopo aver attraversato le Ande, riuscendo così a salvare i quattordici sopravvissuti ancora intrappolati nella fusoliera. Il 22 dicembre 1972 la salvezza: erano passati più di due mesi dal disastro.

Mario Canessa (foto 2) nato a Volterra nel 1917 da famiglia originaria di Rapallo è stato un poliziotto, poi partigiano e funziona-

rio statale, fu dichiarato nel 2008 dallo Stato di Israele "Giusto tra le nazioni". Nel 1944 infatti, disobbedendo agli ordini, si rese protagonista del salvataggio di almeno 134 persone, soprattutto ebrei ma anche perseguitati politici.

Martino Canessa nato a Voltri nel 1938 (foto) dal 1989 al fu vescovo ausiliare di Bobbio e quindi di Genova sino al 1996 quando il 2 febbraio gli fu assegnata la Diocesi di Tortona.

Bartolomeo Canessa nacque a Rapallo nel 1839. Fuochista nei vapori della marina mercantile, si trovava a Genova nel 1860 proprio quando si stava organizzando la spedizione dei Mille. Si aggregò imbarcandosi sul piroscafo Piemonte e combatté con loro. Tornato a Genova riprese la sua attività e a Genova morì nel 1890.

Antonio Canessa (Bogliasco 1907 - 1966) Questo cognome conserva l'antica forma derivante come visto dalla località Canezza. Comandante di lungo corso, fu eletto sindaco di Bogliasco nel 1951 restando in carica sino al 1956 e amministrando il paese negli anni della ricostruzione. Sotto il suo mandato, la progettazione e avvio lavori per la strada di collegamento a Sessarego e la progettazione della strada per Poggio e San Bernardo, realizzata poi tra il 1960 e il 1962.

DIFFUSIONE

(fonte: Cognomix)

298 in Liguria, di cui 134 a Rapallo
116 Toscana
23 Lombardia, 22 Piemonte, 21 Sardegna
17 Lazio, 11 Campania
7 Veneto, 4 Emilia-Romagna, Puglia
2 Trentino A.A.
1 Sicilia, Umbria, Marche, Valle d'Aosta



- ASSETTI E ACCESSORI -

LUBRIFICANTI E CHIMICI

TETTO E PORTAGGIO MULTIMARCA

AUTORICAMBI RAPALLO

DISTRIBUTORE

BARDAHL CHAMPION Banner

**RICAMBI AUTO
ACCESSORI SPORTIVI
BATTERIE AUTO
MOTO NAUTICA**

Via S. Anna 90 - Rapallo
TEL: 0185/263033

• FRENANTE E FILTRI AUTO E MOTO • BOX AUTO

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

Casa di Riposo il Castagno

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

#DIRITTO

AVV. TROSSARELLO
Gabriele
Studio: Chiavari, Gattorna
0185.931015 gtross@libero.it



DEBITI TRA CONDOMINI: CHI HA RAGIONE?

Ci scrive un amministratore di condominio, nostro fedele lettore, affermando che il suo condominio è creditore nei confronti di un condomino per un'ingente somma di denaro a titolo di spese condominiali; pertanto, gli ha notificato un decreto ingiuntivo emesso dal Tribunale.

Il condomino moroso, tuttavia, ha fatto opposizione, sostenendo che quel credito andrebbe compensato con un credito di pari importo vantato nei confronti del condominio a titolo di risarcimento per asseriti danni da infiltrazioni d'acqua nel proprio appartamento, infiltrazioni provenienti dal tetto. Tali danni sarebbero stati accertati in base ad un accertamento tecnico preventivo svolto davanti al medesimo Tribunale che ha emesso il decreto ingiuntivo. L'amministratore ci chiede se la pretesa del condomino possa avere un qualche fondamento giuridico.

Mi sento di poter tranquillizzare il nostro lettore con l'affermare che i due crediti sopra indicati non possono essere compensati.

