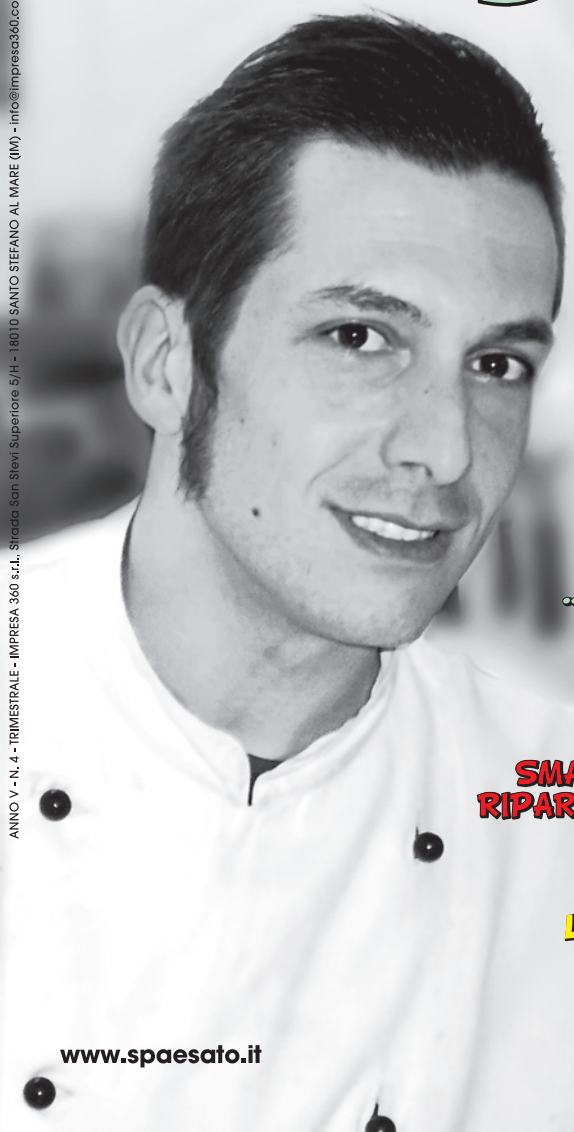
TRIMESTRALE DI INFORMAZIONE TURISTICA

FEBBRAIO 2016

SPAESATO



IL MASSIMO DELLA RELATIVITA' TRA MATEMATICA, MUSICA, GUERRA E SENSO UMANO

'NDO VAI NELLO? VENGO DI BOTTO ... .. AL POSTO DI OTTO !!

LA FAMIGLIA DI MAX

SMALTIAMO IL PANETTONE RIPARTIAMO PER I SENTIERI

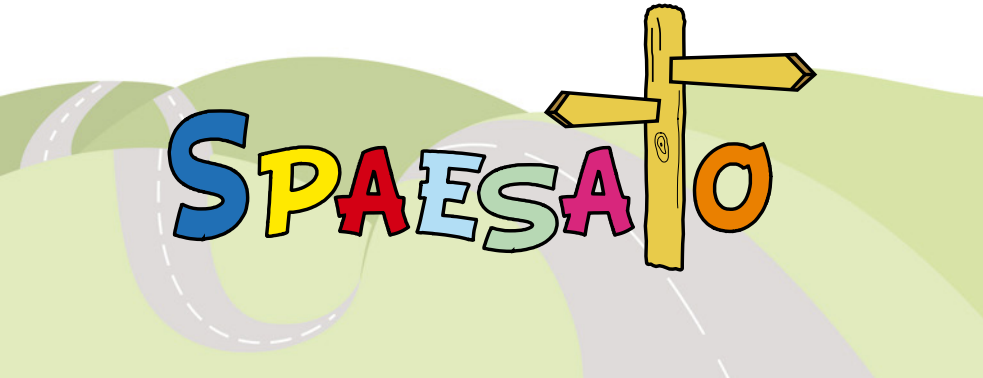
COUGH, COUGH LA TOSSE .. A TEATRO!

ANNO V - N. 4 - TRIMESTRALE - IMPRESA 360 s.r.l.. Strada San Stevi Superiore 5/H - 18010 SANTO STEFANO AL MARE (IM) - info@impresa360.com

www.spaesato.it

COPIA GRATUITA

CON IL PATROCINIO DEL COMUNE DI SANTO STEFANO AL MARE



SPAESATO POINTS

DOVE TROVARE LA TUA COPIA GRATUITA DI SPAESATO

VENTIMIGLIA
- Bar Fiorucci (Veneziano), Via Vittorio Veneto 21/C, tel. 0184 357133
- Bar Canada, Via Aprosio 25, tel. 0184 356328
- Edicola Stazione Ferroviaria, Raco Antonello, P.za Battisti Cesare 1, tel 0184 352900

VALLECROSIA
- Ristorante da Erio, Via Roma 108, tel. 0184 291000

BORDIGHERA
- Immobiliare Casamare, Via Vittorio Emanuele 86, tel. 0184 264 764
- Faraldi & Otten, Via Vittorio Emanuele 27, tel. 0184 260221
- Ristorante La Reserve, Via Arziglia 20, tel. 0184 261322
- Hotel Parigi, Lungomare Argentina 16/18, tel. 0184 261405

OSPEDALETTI
- Gelateria Alexandra, C.so Regina Margherita 21, tel 0184 688594
- Immobiliare Casamare, Piazza IV Novembre 6, tel. 0184 684 086
- Bagni La Scogliera Beach, Passeggiata Soulac Sur Mer 1, tel 0184 689985
- Comune di Ospedaletti, Via XX Settembre 34, tel 0184 68221
- Hotel Le Rocce del Capo, Lungomare C. Colombo 102 , tel. 0184 689733

SANREMO
- Edicola Garibaldi, Corso Garibaldi 138, tel 0184 574544
- Edicola Todarello Nuova Stazione Ferroviaria, C.so Cavallotti
- Edicola Ottazzi, P.za Colombo Solettone
- Bazar e Bagni Morgana, Corso Trento Trieste 12, Tel 0184 503647
- Bagni Italia, Corso Trento Trieste 4, Tel 0184 503644
- Immobiliare Casamare, Via Matteotti 24, tel 0184 574262
- Tabaccheria Casinò di Soresi A., Corso Imperatrice 29, tel 0184 578151
- Big Ben Pub, P.za Bresca 20, cell 340 1427442
- 21 Jazz Caffè, P.za Bresca 21, cell 340 1427442
- I Fiori di Lu, C.so Cavallotti 24, tel 0184 524153
- Bar Phoenix Portosole, Via del Castillo 17, tel 0184 501718
- Vinopanino & Co. Wine Restaurant, C.so Mombello 56/58, tel 0184 524290
- Hype, Via Roma 43 - Via Carli 18, tel 0184 591949
- Ristorante Club 64, Via Verdi 2, tel 0184 578192
- Maggiore Car Rent, P.za Colombo 28, tel 0184 504558
- Hotel Ristorante Marinella, Via G.Ruffini 21 e C.so O.Raimondo 143, tel 0184 505900
- Gelateria Vecchia Matuzia, C.so Matuzia 97, tel 0184 664090
- Biblioteca Civica Sanremo, via Carli 1
- Libreria Garibaldi, C.so Garibaldi 6, tel. 0184 500214
- FA Maggiore, Via Roma 172, tel. 0184 570373
- Circolo Golf degli Ulivi, Via Campo Golf 59, tel. 0184 557093
- LM Nautica, Portosole - Via del Castillo 17, tel. 0184 502429

ARMA DI TAGGIA
- Bar Frogs, Via Lungomare 121, tel 0184 42937
- Caffè Tiffany, Via Boselli 17, tel 0184 43115
- Assicurazioni Zurigo, Via Aurelia Levante 2, tel 0184 448867
- Bar del Comune, Via San Francesco 441, tel 0184 476009
- Voglia di Sfoglia, Via San Francesco, 30/c, tel. 0184 42370

RIVA LIGURE
- Ristorante Vela Blu, C.so Villaregia 186, tel 0184 486854
- Immobiliare Rossella, Via Nino Bixio 43, tel 0184 485353

SANTO STEFANO AL MARE
- Bar del Porto di Aregai, Via D'albertis 25, tel 0184 487788
- Edicola del Porto di Aregai, Via D'albertis, tel 0184 481522
- Gelateria Artigianale, Lungomare d'Albertis 13
- Comune, Lungo Mare Cristoforo Colombo 82, tel 0184 486404
- Biblioteca Parrocchiale, Via Roma 69
- Studio S Agenzia Immobiliare, Via Venezia 20, tel 0184 484984

SAN LORENZO AL MARE
- Tabaccheria Mazza Silvia, Via Aurelia 72, tel 0183-92813
- Hotel Ristorante Riviera dei fiori, V.Aurelia 3 - Porto Turistico, tel 0183-745100

IMPERIA
- Tarquinio Giribaldi, Via Scarincio 48, tel 0183-63756
- Hotel Rossini al Teatro, P.zza Rossini 14, tl 0183-74000
- Schenardi Sport, Via Repubblica 39, tel 0183-293520
- Pizzeria Acqua e Farina, Via G. Matteotti 58, tel 0183-276106
- Spiaggia D'Oro, Banchina Medaglie D'Oro 18, tel 0183-61756
- Hotel Corallo, C.so Garibaldi 29, tel 0183-650030
- Hotel Croce di Malta, Via Scarincio 148, tel 0183-667020
- Hotel Kristina, Spianata b.g. Peri 8, tel 0183-293564
- PromoSport, Via Nazionale 38 - Reg. S. Lucia Pontedassio, tel 0183-779000