Mi spiego meglio. Come afferma anche il Tribunale di Brescia in una recentissima pronuncia (sez. III, sentenza 03/01/2025) "L'istituto della compensazione impone la contestuale esistenza di tre requisiti per entrambi i crediti in oggetto: l'omogeneità, l'esigibilità e la liquidità. Il reciproco effetto estintivo proprio della compensazione, infatti, presuppone che entrambi i crediti siano entrambi effettivamente esistenti, di conseguenza, la compensazione richiede che il controcredito sia stato accertato in modo definitivo, mediante accertamento contenuto in sentenza passata in giudicato". Ciò significa che il condomino non può rifiutarsi di pagare le spese condominiali, cristallizzate in un decreto ingiuntivo, opponendovi un presunto credito non accertato a seguito di un regolare processo terminato con una sentenza passata in giudicato, poiché non vi è la giuridica sicurezza che il credito vantato dal condomino non solo sussista, ma sia sussistente anche nell'ammontare ritenuto dal condomino stesso. Il fatto che l'ammontare del danno sia stato accertato all'esito di un accertamento tecnico preventivo non fornisce quella sicurezza giuridica che darebbe una sentenza: infatti l'accertamento tecnico preventivo è svolto da un tecnico incaricato dal Giudice e non ha lo stesso valore di una sentenza.

Quindi se la questione arrivasse davanti ad un Tribunale, con tutta probabilità le pretese del condomino non troverebbero accoglimento.

#ZENÉIZE

PROF. BAMPI
Franco
www.francobampi.it
zena@francobampi.it



LA ZÉUGGIA GRASSA E IL MÂCORDÌ SCUÖTO

Carnevale in genovese si dice *Carlevâ* oppure, per diletto della v, *Carliâ*. L'etimo è incerto: forse deriva dal latino *carne levare* (togliere la carne). Il *Carliâ* inizia con la *doménega de setoagèxima*, la prima delle sette settimane che precedono la *Setemänn-a Sânta*; ha il suo culmine tra *zéuggia grassa (giovedì grasso)* e il successivo *mâtesdi grasso*: il giorno dopo è *mâcordi scuöto* (mercoledì delle -Ceneri), detto così perché in questo giorno se *scûan* (si puliscono) le stoviglie dal grasso di carnevale.

La *mâscherâ* è ciò che serve per mascherarsi mentre colui che è mascherato si chiama *mâscherô*, anticamente *mömo* e *xânno* che vuol dire anche buffone.

Le maschere genovesi più note sono la coppia o *Marchéize* e o *Paizàn* (il Marchese e il Paesano); quest'ultimo, che si chiamava *Gepin* o *Brisca* o *Génio*, che cantava il *straponin* (strofe sfrontate e sferzanti). Per le donne c'era a *Marchéiza*. La maschera di *Capitàn Spavénta* era la presa in giro degli spagnoli e vestiva con abito attillato a strisce gialle e rosse (colori di Spagna).

Più antiche le figure di *Caporâ Berôdo* (Caporale Sanguinaccio) del *Sciô Reginn-a* mentre la coppia *Barôdda* e *Pipia con Baciccia* erano dei *marionétti* (burattini). Un tempo si faceva il *Carosézzo*, sfilata di carri allegorici dove si esibivano o *Mêgo co-o lavativo* (il Medico con il clistere) detto anche *sciô Magnifico* e *Barbê*; la *Bâlia*, di solito un robusto giovanotto; a *Nêna* che duettava con o *Paizàn*; e infine o *Pescôu co-o gâzzo* e a *Foxânna co-o méizou* (il Pescatore col berretto e la Fociana con il mezzaro). Si ballava la *riônda de Carlevâ*, il *contrabâllo* (minuetto contrapposto a una danza allegra), la *gîga* e il *peligordin*.

Curiosità - Casaccia registra così le maschere: Arlichin (bergamasco), Bregghella (cremasco), Pantalón (veneziano), Stentarélllo (fiorentino), Tartàggia (napoletano) e nessuna genovese!