DIANO MARINA
- Edicola della Stazione, P.zza Mazzini 2, tel 0183-497977
- Pizzeria O Sole Mio, Via Agnese Francesco 38, tel 0183-493087
- Cartolibreria Balilla di Bellei Giorgio, C.so Roma 160, tel. 0183-494715
- Piccolo Hotel, Via S.Elmo 10, tel 0183-407022
- Bar Roma, Piazza Dante Alighieri 5, tel 0183-426135
- Libreria Biblos, Via c.Colombo 22, tel 0183-497583
- Bowling, Via Nizza 15, tel 0183-495634
- Ristorante Golosamente, Via XX Settembre 34, cell 339-4916242
- Bar Nelson, Via Genova 72
- Bar Plaza, Corso Roma

SAN BARTOLOMEO AL MARE
- Hotel Delle Rose, Via C. Colombo 26, tel 0183-400712
- Bagni Bassamarea, Lungomare Delle Nazioni, cell 337-266633
- Bagni Medusa, Lungomare Delle Nazioni, tel 0183-402398
- Ufficio Turismo IAT, Piazza XXV Aprile 1 , tel 0183-400200
- Emmecidi Servizi Turistici, via Malta 8, tel 0183 404487 - 417037
- Caffetteria C'era una Volta, via Roma 71, tel 0183 402316

CERVO
- Ristorante Bar Bellavista, P. Castello 2, tel 0183-408094
- Ristorante Serafino, Via Matteotti 8, tel 0183-408185
- Spiaggia Il Portighetto, Via Aurelia 9, tel 0183-400047
- Comune di Cervo, Salita al Castello 15

DOLCEACQUA
- Ristorante Il Borgo, Via S.Sebastiano 2, tel 0184-206972

CIPRESSA
- Ristorante L'Olivapazza, Via G. Garibaldi 6, tel 0183-91174

BADALUCCO
- Ristorante Ca'Mea, Reg. Ravezza snc, tel 0184-408173
- Ristorante Le Macine Del Confluente, Loc. Oxentina snc, tel 0184-407018

PIETRABRUNA
- Ristorante La Pignatta D'Oro, Via Mameli snc Loc. Torre Paponi, tel 0183-90017

CASTELLARO
- Castellaro Golf, Strada Castellaro 1, tel 0184-463848

CHIUSAVECCHIA
- Brunengo Orietta Tabaccheria, Piazza Caduti 2, tel. 0183 52207

INDICE

PICCOLE CONSIDERAZIONI 5
UN OCCHIO AL TERRITORIO 6
ASSAPORANDO 11
RICORDI E POESIE 13
SPORT E TEMPO LIBERO 14
FRANCO BOLLO 29
ARTE E CULTURA 35
MUSICA E SPETTACOLO 43
IL PUNTO DEL TURISTA 44
MEDICINA E SALUTE 48
L'ORA DI RELIGIONE 54
CASA 56
IL PERSONAGGIO DEL MESE 65
I CARTELLI DIVERSI 70
COMICS E PASSATEMPI 72
MANIFESTAZIONI FEBBRAIO 79
MANIFESTAZIONI MARZO 85
MANIFESTAZIONI ...DURANTE... 91
NUMERI UTILI 92
SPAESATO PREMIUM LISTING 94

IN COPERTINA: FULVIO PELLEGRINI
CHEF DI MARE E FIGLIO D'ARTE

360 impresa
NUOVE COSTRUZIONI - MANUTENZIONI - IMPIANTISTICA
CONSULENZA E SERVIZI PER L'EDILIZIA
IMPRESA 360 SRL
STRADA SAN STEVI SUPERIORE 5/H - 18010 SANTO STEFANO AL MARE (IM)
TELEFONO +39 339 6709546 - TELEFONO +39 338 4394772
WWW.IMPRESA360.COM INFO@IMPRESA360.COM

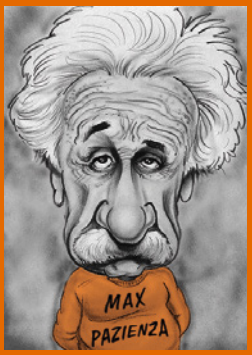
ELIA COSTRUZIONI
SANREMO

SCAVI E MOVIMENTAZIONI TERRA
CEMENTI ARMATI E COSTRUZIONI
DEMOLIZIONI
CARPENTERIA
MURATURE E PARETI
IMPIANTISTICA E SERRAMENTI
FINITURE

Via Peirogallo 89/91
18038 Sanremo (IM)
Tel.: +39 0184541499

info@eliacostruzioni.com

PICCOLE CONSIDERAZIONI



a cura di Max Pazienza

FAMIGLIA

Sono un papà
mio figlio lo sa
mia figlia lo sa
Sono un marito
mia moglie lo sa
circonda il suo dito
Mille e un difetto
sotto questo tetto
stringo al mio petto
Tutti
accendiamo
la stessa luce
Tutti
seguiamo
la stessa luce
Risplendiamo dentro
come un diamante grezzo
Affrontiamo insieme
alti e bassi
sebbene
esista molto in mezzo
Amo mia moglie
abbraccio mio figlio
stringo mia figlia
Siamo la mia famiglia

INGORDI DI BORGHI

a cura di
Discovery Mellans

Carpasio

Il territorio di Carpasio comprende l'alta valle Carpasina a ridosso delle valli del Maro, di Prelà e di Rezzo. In questa zona del territorio ponentino nasce il torrente Carpasina, presso la vetta del monte Grande, corso d'acqua che poi s'immette nel torrente Argentina nella valle omonima.

Il territorio comunale è costituito dalle tre principali frazioni di Arzene, Costa e Fontanili e dalle località di Colle d'Oggia, Costarossa, Costorello, Faravello, Prati Piani e Rairan per un totale di 16,29 km2.

L'Origine del Comune di Carpasio

Sul finire del XII secolo la valle carpasina era territorio di confine tra i domini della marca aleramica e arduinica, contesa quindi tra i Clavesana e i Ventimiglia. Le dispute tra queste due grandi famiglie feudali si protrassero con alterne fortune nel secolo successivo; un evento determinante per la storia del paese accadde nel 1234 quando il castello della Ruinata (Carpasio) fu occupato dagli Onegliesi che cacciarono i Clavesana consegnandolo ai Ventimiglia. Innumerevoli successioni e frazionamenti segnarono i diritti feudali sul paese che seguì, isolato in Valle Argentina, le vicende politico-amministrative del Maro. Emanuele Filiberto acquistò nel 1575 dalla marchesa d'Ufrè, erede dei Lascaris di Tenda, con il Maro, anche il dominio su

Chiesa parrocchiale di Sant'Antonino Martire.

Monumento ai caduti

SPECIALISTI PNEUMATICI
TORTOSA GOMME
Via S. Francesco, 313
Sanremo
Tel. 0184 505423-4

Carpasio. I Savoia diedero in feudo il Maro ai Doria e levandolo nel 1590 in marchesato e nel 1620 in principato, contemporaneamente l'aggregazione del Maro con le Valli Impero e Prelà. I Carpasini già in età preromana frequentavano gli alpeggi comuni delle Alpi Liguri; sino a pochi anni or sono i pastori del paese, utilizzando la Strada Marenca, portavano le greggi sui propri pascoli nelle Navette dove permanevano per tutta l'estate, alcuni si spingevano al Colle dei Signori e sugli alpeggi di Tenda. Era una vita dura come per necessità, spartana era l'alimentazione; si nutrivano frequentemente di pane d'orzo ammollato nel latte o nell'acqua, accompagnato da formaggio o bruzzo. L'uso del pane d'orzo era dovuto alla maggiore produttività di questo cereale, rispetto al grano, sulla terra rocciosa dell'alte Valle Carpasina; inoltre, il pane che si ricava, tagliato a fette, era particolarmente adatto per la lunga conservazione sui pascoli montani. Carpasio conserva memoria sull'antico uso comune dei pascoli e dei boschi nella comunaglia con Triora, ancora divisa nel XVIII secolo. Gli uomini dei due paesi potevano sfruttare su questa terra il bosco e il pascolo, mentre erano vietati gli usi agricoli, che presupponevano un possesso duraturo. Apparentemente non vi furono problemi finché non si sviluppò proprio lungo i termini delle terre comuni le ville di Glori e Fontanili. Originariamente erano due mansi (nuclei agricoli) rispettivamente delle famiglie Stella di Triora e Scarsella di Carpasio (a quest'ultima subentrarono recentemente i Cotta) nel XIV secolo quando le due comunità si ampliarono, l'occupazione delle terre comuni per uso agricolo privato fu motivo di liti e quindi vi fu la necessità di stipulare convenzioni tra i due paesi, che regolamentarono in tal modo l'uso della comunarda. Considerando che la media e l'alta Valle Argentina sino al XIII secolo, fu dominio dei Ventimiglia, e che la stessa famiglia, pur con alterne fortune, godeva dei diritti feudali sulla valle carpasina, i problemi di confine si risolvevano localmente. Ma, con la cessione nel 1575 di queste terre dai Lascaris ai Savoia, anche i piccoli problemi di confine divennero pretesti di guerra. La piccola comunità pastorale di Carpasio, isola sabauda nei territori genovesi, continuò ad essere legata al Maro, dove vi era il centro amministrativo comitale, fiscale e giudiziario, subendo da quel tempo un lungo isolamento. Sino al 1424 anche la parrocchiale, dedicata a Sant'Antonino, dipendeva dalla matrice del Maro; nella chiesa di san Nazario e Celso i carpasini dovevano battezzare i propri figli e seppellire i propri morti. Un uso che è rimasto impresso nella memoria sociale, tanto che la strada dell'antica pieve del Maro è ancora dai vecchi ricordata come "a rena di morti". L'isolamento e l'ambiente alpino hanno contribuito a conservare sul territorio di Carpasio le tracce di un'antica cultura pastorale e, soprattutto, delle sue espressioni di fede. Le incisioni