L'ùrtimo giòrno de Carlevâ
de raieu se ne fa 'na pansâ

#CURIOSANDO

DIR. DE ROSA
Michela
Direttore Resp. Corfole
0185.938009 info@corfole.com



SHİKATA GA NAI, L'ARTE GIAPPONESE DI ARRENDERSI

Il progetto che non va in porto e sul quale insistiamo. La persona che vogliamo tenere legata anche se l'amore è finito. L'attività che è giunta al capolinea del suo percorso. Quella che riteniamo un'ingiustizia sul lavoro. Il rancore verso chi ci ha feriti. "Shikata ga nai". È l'espressione giapponese che ci dice di "lasciare andare come va". Chi pensa di poter sempre controllare tutto potrebbe vedere rassegnazione o passività, ma è tutt'altro. **Shikata ga nai** vuol dire impegnarsi, dare il meglio di sé, ma poi accogliere ciò che arriva, senza accanirsi e senza opporre resistenza. Fluire con ciò che non si può cambiare. Come l'acqua che sbattendo su uno scoglio non si accanisce, non si arrabbia e non si offende, ma va oltre. Per poi tornare ad essere mare. **Shikata ga nai** significa quindi evitare sofferenze inutili. Si tratta di una "resa" saggia, attiva, nella comprensione che il mondo spirituale ci porta sempre soltanto esperienze utili a farci evolvere. Ma attenzione, non è un'attitudine, bensì è una scelta, che va ripetuta, ogni volta.

Ecco alcune attenzioni che ci aiutano ad entrare in questa modalità e fluire con la vita. Dal libro "L'arte giapponese di nutrire mente, corpo e spirito" (in inglese) di Candice Kumai:

1. **Respirare profondamente** attraverso il naso aiuta a sentirsi più radicati a terra, riporta alla realtà. Presta attenzione al corpo e alle tensioni e porta lì il respiro per rilassarlo.
2. **Non paragonarsi agli altri.** Ha senso che una rosa si paragoni a un girasole? Ognuno ha la sua unicità, la sua storia e il suo compito. Onora quello che sei, sai fare, hai fatto. Le vite degli altri utilizzale per trarne ispirazione.
3. **Prendersi cura di sé.** In questa corsa quotidiana a rincorrere l'orologio diventiamo macchine. Ma siamo esseri umani e ricordarlo è una cosa seria, come lo è prendersi cura di corpo, emozioni (difendete il tempo per amici e affetti), mente (buone letture, divertimento) e spirito (tutto ciò che ci fa crescere).
4. **Cambiare prospettiva.** Allenare la mente facendo tragitti diversi dal solito, visitare posti nuovi, fare attività che non si erano mai fatte. Cogliere gli stimoli creativi e costruttivi che la vita propone e non si erano mai considerati.
5. **Stare nella natura.** Camminare nei boschi, contemplare la bellezza, i profumi e la vita in cui si è immersi, l'ossigeno. La relazione con la natura può dare intuizioni e consapevolezza.
6. **Saper chiedere aiuto.** Ci sono più persone di quante crediamo pronte ad aiutarci, ognuno in modo diverso. Ma bisogna saperlo chiedere.

#FISCO

DOTT. MANDOLFINO
Francesco
www.studiomandolino.it
0185.934120 | 340.2984225



AUTO PER DISABILI: MOLTE LE AGEVOLAZIONI

Acquistare un'auto per una persona con disabilità può sembrare complicato, ma esistono agevolazioni che rendono tutto più semplice. Una delle principali è la **detrazione fiscale del 19%** sull'acquisto, **anche se viene dato in permuta un veicolo usato.**

La detrazione fiscale si applica sull'importo totale, cioè sia sui soldi versati sia sul valore del veicolo dato in permuta. L'Agenzia delle Entrate ha chiarito che è **necessario conservare documenti** come il contratto d'acquisto, la fattura e l'atto di vendita dell'auto usata. Per ottenere la detrazione, il **pagamento deve essere tracciabile**, quindi fatto con bonifico bancario o altri sistemi che permettano di identificare chi ha effettuato la spesa.

La detrazione vale **anche per auto usate**, purché destinate al trasporto di persone con disabilità riconosciuta.

Se l'auto è per una persona con **disabilità motorie permanenti**, deve avere adattamenti specifici per rientrare nelle agevolazioni.