S.M. IMPIANTI s.n.c.
IMPIANTI TERMOSANITARI CLIMATIZZAZIONE
GAS LATTONERIA
Tel. 339 5022063 Sartore - Tel. 347 6863462 Messineo
Via Capinera, 26 - SANREMO

cruciformi cristiane medioevali scolpite sulle rocce nel bosco degli Ormè, si collegano idealmente risalendo verso le Alpi Marittime, con la sacralità espressa nella Pietra delle Croci dalle comunità della Valle Arroscia, con le più antiche forme di religiosità e di socialità lasciata nelle rocce presenti presso il passo Teglia e nel Sotto di San Lorenzo e con le migliaia di espressioni di fede impresse sulle rocce del monte Bego. Un'opera alla quale contribuirono, probabilmente durante le giornate estive di quattromila anni or sono, anche i progenitori dei carpasini e delle altre comunità ancor oggi legate da una storia e una strada alpestre comune.

Il Monte Carpasina

Monte Carpasina è un sito di interesse comunitario della Regione Liguria istituito con Decreto Ministeriale 25 marzo 2005; Comprende un'area di 1331 ettari nei territori dei comuni di Borgomaro, Carpasio e Molini di Triora, in Provincia di Imperia.

Il sito è caratterizzato da un insieme di crinali e di versanti degradanti verso il mare.

La geologia è caratterizzata da Flysch sanremese (Il Flysch è un complesso sedimentario composto da roccia sedimentaria clastica, depostasi in mare grazie a meccanismi deposizionali di tipo gravitativo: principalmente correnti di torbida e frane sottomarine) con prevalenza di calcari marnosi, marne e argilliti. Numerosi sono gli impluvi che confluiscono nel Torrente Argentina o nel suo tributario Torrente Carpasina.

Il paesaggio, in passato segnato soprattutto dal pascolo e dall'utilizzazione del bosco, manifesta un graduale ritorno verso condizioni più naturali.

L'habitat di interesse prioritario, è costituito dalle praterie e dai pascoli aridi su terreni calcarei, con siti importanti per le orchidee. Sono segnalati anche prati magri da fieno, boschi di faggio, di castagno, boschi misti di orniello e carpino nero e frammenti di comunità ripariali a salice e ontano.

Nel Torrente Carpasina vi è un'abbondante popolazione di gambero di fiume. Tra gli altri rappresentanti della fauna si segnalano l'endemica pagulina subdola e una cinquantina di specie di uccelli protetti dalle norme comunitarie, fra le quali spiccano l'aquila e il corvo imperiale.

VETRERIA SANREMO
E-mail: vetreriasanremo@libero.it
Via Privata Canepa, 42 - SANREMO - Tel./Fax 0184 50.54.91
SERRAMENTI IN ALLUMINIO
VETRI
CRISTALLI
SPECCHI

fogliarini.com
original design furniture
made in italy.
FA MAGGIORE
VIA ROMA 172
SANREMO ITALY
+39.0184.570373
FOGLIARINI ARREDAMENTI
S.P. KM 9,6
PERINALDO ITALY
+39.0184.672023
FA MAGGIORE
VIA ROMA 160
SANREMO ITALY
+39.0184.1956172

INGORDI DI BORGHI

MUSEI

Museo storico della Resistenza, sito in un casone nella frazione di Costa, aperto nel 1982, raccoglie reperti e documenti sulle battaglie dei partigiani locali nella lotta per la liberazione del paese e della valle. Tra i reperti conservati ed esposti divise, fotografie, armi, cimeli e testimonianze storiche di quel periodo bellico.

Apertura: da aprile a ottobre, sabato/domenica e giorni festivi, ore 9-18 (nei feriali su prenotazione). Ingresso gratuito.

Museo della lavanda, inaugurato nel 2012 presso il centro storico di Carpasio, curato dalla locale associazione culturale Officina delle Erbe, contiene reperti e documenti sulla coltivazione della lavanda, attività tradizionalmente svolta nel paese.

Apertura: dal 1° maggio al 15 settembre da LUNEDI a SABATO dalle 9:00 alle 12:00. Pomeriggio e festivi solo su appuntamento da concordare.

www.museodellalavanda.it

EVENTI

Festa patronale di sant'Antonino
2 settembre.

Festa della Natività di Maria Vergine
8 settembre.

Passeggiata dell'amicizia
1º maggio.

"Scunfoegu" di san Giovanni Battista
24 giugno.

Festa degli aquiloni
15 agosto.

Fiera di sant'Antonio abate
3 settembre.

Sagra della Carpasina
2 settembre.

RECAPITI

Comune di Carpasio

Piazza Garibaldi, 17
18010 CARPASIO (Im)
Telefono: 0184409017
Fax: +39 1782754403

www.comune.carpasio.im.it

LiguriaHomes Casamare | Knight Frank
SANREMO 0184 574262 - OSPEDALETTI 0184 684086
BORDIGHERA 0184 264764 - IMPERIA 0183 299142
www.liguriahomes.com - info@liguriahomes.com

ASSAPORANDO... A SANREMO CENTRO

a cura di Eno Leria

Ristorante "Quintessenza", Hotel Nazionale

Questo breve articolo vuole essere un sincero augurio per un locale che sta per compiere il suo primo anno.

Un bel rinnovamento per un ristorante che aveva perso lo smalto ormai da anni: si chiama "Quintessenza" ed il nuovo volto dell'Hotel Nazionale di Sanremo; a due passi dal Casinò e affacciato sull'affascinante via Matteotti, è in un punto senza dubbio strategico della città.

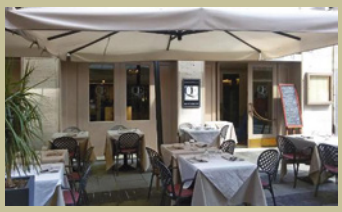
I complimenti vanno ad un gruppo di amici/imprenditori sanremesi che hanno avuto la giusta intuizione nel voler prendersi l'impegno di riportare questo posto al livello che merita; "Quintessenza" non è stato stravolto, ma ringiovanito ed elegantemente rinnovato.

Cucina e sala sono in mano rispettivamente ad Emiliano e Paolo: due solide figure di comprovata esperienza nel settore, una sicurezza.

L'Hotel Nazionale vicino al Casinò di Sanremo

Uno scorcio della sala

Il dehors



BIKKEMBERGS
BY BIKKEMBERGS

HYPE
Official Supplier
Via Roma, 43 (Via Carli, 18)
SANREMO (IM) • Tel +39 0184 591949
hype_sanremo@libero.it

DANIELE ALESSANDRINI
ITALIA

ASSAPORANDO... A SANREMO CENTRO

Entrando nel vivo del pranzo... Resto subito felicemente sorpresa dalla varietà della carta (da apprezzare anche la pagina con i suggerimenti vegetariani) e decido di assaggiare il "Baccalà pastellato su crema di pinoli, poi divorato alla velocità della luce, da consigliare così come "Misto di antipasto di Mare Quintessenza" finemente presentato sul piatto d'ardesia.

Tra una portata e l'altra veniamo coccolati da una graditissima focaccia appena sfornata, seguita quindi dai delicati "Tagliolini di grano saraceno all'astice e carciofi" insieme agli "Gnocchi di zucca al castelmagno e funghi porcini", azzeccato abbinamento invernale.

Il tutto è piacevolmente esaltato da una perfetta "Ribolla gialla" di Livio Felluga, rilassante come l'atmosfera che si respira da clienti.

Per il dolce ahimé non resta più spazio, rimandato alla prossima occasione!

Tengo a menzionare anche la terrazza panoramica dell'ultimo piano dell'albergo, fiore all'occhiello del ristorante soprattutto durante il periodo estivo durante il quale vengono organizzati numerosi eventi enogastronomici.

E questo è solo l'inizio… In bocca al lupo!

Eno Leria

ANDREA MOGAVERO
IMPIANTI ELETTRICI TV
IMPIANTI CIVILI
IMPIANTI INDUSTRIALI
ALLARMI
AUTOMATISMI
SANREMO - Cell. 338 80.86.786
mogavero.andrea75@alice.it

L'isola felice

Non è vero che l'isola felice non c'è;
io sono sbarcato alle sue sponde.

Cinquant'anni or sono
col mio matrimonio.

Quando il frastuono del prossimo,
arduo mi rendeva il cammino,

Riparavo nell'isola felice
dolce mia casa.

Quando nemico mi era il dintorno
e la procella il culmine raggiungeva

Gettavo l'ancora al sicuro porto
della mia isola felice.

Quando la tempesta su di me
imperversava
superando minacciosi flutti là rientravo.

Ed ora, che la quiete sovrana
sul tutto incontrastata regna,

Sempre ineguagliabile rifugio è
la mia isola felice.

Regno inviolabile.
Avita sponda.

Quivi una regina impera.
E' la soave mia compagna.

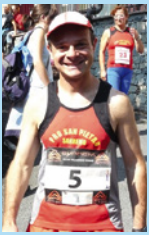
Che comanda su tale fantastica isola
reale, tangibile, assoluta certezza.

Qui primavera eterna
si rivela nello splendido volto

Dell'amata mia consorte.

Con la collaborazione di Piercarlo Bonetto

CORRIAMO INSIEME



a cura di
Gianfranco Adami

..... Ripartiamo per i sentieri .....

...pista d'atletica – Coldirodi – Sanromolo e ..ritorno ...

In questo numero torniamo a proporre un percorso che, ormai lo avrete capito, rispetta e incontra i nostri gusti ...i sentieri di montagna.

In particolare questo tracciato vuole evidenziare una particolarità che è riscontrabile solo, senza peccare di campanilismo, nella nostra cara e amata Liguria ed in particolare nell'estremo ponente.....

Questo percorso, provato per la prima volta nel dicembre dello scorso anno, vuole essere un banco di prova per il "nostro sogno", del quale vi abbiamo già accennato nei mesi scorsi: riuscire ad organizzare una gara di Trail con partenza ed arrivo da Sanremo.

Molti di noi del gruppo della corsa, da alcuni anni, abbiamo iniziato a partecipare a gare e manifestazioni di questa "nuova" disciplina dell'atletica, i Trail appunto, che sono caratterizzati da percorsi naturali, con pochissimi tratti di asfalto e forti dislivelli.

Nel partecipare a queste manifestazioni abbiamo raggiunto paesi e paesini della nostra Liguria, del Piemonte, della vicina Francia e allora ci siamo detti ..... "perché non organizzare un Trail a Sanremo, con i percorsi e l'entroterra che abbiamo, sarebbe una meraviglia !!!" . Certo non sarà un'impresa da poco, c'è poca cultura ed attenzione nel promuovere sport "minori", ma il mondo del Trail è in forte espansione ed è frequentato da appassionati che usano le gare come "scusa" per fare del sano turismo sportivo.....

Quindi nel 2016 dovremmo trovare e tracciare un bel percorso che possa mostrare le nostre splendide peculiarità paesaggistiche .... per poi organizzare nel 2017 la prima edizione del Trail di Sanremo..... speriamo di riuscire in questa impresa.....

Comunque il giro che abbiamo pensato parte dalla nuova pista di atletica (sul mare, con ottimi spazi a parcheggio e ottima logistica per partenza e arrivo di una gara,....) si percorre la pista ciclabile fino ad Ospedaletti (si passa nella galleria dedicata alla Milano Sanremo) e subito dopo la piazzetta si abbandona la pista e si imbocca la galleria in leggera salita (così non si attraversa l'Aurelia) fino a raggiungere Coldirodi.... da qui secondo lo schema poi indicato si arriva a San Romolo per poi ridiscendere e tornare alla pista di atletica....

Buon allenamento .....

PERCORSO N° 20 – PISTA D'ATLETICA, SAN ROMOLO, PISTA D'ATLETICA

Grado di difficoltà: 4 (Su una scala da 1 a 5)
Distanza = 29,500 Km circa Dislivello positivo: circa + 1.400 m
Tempo di Percorrenza medio: intorno alle 4 Ora e 30 min

- Partenza dalla Pista di Atletica di Pian di Poma di Sanremo dove è possibile un comodo parcheggio: partenza dalla pista d'Atletica e percorrendo la pista ciclabile raggiungere Ospedaletti fino a dopo la vecchia stazione ferroviaria e, appena superato il fabbricato, lasciare la pista, percorrere la piazzetta e imboccare la galleria in leggera salita;
- All'uscita della galleria prendere la scaletta sulla sinistra e poi imboccare a destra la mulattiera che sale fino alle scuole; raggiunta la carreggiata, attraversarla e procedere in salita, tenendo sempre la destra, tutta la "Valle Grande" fino a Coldirodi;
- Raggiunta la piazza del paese, dove c'è una fontana per poter rifornirsi di acqua, imboccare a sinistra via Castello e procedere fino alle ultime case del borgo; superate le ultime case svoltare a sinistra per la carreggiata che passa sotto l'autostrada e poi procedere fino al primo bivio dove si deve procedere a destra in forte salita;
- Si procede in salita fino a raggiungere un sentiero che si trova alla sinistra della carreggiata e da qui, in mezza costa, si percorre questo bellissimo e panoramicissimo tracciato dove, all'unico bivio che si incontra si tiene la destra e si procede in salita fino a confluire in una pista sterrata tagliafuoco;
- Si percorre questa pista procedendo in salita fino a raggiungere l'incrocio con un'altra tagliafuoco (che proviene da Seborga) e si procede svoltando a destra e poco dopo si incontrano dei serbatoi in cemento (il giro dei "bottazzi"); da qui si procede percorrendo la pista tagliafuoco senza mai lasciarla fino al termine quando diventa un sentiero in salita con fondo estremamente pietroso.
- Si imbocca questo sentiero procedendo in direzione Carparo e Caggio (è segnato molto bene); qui si arriva in un altro punto estremamente panoramico e molto bello;
- Questo sentiero, chiamato anche "le creste" porta fino all'incrocio, anche questo ben segnalato, chiamato i "termini di Perinaldo" e da qui, in discesa si raggiunge il prato di San Romolo ;

SANRE CLUB MINI
sanreMINI ti mette le ali !!
www.sanreminiclub.it
info@sanreminiclub.it
sede: Via Volta, 149 - SANREMO
cell. 339 6709546 - 349 3238029

Rivamare

Abbigliamento Uomo e Donna

Via Monti, 1/D - Imperia Oneglia — Tel. 0183 72 09 31

Via Des Geneys, 26 - Imperia Oneglia — Tel. 0183 29 57 91

OUTLET
Via Scarincio, 90 - Imperia Porto Maurizio — Tel. 0183 60 642

Articoli per la Nautica e Sub

Calata G.B. Cuneo - Imperia Oneglia — Tel. 0183 29 32 37

Via Scarincio, 40 - Imperia Porto Maurizio — Tel. 0183 66 63 60

CORRIAMO INSIEME

- Dal prato, costeggiando la Chiesetta, si imbocca il sentiero che porta sulla provinciale San Romolo – Perinaldo e, raggiunto l'asfalto, svoltando a destra in salita, dopo poche centinaia di metri, si imbocca a sinistra il sentiero chiamato "i cancelletti" e lo si percorre fino al fondo quando riporta sull'asfalto;
- Si procede a sinistra, verso la curva del Marzocco fino a quando, nella curva chiamata "dei due muri", si imbocca il sentiero a sinistra e poi subito quello di destra fino, nuovamente all'asfalto. Da qui svoltando a destra in salita, dopo qualche metro, si prende a sinistra la tagliafuoco in discesa per poi imboccare il sentiero chiamato "i tubi di San Lorenzo", facilmente riconoscibile per la presenza di un tubo irriguo che costeggia il tracciato; qui bisogna fare attenzione in quanto, ad un certo punto, il sentiero compie una brusca curva a destra, che noi dobbiamo seguire, mentre un altro tracciato prosegue diritto. Da questo punto sono presenti le paraboliche, i salti e le passerelle posizionate dai grupp idi appassionati della downill con le mountain bike che hanno fatto un lavoro meraviglioso….
- Raggiunto nuovamente Coldirodi abbiamo percorso tutto l'asfalto, tramite la ripida via Buonmoschetto fino al supermercato Billa e poi tornare alla pista d'atletica.

E' un giro molto bello, tosto e duro quanto basta, quindi ……. Buon divertimento !!!

GIOCARE a GOLF NON E' MAI STATO così FACILE

Circolo Golf degli Ulivi
Sanremo

3 LEZIONI GRATUITE

PER CHI VUOLE AVVICINARSI AL GOLF INSIEME AD UNO DEI NOSTRI MAESTRI

REGALATI UN ESPERIENZA IMMERSA NEL VERDE DEL GOLF CLUB DEGLI ULIVI PER SCOPRIRE IL FASCINO DEL GOLF

Servono solo le scarpe da ginnastica, l'attrezzatura la forniamo noi **GRATIS**

ti aspettiamo!

SCEGLI IL TUO MAESTRO! COMINCIA A GIOCARE!

ALESSANDRA AMMIRATI
335 6773691

PAOLO AMMIRATI
339 6504889

NICOLA CARRERA
335 5416262

GIACOMO GANDELLI
335 6353305

CRISTIAN LANZA
338 9031910

Come raggiungerci

- Provenendo da Sanremo città seguire le indicazioni per Campo da Golf o per località San Giacomo - S. Romolo.
- Provenendo dall'Autostrada dei Fiori (A1) prendere l'uscita "Arma di Taggia" (Sanremo Est), imboccare Via Aurelia Bis e proseguire fino all'ulma uscita, quindi seguire le indicazioni stradali.
- Aeroporti più vicini: Genova (110 km) e Nizza (Francia - 50 km).
- Stazione ferroviaria più vicina: Sanremo città.