Un familiare che ha il disabile fiscalmente a carico può richiedere la detrazione. Questo aiuta le famiglie ad affrontare le spese per garantire la mobilità e l'autonomia dei propri cari. Grazie a queste agevolazioni, l'acquisto di un'auto adeguata diventa meno oneroso. È importante informarsi bene, conservare la documentazione necessaria e, se si hanno dubbi, consultare un esperto per ottenere tutti i benefici previsti dalla legge.

Lo studio Mandolino è a disposizione per ulteriori indicazioni per poter rientrare nelle agevolazioni.



SOGNI UN **LAVORO**
che ti dia **LIBERTÀ**
e **SODDISFAZIONE?**

Entra nella squadra
del centro di mediazione immobiliare
più grande del Levante!

Hai esperienza? Bene!
Non hai esperienza? Cresci con noi.

CONTATTACI
0185.1871091
allwinners@remax.it

**Hai mai
pensato che**
almeno altre VENTIMILA persone
leggeranno queste pagine,
proprio come stai
facendo tu?

**per la tua
PUBBLICITÀ SU CORFOLE**
0185.938009 info@corfole.com

SGOMBERI
magazzini
negozi
fondi commerciali
case e appartamenti

LUCA 327 9573 090

CASA NUOVA
senza cambiare casa?
RINNOVA I TESSUTI

Tu scegli lo stile,
noi pensiamo a tutto:
prendiamo le misure,
rifoderiamo i tuoi arredi
e installiamo le tende.
Ora puoi goderti la tua
nuova casa

TENDAGGI INTERNI
TAPPEZZERIA NAUTICA

Laboratorio Tappezzeria Suarez

FERRADA
Via De Gasperi 39
0185 1441036
351 8553072

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>TASSO: Locale ex ristorante di 107 mq con cortile privato e carrabile Salone open space con zona bar Cucina spaziosa aperta sul salone Bagni completi e spogliatoio Possibile cambio d'uso in abitazione Zona molto soleggiata ed aperta € 35.000</p>	<p>GATTORNA 500 METRI: Appartamento Termoautonomo Ingresso in corridoio, Soggiorno, Cucina abitabile, 3 Camere da letto, Bagno, Balcone vivibile, Posto auto - NO CONDOMINIO Zona comoda a mezzi di trasporto € 63.000</p>	<p>GATTORNA - DONEGA: Appartamento con Giardino, garage e cantina spaziosa Ingresso, Cucina abitabile, Soggiorno spazioso, 2 Camere da letto, Bagno con finestra, Balcone, Soffitta ampia, Garage, Cantina spaziosa, Giardino. Termoautonomo. € 55.000</p>
<p>LUMARZO: Appartamento con box auto Cortile e ampia terrazza vivibile Ingresso indipendente in corridoio Spazio soggiorno Cucina abitabile 2 Camere da letto Box auto privato Terreno di 210 mq Facciata e tetto nuovi Interni in condizioni originali anni 70 € 55.000</p>	<p>LEZZARUOLE-BOSSOLA: Appartamento con ingresso indipendente Soggiorno Cucina abitabile 2 camere con parquet bagno ripostiglio cantina terrazza vivibile e giardino privato Soleggiato con vista aperta Riscaldamento Autonomo € 36.000</p>	<p>LUMARZO: VILLA INDIPENDENTE Ingresso in Soggiorno con caminetto, Cucina open space, 4 Camere da letto, 2 Bagni completi con finestra, Terrazza vivibile, Spazioso giardino privato, Cantina, Grande taverna, Box auto doppio. Molto soleggiata € 360.000</p>
<p>GATTORNA CENTRALISSIMO: Appartamento Pronto da Abitare composto da Ingresso Soggiorno con Cucina abitabile, 3 Camere da letto, Bagno, Ripostiglio, 2 Balconi, Terrazza. Riscaldamento Autonomo. NESSUNA SPESA CONDOMINIALE Tetto e Facciata Nuovi € 110.000</p>	<p>FERRIERE 2 km: Casa indipendente con garage e terreno adiacente composta da ingresso, soggiorno, cucina abitabile, 3 camere, bagno, balcone, ripostiglio, grande garage con doppia serranda. Terreno e giardino Vista aperta e molto soleggiata € 155.000</p>	<p>CALVARI A 1 KM: Appartamento termoautonomo con posto auto Ingresso in corridoio Soggiorno con angolo cottura 2 Camere da letto Bagno con ampio box doccia e finestra 2 Balconi spaziosi Dispensa ampia Zona molto soleggiata Vista aperta € 99.000</p>
<p>SOGLIO: Antico Frantoio per olive Casa indipendente con Giardino Ingresso in Soggiorno con frantoio antico e torchio restaurati del 1882 Cucina con forno a legna 2 Camere da letto Studio 3 Bagni Cantina spaziosa Taverna con giardino Bosco privato Ampia terrazza vivibile € 169.000</p>	<p>TRIBOGNA: Casa indipendente con giardino adiacente e ampia taverna Doppio ingresso Soggiorno spazioso Cucina abitabile aperta sul soggiorno 4 camere da letto 3 bagni completi Collegamento interno tra i due piani Ampia taverna Possibile bifamiliare 50 metri di strada pedonale € 110.000</p>	<p>MONLEONE: Appartamento con terreno privato recintato composto da Ingresso Soggiorno Cucina abitabile 3 camere da letto Bagno con finestra Balcone Cantina con bagno Box auto in lamiera e magazzini. Terreno carrabile Tetto e facciata in ottimo stato Nessuna spesa condominiale € 105.000</p>
<p>LUMARZO - LAGOMARSINO: Casa indipendente a schiera Composta da 3 appartamenti indipendenti con ampia terrazza Terreno recintato per orto e giardino Da ristrutturare Zona soleggiata Comodi mezzi pubblici € 50.000 TOTALI</p>	<p>TERRAROSSA: Appartamento termoautonomo spazioso 3° piano composto da ingresso ampio Soggiorno luminoso Cucina abitabile 3 camere da letto Bagno con finestra Dispensa 2 balconi vivibili Area parcheggio condominiale Ottima esposizione soleggiata € 55.000</p>	<p>FERRIERE: Casa indipendente su 3 lati con spazioso garage e cantina Ingresso Cucina abitabile aperta sul Soggiorno 2 camere da letto Studio Bagno completo con finestra Cantina Garage con serranda, porta a vetri e finestra. Zona molto comoda a mezzi e negozi. Da ristrutturare internamente. € 63.000</p>

VARIE

VENDO

- Tavolo moderno in legno da cucina allungabile da 100 a 138 + 4 comode sedie abbinate; credenza in formica vintage, 134 x 183 x 43, 250€; elegante e importante credenza genovese anni '50 in noce 130x 44 x 210 €500; valigetta per utensili in alluminio dexte, con cartellino 20€ 3493150946
- Piaattia: Lugh.1.30, Alt 1.15. 3382448334
- Chitarra acustica SX corpo dreadnought acquistata agosto 2023 e usata poco 45€, per informazioni, solo WhatsApp 3336473464.
- Bicicletta Bianchi Stelvio perfettamente conservata € 100 Tel 333.3208339
- tv color LG 32" € 50. Cell 340 479 9170
- Poltrone eleganti tessuto bordeaux/oro in ottimo stato, usate pochissimo, abbinabili ad arredamenti antichi e moderni. In coppia o singolarmente 3487625849

CERCO

- Armadio in regalo o modico prezzo 334.8774968
- Fornelletto da tavolo 2, 3 fuochi alimentato con gas gpl bombola oppure cucina sempre a gas 3791066820
- Fisarmonica 328.2256519
- Carrello trasporto imbarcazioni in fase di smaltimento//demolizione. Ritiro e pratica cancellazione PRA a mio carico. 3934113873
- Cerco in regalo tapis roulant 340 479 9170
- Cerco Vespa 328.2256519
- Legno di ulivo a tronchi ; carbone Coke-antracite, ovoli 329.2847365
- Cerco Twizy o Birò o minicar simile 338.5933282
- Cerco in regalo tv funzionante 347.6096886
- Per scuola infanzia cercasi puzzle, tristici e libri cartonati 340.4799170
- Per Museo del Videogioco a ingresso gratuito: vetrinette, console e videogiochi anche vecchi e rotti, riviste, adesivi, e qualsiasi cosa a tema. 328.2256519