INFO:

0184 557093
info@golfsanremo.com
Golf Sanremo
www.sanremogolf.com

Circolo Golf degli Ulivi Sanremo

da 80 anni
aperto in tutte le stagioni

- 18 buche
- scuola Golf
- ristorante
- pro shop

Circolo Golf degli Ulivi
via Campo Golf 59
SANREMO

Tel. +39 0184 557093
Fax +39 0184 557388
info@golfsanremo.com
www.golfsanremo.com

MONTE BERTRAND 2481 MT.

a cura di
Antonio Santeusanio
Presidente Sezione CAI
di Sanremo

La gita che vi propongo in questo numero è una bellissima montagna delle nostre Alpi Liguri, molto bella d'estate ma altrettanto d'inverno con la sua caratteristica veste invernale.

Gita da SciAlpinismo, oppure con le ciaspole, naturalmente con tutte le dovute precauzioni nella parte alta, prima del traverso finale, rischio valanghe e neve ghiacciata a causa dei venti. Sono utili e **indispensabili i RAMPONI E LA PICOZZA**, per la parte finale sotto la vetta.

E adesso passiamo alla descrizione della salita.

Si parte da **Upega** 1297 mt. un bellissimo borgo dell'alta Val Tanaro. Dal parcheggio si attraversa il ponte sul torrente e proseguire sul lato sinistro per circa 500 metri; abbandonare il fondo valle ed inoltrarsi in un piccolo vallonetto piegando lievemente a sinistra dopo aver tagliato il **Rio Ferla** nel suo tratto terminale. Alzarsi nel bosco di conifere, esposto ad est che con pendenza media porta alla **Costa del Gaglio** a quota 1500 mt. circa. La dorsale molto ampia e panoramica: occorre rimontarla in tutta la sua lunghezza tenendosi al centro di un caratteristico bosco di abeti. A quota 2100 mt circa il crinale si affila e non è più agibile, portarsi leggermente sulla destra seguendo un piccolissimo corridoio pianeggiante; quindi riguadagnare la dorsale 2200 mt. circa per un pendio ripido con roccette affioranti fino all'inizio del traverso sotto la vetta. La salita alla vetta si effettua sullo scivolo esposto a nord est spostandosi sulla destra con alcuni tornanti (pericolo valanghe) ed uscendo sullo

spartiacque fra la Val Tanaro e la Val Roia. Percorrere l'ampia dorsale in direzione sud est pervenendo brevemente con gli sci ai piedi, alla spaziosa cima.

E possibile in condizioni ventate o ghiacciate con Ramponi e Picozza, all'inizio del traverso salirlo dritto alla vetta, ma richiede esperienza nell'uso dei ramponi e della picozza e alla ripidezza del pendio. Con le ciaspole la gita finisce fino a prima del traverso terminale, poi come sopra serve l'attrezzatura tecnica e saperli usare. Discesa dallo stesso percorso.

Gita bellissima dentro il **Bosco delle Navette**, con panorami spettacolari.

PARTENZA E ARRIVO: Upega 1297mt.
DISLIVELLO. 1184 mt.
TEMPO DI SALITA: 4/5 ore più la discesa.
ESPOSIZIONE: prima Est, poi Nord Est.
PERIODO INDICATO: Dicembre Marzo.
DIFFICOLTA': buoni sciatori; utili i ramponi e la picozza per la vetta.
CARTOGRAFIA: IGN f. XXXVIII – 40 Viève; IGM – f. 91 Tenda, Viozene; IGC 50000 n.8.

in collaborazine con

Club Alpino Italiano - Sezione di Sanremo
P.za Cassini, 13 – 18038 Sanremo (IM) - Tel/Fax 0184.50.59.83

BIEFFE clima dal 1964
VENDITA e ASSISTENZA TECNICA Tel. 0184 689162
CLIMATIZZAZIONE
IMPIANTI SOLARI
RISCALDAMENTO
ENERGIA RINNOVABILE
BIEFFE clima S.r.l. - C.so Reg. Margherita 178 - Ospedaletti (IM)
info@bieffeclimasrl.it - www.bieffeclimasrl.it

Ristorante - Pizzeria - Forno a legna

Chiuso il martedì

Via Verdi, 2 - SANREMO - Tel. 0184 57.81.92 - Cell. 335 8360750

www.pizzeriaristoranteclub64.com - pizzeriaclub64@gmail.com

TUTTI IN MONTAGNA

Programma gite del CAI Sanremo di Febbraio, Marzo e Aprile 2016.

7 Febbraio 2016--- Mont Agel, entroterra del Principato di Monaco. Diff. BC/BC+. CICLO ESCURSIONISMO.

14 Febbraio 2016--- Gorbio Col de Bousson, Pnte Siricoque 1051 mt. Disl. 700 mt. Tempo Compl. Ore 5, Diff. E. ESCURSIONISMO.

14 Febbraio 2016--- CIASPOLE, da programmare in base alle condizioni della neve. ALPINISMO GIOIVANILE.

21 Febbraio 2016--- Piani di Cipressa, Avvicinamento MTB, ALPINISMO GIOVANILE.

28 Febbraio 2016--- CIASPOLE, da programmare in base alle condizioni della neve. Gita Intersezionale. ESCURSIONISMO.

13 Marzo 2 016--- Gita Interregionale con la sezione CAI di Bolzanetto. ALPINISMO GIOVANILE.

13 Marzo 2 016--- Giro dei Forti di Cadibona, Disl. 560 mt., Tempo compl. Ore 5, Diff. E, ESURSIONISMO.

20 Marzo 2 016--- Monte Acuto, da Ceriale, giro ad anello, Diff. BC/OC. CICLESCURSIONISMO.

3 Aprile 2016--- Promontorio di Saint Tropez, ALPINISMO GIOVANILE. Pullman.

3 Aprile 2016--- S.Bernardino di Conio - Colle S.Bartolomeo e ritorno, Disl. 350 mt. Tempo Compl. Ore 5, Diff. E. ESCURSIONISMO.

10 Aprile 2016--- Vale Bendola, alla scoperta di sentieri selvaggi. Diff. BC/OC, CICLOESCURSIONISMO.

17 Aprile 2016--- Cima Marta 2138 mt. dal Colle Melosa, Disl. 600 mt. Tempo Compl. Ore 5, Diff. E. ESCURSIONISMO.

Prenotazioni delle gite nella sede del CAI Sanremo in Piazza Cassini 13.
La sede e aperta il martedì e il venerdì dalle ore 21,30 alle 23, e il mercoledì dalle ore 17,30 alle 19.

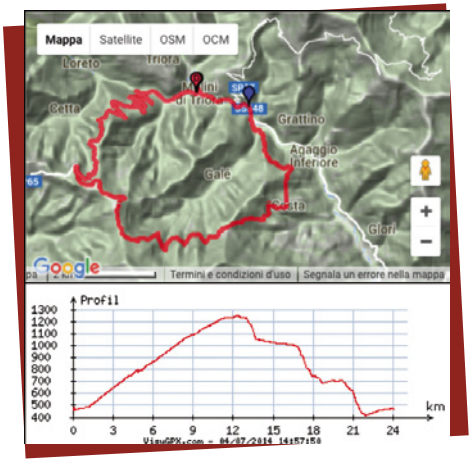
Il programma dell'anno ed altro è visibile sul sito web:
www.caisanremo.it

Molini-San Faustin

Stato: Italia – **Partenza:** Molini di Triora – **Arrivo:** Molini di Triora – **Km:** 25,560 – **Tipo:** all-mountain – **Difficoltà Tecnica:** alta – **Impegno Fisico:** medio – **Dislivello:** 924 m – **Altezza Max Raggiunta:** 1252 m – **Periodo Consigliato:** tutto l'anno (attenzione alle giornate di pioggia per la scivolosità delle rocce del trail finale.) Sconsigliatissima la sua percorrenza nei mercoledì e nelle domeniche di apertura caccia (da ottobre a dicembre)!!!

DESCRIZIONE: Anello al di fuori dei soliti giri conosciuti della Valle Argentina con partenza e arrivo a Molini di Triora. Salita su asfalto, primo sentiero in discesa fino a incrociare un lungo tratto di sentiero a mezzacosta da pedalare fino a Colla Bracca da dove parte il bellissimo e lunghissimo singletrack che arriva a Gavano; da qui con 2 Km di asfalto in pianura si ritorna a Molini.

ROADBOOK: Partenza dal piazzale del benzinaio di Molini di Triora. Prima salita su asfalto fino al bivio per San Giovanni dei prati. In prossimità della casa del prete, poco dopo la chiesetta di San Giovanni, comincia una pista larga che presto si abbandona per pedalare sul sentiero detto "del prete", (difficile l'individuazione dell'inizio soprattutto in periodo di caduta foglie, meglio essere muniti di gps) che ci porta sul famoso "binario", (zona pian di buoi) una volta adibito a piccola via di mezzacosta per trasporto della legna. Seguire il binario verso destra fino a raggiungere Colla Bracca.



A destra troveremo un casone in pietra, alle spalle del casone, molto più in alto Monte Ceppo, mentre diritto a noi parte il sentiero di San Faustin. Raggiunta zona Colletta, nei pressi di un

MTB SANREMO
SCUOLA DI MOUNTAIN BIKE
ITINERARI E TRACCE GPS
www.mtbsanremo.it
Ride your dream
infoscuola@mtbsanremo.it

gruppo di case di campagna, il sentiero prosegue fino all'abitato di San Faustin. Da qui una breve risalita conduce alla chiesa e poi sempre su asfalto, in discesa, si continua per poco fino a entrare, al primo tornante, sulla sinistra in una sterrata che dopo un primo tratto di discesa, risale ed entra in un sentiero (difficile da individuare senza gps). Bellissimo e molto tecnico il tratto finale che termina su un ponte romano, da percorrere fino all'innesto con la strada asfaltata. Superare il ponte carrabile e seguire al prossimo bivio le indicazioni per Molini di Triora.

Tutti i percorsi sono visualizzabili e scaricabili al seguente indirizzo internet
http://www.mtbsanremo.it

PER SCARICARE LE TRACCE DEL PERCORSO E PER MAGGIORI INFO:

DanYMarK
Sanremo Cycling
SPECIALIZED
COLNAGO
FERRINI
ITALWIN
www.danymark.com
Danymark S.r.l.
Via Volta, 38/40 - 18038 Sanremo (IM)
Tel. e Fax +39 0184 501549
info@danymark.com

PERCORSI IN MOUNTAIN-BIKE

Tipo di percorso	NUMERO	NOME	LUNGHEZZA	DISLIVELLO salita	DISLIVELLO discesa
TIPO	N°	NOME	LUNGHEZZA	DISLIVELLO salita	DISLIVELLO discesa
DH	1	Downhill di Bignone	3000 mt	0 mt	460 mt
FR	2	Scogli Rossi	2436 mt	0 mt	433 mt
XC	3	Saline Nord	4100 mt	13 mt	71 mt
XC	3a	Variante	5068 mt	87 mt	360 mt
FR	4	C.A.I.	1646 mt	0 mt	296 mt
FR	5	Mt. Ceppo Bajardo	8076 mt	140 mt	780 mt
XC	6	Le Creste	5021 mt	140 mt	170 mt
FR	6a	La Cisterna	2000 mt	25 mt	170 mt
XC	6c	Variante Mulattiera	410 mt	0 mt	38 mt
XC	6d	1° Traliccio	930 mt	0 mt	197 mt
FR	6e	Diretta Marzocco	620 mt	0 mt	160 mt
FR/XC	7	Diretta Mt. Nero	2825 mt	6 mt	242 mt
XC	7a	Bandito	1057 mt	0 mt	70 mt
FR/XC	8	Bottazzi Cavalli	1670 mt	0 mt	300 mt
XC	9	Nove Vene	1100 mt	13 mt	60 mt
XC	10	Coldirodi	2750 mt	31 mt	140 mt
FR	12	Tubo di San Lorenzo	2520 mt	0 mt	373 mt
FR/XC	13	Resegone (Antigravity)	1400 mt	0 mt	275 mt
XC	14	Cancelletti	2087 mt	51 mt	24 mt
XC	15	Bevino	1230 mt	0 mt	200 mt
XC/FR	15a	Joker	1500 mt	0 mt	217 mt
XC	16	Borello	1780 mt	0 mt	121 mt
XC	16a	Borello Gozo	1220 mt	30 mt	40 mt
FR/XC	16b	Borello Isola	1190 mt	0 mt	217 mt
XC/FR	17	Bruciato	2034 mt	0 mt	212 mt
XC	18	Corbezzoli	1586 mt	11 mt	103 mt
XC/FR	19	Due Muri	1072 mt	0 mt	160 mt
FR/XC	20	Lastre &Crono	2810 mt	11 mt	464 mt
XC	21	Sorgenti	9830 mt	396 mt	220 mt

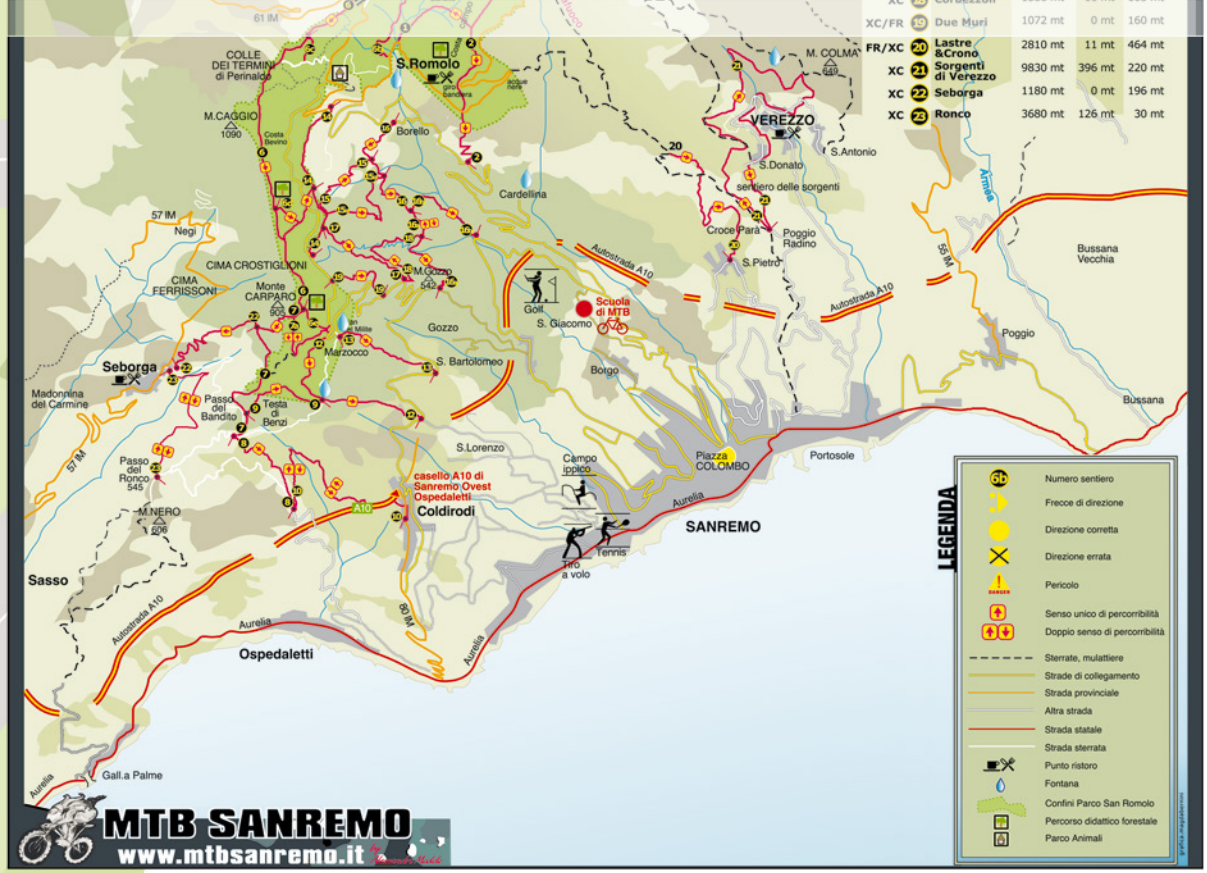
DI LA' PER LAGGIU'

26

DI QUI

DI QUA

XC/FR	19 Due Muri	1072 mt	0 mt	160 mt
FR/XC	20 Lastre &Crono	2810 mt	11 mt	464 mt
XC	21 Sorgenti di Verezzo	9830 mt	396 mt	220 mt
XC	22 Seborga	1180 mt	0 mt	196 mt
XC	23 Ronco	3680 mt	126 mt	30 mt



DI LA' PER LAGGIU'

27

DI QUI

DI QUA

LMN NAUTICA
SHIP CHANDLER

il mare su misura per te...

Trattiamo tutto quello che può servire su imbarcazione, anche il materiale più tecnico per barche a vela da crociera e da regata.

aber · BRAVA · Cotonificio Rigamonti · euromec · GELSON · CFG · GOTTIFREDI MAFFIOLI · lemare · JABSCO · LEWMAR · barka · NUBIAN · OSCULATI · Polyform U.S. · Reba · VIADANA · YANMAR · Star brite

Portosole - Via del Castillo, 17
18038 Sanremo, Italia

Tel. 0184 502429
www.lmnautica.it

SCIAMO ?

a cura di Franco Bollo

Anche in questa edizione di Spaesato, visto che è tempo di neve, ci sembra appropriato riproporre al lettore l'opportunità di trovare qualcosa da fare anche in questa che, per noi gente che a sud vede il mare, può essere definita "bassa stagione".

Infatti molte delle persone che, specialmente nella Riviera Ligure di Ponente, possiedono un'attività commerciale caratterizzata da un flusso turistico stagionale, si spostano verso località a noi molto vicine e ben note per poter seguire il lavoro anche durante l'inverno.

Ecco che gli stessi personaggi che d'estate gestiscono spiagge, gelaterie e baretti li troviamo dietro un bancone nei rifugi in quota, al nolo-sci ai piedi delle piste e così via.

Gli Spaesati trovano sensato seguire queste persone e ritengono che se a luglio sanno farti un bel cono cioccolato e stracciatella a dicembre sapranno anche fare un ottimo bombardino!