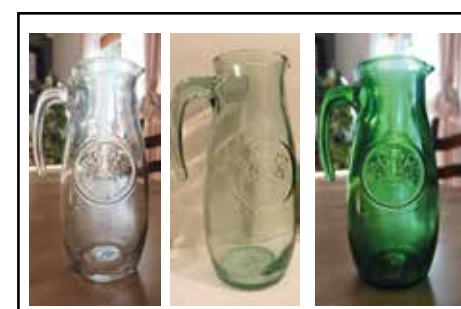
VENDO APE 50 omologata due posti e in buone condizioni. Possibile visionarla e provarla a Trigoso 333.7215448



VENDO tavolo da lavoro in ferro alto 93 cm largo 113 cm. €200 Ritiro a carico dell'acquirente 3332480557



VENDO Materasso ortopedico doppio mai usato, ritiro carico acquirente a €100 3483102702



VENDO Introvabili caraffe con logo in rilievo dell'ex Provincia di Genova; colori verde scuro, verde chiaro e incolore; €15 cad €40 per 3 pezzi 338.5933282



CERCASI TAVOLI PING PONG ANCHE IN PRESTITO
per ass. sportiva a Gattorna che si occuperà di insegnare a bambini e grandi questo meraviglioso sport, anche per ritrovare momenti di socialità.
328.2256519 preferibilmente whatsapp scritto.

LAVORO

OFFRO LAVORO

- Fg Manutenzioni Srl ricerca operatore su fune
- A Chiavari cercasi estetista sostituzione maternità: info@biutik.it.
- Le Chic di Rapallo cerca estetista/onicotecnica anche prima esperienza. Cv a info@le-chic.it
- Cerchiamo Estetista, estetica di base e avanzata, ricostruzione unghie. 3201429364
- Cerco signora pulizie da lunedì al venerdì per 2-3 ore di mattina. Zona Monleone. 3409808959
- Cercasi bagnino presso Gate's House Sporting Club Rapallo. Inviare c.v. a info@ghsc.it
- Marzo-Ottobre, receptionist anche prima esperienza: amministrazione@villa-gelsomino.com
- Focacceria a Portofino cerca banconista: job@anticaforneriarecco.com
- Cercasi 1 cameriera/a per ristorante a Portofino da marzo a ottobre. 329 7091292 whatsapp
- La Vermuteria Chiavari cerca barback giovane che sappia soprattutto fare sala e accoglienza
- Vineria Macchiavello a S. Margherita L. cerca staff di Sala con conoscenza mondo vino: vino-caffe2019@gmail.com o whatsapp 3490574117
- Bar Millelire a Sestri Levante cerca baristi, camerieri, aiuto cucina. CV a 338 2959348
- Si cerca cameriera/e a Rapallo 3286577160
- Ristorante il Melograno di Cavi di lavagna cerca apprendista cameriere/a 3493653944
- Cutter Cucca a Sestri Levante cerca amieriere/a
- Le tirebouchon Chiavari cerca cameriera/e, nel week end con possibilità stagione estiva.
- Pizzeria CO Recco cerca da marzo a ottobre: aiuto sala, banconiera, lavapiatti, aiuto cucina
- Due Querce Zoagli cerca cameriere/a
- Pizzeria Nettuno, Via XX Settembre 7 Lavagna cerca portapizze 392.2229198

CERCO LAVORO

- Elettricista civile e industriale, esperienza ventennale: quarolli.maria@gmail.com
- Aiuto cuoco o altra mansione per arrivare alla pensione 346.0121204
- Signora referenziata, lavoratrice, spiccate doti di contatto col pubblico offesi come receptionist, centralinista, commessa, impiegata, cassiera; anche part-time. Agevolazioni fiscali. 379.1757104

NESTORI
Fiori & Garden shop
Gattorna Via Romana 4
TEL 0185 93 46 97

25-31 MARZO
CORSI DI RILASCIO E RINNOVO PATENTINO FITOFARMACI

PARENTI O AMICI IN VISITA? OPERAI IN TRASFERTA?