Spaesato vuole andare a vedere dove si trovano, cosa ci offrono ed in quali località si muovono dando qualche breve descrizione dei territori e perché no, piccoli cenni di storia ..

Vi invitiamo a visitare i siti web indicati nelle pagine seguenti per avere tutte le info dettagliate!

SCIAMO ?

Limone Piemonte

Il fatto che Limone Piemonte abbia nell'arco alpino una posizione decentrata, potrebbe indurre a un clamoroso errore: pensare che lo sci, in questa località, sia giunto di riflesso e si sia sviluppato guardando quasi con invidia a quando accadeva nelle altri grandi stazioni. Curiosamente e inaspettatamente invece Limone Piemonte è una delle località protagonista non solo della storia dello sci in Italia, ma anche della sua stessa nascita.

L'inizio appartiene a un passato tanto remoto addirittura a fine Ottocento, infatti grazie al comodo collegamento ferroviario con Torino, Limone Piemonte fu una delle prime località alpine italiane che vide i suoi pendii solcati da questi innovativi "legni".

Ad impremere comunque una svolta decisiva a Limone Piemonte negli ultimi anni, grazie anche ai fondi pubblici stanziati in occasione dei Giochi Invernali di Torino 2006, è stata la realizzazione di varie seggiovie in sostituzione di quasi tutti gli "skilift" esistenti; anche se la vera ciliegina sulla torta è stata la realizzazione della cabinovia a 8 posti "Campo Principe-Laghetti", in grado di portare in quota sciatori e snowboarder direttamente dal centro del paese.

Con questa fisionomia completamente rinnovata, capace di stupire chiunque per qualche anno abbia deciso di non venire più a sciare a Limone Piemonte,

POLISPORTIVA DILETTANTISTICA
INTEGRABILI
Via Val d'Olivi n. 347 - SANREMO - info@integrabili.org
www.integrabili.org - IBAN IT 32 D 08439 22700 000100 106004

SCIAMO ?

che il nuovo comprensorio sciistico miri ad essere nuovamente una delle più prestigiose stazioni invernali dell'arco alpino.
Il punto più in alto raggiunto attraverso gli impianti di risalita è a quota di 2.070 metri presso il Monte Alpetta, da dove (con una pista lunga 3,8 km ed un dislivello di oltre 1.000 metri) si può ridiscendere direttamente in paese.
Il comprensorio sciistico di Limone Piemonte caratterizzato da 80 km di piste, 16 impianti di risalita, di cui 1 cabinovia, 11 seggiovie, 4 skilifts e da uno snow park nella zona di Limonetto, annovera una variegata tipologia di tracciati adatti per qualsiasi sciatore, anche se prevalgono comunque i tracciati per sciatori maggiormente esperti tra pendii talvolta ripidi e non molto ampi.

www.limonepiemonte.it/turistico
www.riservabianca.it

Prato Nevoso

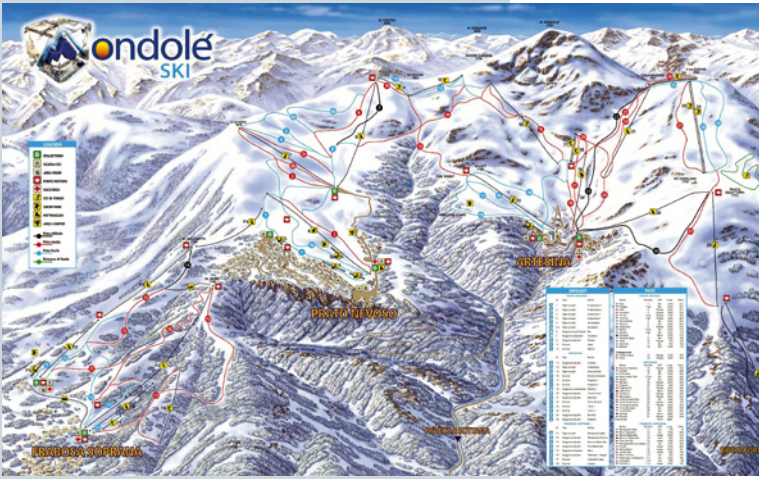
Nel 1963, venne realizzata questa località sciistica, ad opera di un imprenditore savonese, Giacomo Dodero, abituale frequentatore di Frabosa Soprana ed appassionato camminatore. Fu proprio in seguito ad una delle numerose escursioni effettuate sui monti a sud di Frabosa che egli ebbe il modo di costatare l 'abituale abbondanza di innevamento nel sito tra il Malanotte e la Colla del Prel, dove esisteva solo una breve sciovia.

Negli anni novanta la ripetuta scarsità di precipitazioni nevose aveva portato la stazione in uno stato di crisi dal quale si è risollevata grazie ad un opera di ammodernamento degli impianti di risalita, non più sufficienti alla richiesta degli amanti dello sci, un aumento del numero di "cannoni" impiegati per l'innevamento artificiale e per ultimi l'adozione dell'illuminazione di due piste per praticare lo sport anche nelle ore serali e la realizzazione di uno snowpark per gli amanti dello snowboard.

Nel rilancio della stazione, infine, non è da sottovalutare l'ottima realizzazione del collegamento con gli impianti di risalita della vicina stazione gemella di Artesina ed in seguito con quella di Frabosa Soprana che ha permesso la rinascita e l'ampliamento del maxi comprensorio sciistico Mondolè Ski.

Il comprensorio dispone, in totale, di 33 impianti di risalita su 134 km di piste di discesa toccando i 2.092 metri di altezza all'arrivo dell'impianto di risalita presso Cima Durand.

VITTORIO
TAPPEZZERIA
IMBOTTITURE
TENDAGGI
VIA FRANCIA, 44 - SANREMO - TEL. 0184 579376



La sua offerta sciistica è rivolta maggiormente a una clientela di media difficoltà per la relativa facilità delle sue piste, ma il richiamo turistico è notevole perché la stazione è situata in una zona molto soleggiata e calda. Nel 2009, ad esempio, è stata l'ultima località del nord-ovest a chiudere la stagione invernale, addirittura il 3 maggio è stato l'ultimo giorno di apertura degli impianti.

www.pratonevoso.com

www.mondole.it

Garessio 2000

La nascita della stazione sciistica risale agli anni sessanta, quando un imprenditore genovese cominciò ad infrastrutturale l'area realizzando un albergo e due seggiovie sul versante del colle che guarda la Valle di Casotto. Nel 1982 però la Regione bloccò

l'atto di vendita del Comune e la stazione mise di funzionare; solo dopo la seconda metà degli anni ottanta si abbandonò lo sfruttamento del versante sud e ci si concentrò su quello nord e che ancora oggi rappresenta l'ossatura della stazione.

Gli impianti di risalita sono 4 di cui 3 skilift ed una seggiovia biposto, dai quali si diramano in totale 10 piste, 6 delle quali sono classificate come facili, 2 medie e 2 difficili; per un totale di 30 km. di piste.

Altimetricamente si passa dai 1.300 m. circa ai quasi 2.000 metri che si toccano nei pressi del Monte Mussiglione.

www.garessio2000.it

Monesi

Nata a metà degli anni cinquanta, dopo il decollo degli anni 70, e dopo il tracollo dei 90, Monesi ora rinasce, trovando la sua giusta dimensione: una nuova e confortevole seggiovia biposto, accessibile a tutti, una nuova gestione, piste curate, prezzi contenuti, e quell'atmosfera da piccola stazione sciistica che ti fa sentire subito a casa.

Gli impianti di risalita sono caratterizzati da 1 skilift e da 1 seggiovia biposto da cui si diramano i tracciati per la discesa, in totale 9, con un livello di difficoltà intermedio, infatti 3 sono di livello facile, 5 di livello medio e 1 di livello difficile; per un totale di 17 km. di piste.

Si toccano i 2.164 m. in cima al Redentore raggiungibile attraverso l'impianto di risalita "Plateau".

www.sciamonesi.it

CAMPIONI MONDIALI

ARTE E CULTURA

a cura di Santa Pazienza

Il Teatro della Tosse

Il Teatro della Tosse prende il nome dalla sua prima sede, un teatrino di poco più di cento posti in una vecchia strada di Genova che si chiama appunto Salita della Tosse.

È stato **fondato nel 1975** da personalità del teatro e della cultura – insieme agli ideatori Tonino Conte e Emanuele Luzzati, c'erano anche Aldo Trionfo, Rita Cirio, Giannino Galloni.

Il primo spettacolo "Ubu Re di Alfred Jarry" ebbe un grande successo e lasciò traccia nel simbolo grafico del teatro; fu messo in scena da Tonino Conte con le scene e i costumi di Emanuele Luzzati e diventò un po' il manifesto dei propositi artistici della compagnia che considera il Padre Ubu tra i suoi ispiratori;

Verso la fine degli anni '80 il poliedrico artista **Emanuele Luzzati** che fu pittore, animatore, illustratore e scenografo, iniziò un lungo periodo di continuativo lavoro artistico tra il nostro vicino paese di **Apricale ed il Teatro della Tosse**;

La sua creatività, coloratissima e trascinante diede valore aggiunto al borgo di Apricale già caratterizzato da un aspetto dell'abitato molto scenografico, celebrato da poeti, scrittori ed artisti che qui hanno trascorso alcuni periodi di feconda creatività.