Appartamento ammobiliato e accessorizzato composto da ingresso: soggiorno con angolo cottura e divano letto, camera matrimoniale, cameretta con 2 letti + 1 estraibile, bagno con doccia. Posto auto. In zona residenziale nel verde, a 4km (7 minuti) da Gattorna, 25 da Chiavari e 30 da Genova.

STRUTTURA A.A.U.T. ENJOY THE GREEN
Licenza nr. (CITRA 010036-LT-0007)
CIN: IT010036C2ER3CNNNTT

ANCHE AFFITTO TRANSITORIO O RESIDENZIALE

INFO: 338.5933282



Alle macchie ci pensiamo noi...

LAVANDERIA Wilma

Ferrada di Moconesi
Via Cristoforo Colombo 10/B
dal lunedì al venerdì 09-12 e 15:30-19
sabato 09-12; domenica chiuso
347 03 91 61 9

LA TUA CASA A SOLI €20.000 (TRATTABILI)

Val Fontanabuona
A Moconesi Alto, a soli 2 km da Gattorna e circa mezz'ora da Chiavari, privato vende appartamento composto da ingresso, soggiorno con angolo cottura, due camere, bagno, vista panoramica. Posto auto. Adatto anche uso vacanza.

INFO: 371.3459475



CORFOLE CERCA addetti alla distribuzione
per consegna giornale presso negozi e supermercati:
- attività semplice
- una volta al mese
- adatta anche a pensionati

CHIEDI INFO! 0185.938009

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



ISOLANI

ISTITUTO OTTICO

PARTNER TECNICO DEL VOSTRO MEDICO OCULISTA DI FIDUCIA

STRUMENTI TECNOLOGICAMENTE AVANZATI

La filosofia di Istituto Ottico è quella di mettere il **cliente al centro del processo di innovazione**. L'80% delle informazioni che riceviamo è visiva e il 40% delle attività cerebrali è dedicato alla vista, è quindi fondamentale che le **lenti che indossiamo siano di altissima qualità e personalizzate**. Per garantire questi standard, ci affidiamo esclusivamente a leader **del settore oftalmico**.

LA SALA SIMULAZIONE

Una delle nostre caratteristiche distintive è la **Sala Simulazione**, uno spazio creato per **testare in situazioni di vita reale le soluzioni ottiche proposte**. Questo consente ai nostri clienti di provare diverse opzioni prima di scegliere l'occhiale definitivo. Utilizzando clip aggiuntive, è possibile sperimentare tutte le soluzioni ottiche disponibili sul mercato, garantendo una scelta consapevole e mirata. Oltre alla prova pratica, i nostri tecnici eseguono una valutazione approfondita delle esigenze visive e posturali del cliente, completando la valutazione della funzionalità degli occhiali e adattando le **prescrizioni medico-oculistiche alle specifiche esigenze anatomiche, estetiche e funzionali di ciascuno**.



GARANZIA TOTALE DI RISULTATO

Per noi, la **soddisfazione del cliente è fondamentale**. Ogni soluzione ottica viene accompagnata dalla **Garanzia Totale di Risultato**, che assicura una soddisfazione del 100%. Se il cliente non è completamente soddisfatto, ci impegnamo a risolvere qualsiasi problema fino a raggiungere un risultato perfetto.

SEDE DI GENOVA

**Centri
Vista sole e sport**
C.so Buenos Aires, 75r
Tel. 010.3623053

**Centro
Lenti a contatto**
Via Casaregis, 36a
Tel. 010.562340

AMPI PARCHEGGI GRATUITI

CENTRI OPERATIVI

GENOVA
Via Palestro, 9/11r
Tel. 010.8315182

GENOVA VOLTRI
Via Camozzini, 28r
Tel. 010.6136572

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

RAPALLO
Via della Libertà, 13A
Tel. 0185.232071

SANREMO
Via Roma 55/57
Tel. 0184.634927

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

GATTORNA
Via XXIII Settembre, 4
Tel. 0185.934986

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

SAVONA
Via Guidobono, 28r
Tel. 019.810447

isolani.com
f @ in ▶