L' incontro tra il borgo e l'arte risale infatti agli anni '60 quando artisti italiani e stranieri affrescarono i "carrugi" del paese con numerosi soggetti di vita agreste e, sempre in quegli anni, per iniziativa di alcuni giovani abitanti e con l'aiuto del pittore Mario Agrifoglio, venne realizzato il primo laboratorio di ceramica, che divenne negli anni Settanta una vera e propria Scuola di Ceramica frequentata dagli istituti di tutta la Val Nervia.

Un borgo che richiama tutt'oggi un pubblico di migliaia di persone presentando ogni estate nei vicoli del paese gli spettacoli itineranti della Compagnia della Tosse.

Nella Galleria del Teatro di Apricale, un corridoio ricavato tra le mura antiche del Castello e i muri più recenti costruiti durante i lavori di sistemazione del giardino pensile all' inizio del novecento, sono conservate le Sagome dei Tarocchi, i manifesti, fotografie e locandine delle varie edizioni della rassegna teatrale della Tosse.

Nelle oltre trenta stagioni che seguirono il primo spettacolo di Genova, l'attività del Teatro della Tosse si sviluppò soprattutto su due direttrici:

- La creazione di un centro di programmazione teatrale e culturale, attento a quanto di più vitale si realizza nel campo dello spettacolo in Italia e nel resto del mondo

curioso delle più diverse forme di arte scenica e di cultura;

- La realizzazione di spettacoli di propria produzione, secondo una poetica che non si riconosce in affiliazioni all'avanguardia o al teatro ufficiale, ma in una libertà di percorsi artistici: nella scelta dei testi, nell'uso degli spazi, anche al di fuori del palcoscenico: una scommessa sulla possibilità di coniugare divertimento e approfondimento culturale.

Già nel 1977 Conte e Luzzati pubblicarono "Facciamo insieme Teatro", per raccontare il loro modo di "giocare con la scena", adesso in prossima ristampa per Laterza.

Nacquero così i più volte replicati Ubu Re, Gargantua, I Corvi, Il Trovator....io fremo!, Viva La Pace, Peccato però! Era una gran puttana, Masque, 12 Cenerentole in cerca d'Autore, I Dialoghi di Luciano, La Classe III B, Pinocchio, Una notte all'opera, Ubu Incatenato e Re, Road, Piccoli Omicidi tra Amici.

Le produzioni Tosse continuarono nel corso degli anni con spettacoli di **autori come Voltaire, Boris Vian, Jan Fosse e George Orwell** tra cui: Candido viaggio tragicomico nel migliore dei mondi possibili, 2984, Sonno, Il viaggiatore onirico.

Spettacoli firmati dai direttori artistici del Teatro Tonino Conte e Emanuele Luzzati e da Aldo Trionfo e poi dai registi

Dallo spettacolo Pinocchio

CASA DELLE CARTOLINE
di Mellano & C. S.N.C
Via val del Ponte, 1 - 18038 SANREMO (IM) - Tel e Fax +39 0184 502940
www.casadellecartoline.it - email: info@casadellecartoline.it

Emanuele Conte, Egisto Marcucci, Filippo Crivelli, Sergio Maifredi, Enrico Campanati, Nicholas Brandon e dagli scenografi Guido Fiorato, Bruno Cereseto, Danièle Sulewic.

Dal 1987, grazie al Comune di Genova al Teatro della Tosse venne assegnata una sala a misura dei suoi compiti: il Teatro Sant'Agostino, nel cuore della Genova antica, in una zona del Centro Storico dove sono avvenuti molti e positivi cambiamenti. Il complesso di Sant'Agostino, trasformato in uno spazio a tre sale, rappresenta il raggiungimento di un obiettivo e l'inizio di una nuova fase per il Teatro della Tosse. La stagione 1994/95 segna l'avvio dell'attività della multisala a pieno ritmo. A coronamento di un successo sempre crescente di pubblico e critica arriva nel 1995 il riconoscimento da parte del Ministero del Turismo e dello spettacolo (ora Dipartimento dello Spettacolo): "Il Teatro della Tosse diventa Teatro Stabile Privato".

Nel 1996 il Teatro della Tosse ricevette il Premio Ubu considerato il riconoscimento più importante di teatro in Italia fondato nel 1977 dal critico Franco Quadri. Nelle prime due edizioni il premio veniva consegnato per meriti particolari non solo in campo teatrale ma anche cinematografico e lirico: dal 1979 è invece interamente dedicato al teatro.

Particolarmente interessante è lo sviluppo delle attività della Compagnia del Teatro della Tosse che, soprattutto d'estate, ha elaborato spettacoli ed eventi teatrali in spazi del tutto inusuali. Tra le molte esperienze, Il Mistero dei Tarocchi, La notte delle favole, Sogni in una Notte d'Estate che al Forte Sperone di Genova (e ad Apricale) hanno coinvolto migliaia di spettatori dando vita praticamente a una seconda sede stabile che consente alla compagnia di essere attiva dodici mesi all'anno.

Nel giugno 1998 la realizzazione dello spettacolo I Persiani alla Fiumara nei capannoni industriali ex Ansaldo ha dato vita a uno degli eventi teatrali più interessanti della stagione, confermando la capacità del gruppo di allestire in modo originale e con linguaggio contemporaneo testi capitali della storia del teatro.

Sulla stessa linea sono poi gli spettacoli del luglio 1999 Odisseo, Ulisse o Nessuno? e del luglio/agosto 2000 Gli Uccelli di Aristofane e altre Utopie allestiti sulla Diga Foranea del Porto di Genova, uno slargo della diga raggiungibile solo via mare. Nel 2003 inizia un'altra affascinante avventura con lo spettacolo "Navigazioni" allestito su una nave.

Dal 2008 I Parchi di Nervi sono la scenografia naturale di diversi spettacoli del Teatro della Tosse: I Cattivi a Teatro, Spettacolo Cosmico gli orizzonti dello zodiaco e I Tarocchi.

Tra le linee di attività della compagnia va citato l' impegno nel campo del Teatro Ragazzi, e in quello della realizzazione di eventi speciali, feste e inaugurazioni. Segnaliamo Molo Magico nell'ottobre del 1988, le feste Addio al paese dei balocchi

per i festeggiamenti del Natale a Torino (1997) e l'inaugurazione de Il Parco del Flauto Magico a S. Margherita (1998).

Nel 2004/2005 la tournée del Libro Cuore tocca tutte le città più importanti d'Italia con grande successo. Nel 2005, il trentesimo anno di attività è l'occasione per dare corso alla trasformazione in Fondazione Luzzati Teatro della Tosse, riconosciuta dal Ministero dei Beni e Attività Culturali. Un organismo dagli orizzonti culturali aperti, che si caratterizza per l'attività e per il patrimonio, costituito dalle opere per il teatro di Luzzati e dal repertorio degli spettacoli più significativi della Tosse: valorizzarli ulteriormente, diffonderli e farli vivere, è tra i compiti della Fondazione, la cui attività si affaccia sempre più oltre i confini dello spettacolo nel mondo della letteratura, della pittura e dell'arte.

Nel 2003 il Comune di Apricale conferì la cittadinanza onoraria ad Emanuele Luzzati, uno dei fondatori del Teatro della Tosse che morì pochi anni dopo, il 26 gennaio 2007, nella sua casa nel centro di Genova. Il giorno dopo avrebbe ricevuto dal Comune di Genova, il "Grifo d'oro", il maggior riconoscimento concesso dalla città. Nel 2008, a un anno dalla sua morte fu allestita ad Apricale un' importante mostra-evento a lui dedicata "IL traghettatore della fantasia".

Dalla stagione 2007 – 2008 Emanuele Conte diventa direttore del Teatro e Massimiliano Civica affianca Tonino Conte alla direzione artistica: insieme danno vita al progetto triennale "Facciamo insieme teatro", rifacendosi, nel titolo, a quel libro firmato Conte e Luzzati, che aveva simbolicamente dato il via all'avventura e segno che la novità non può né vuole fare a meno di più di trent'anni di storia e identità.

Nella stagione 2008-2009 ha riaperto l'Agorà del Teatro della Tosse, la terza sala, che insieme alla Dino Campana e alla Aldo Trionfo (aperta per ultima nel 1993) ha trasformato il complesso di Sant'Agostino, in una delle prime multisala teatrali italiane. In ristrutturazione dal 2007, ha inaugurato il 15 gennaio 2009 a firma di Emanuele Conte. Il nuovo progetto artistico ha preso il nome de La Claque ed è una "terza sorella" un po' anomala: di forma circolare - da qui il nome Agorà- in passato ha ospitato gli spettacoli più innovativi, spesso non solo dal punto di vista della concezione dello spazio scenico ed ha forse sempre avuto nel DNA una destinazione diversa da quella prettamente teatrale. Uno spazio di confine, oggi con un palco centrale, tavolini tutto intorno e un bar, dove trovano casa il Varietà, la musica, le arti visive, oltre al teatro.

Dalla stagione 2010-2011 Emanuele Conte è il direttore artistico del Teatro della Tosse con la consulenza del regista Fabrizio Arcuri e firmano il progetto triennale APPUNTI SUL FUTURO. Un titolo semplice per descrivere nel migliore dei modi la direzione, che il

teatro di stradone Sant'Agostino vuole seguire. Un percorso, legato a un'idea, quella di rivolgere lo sguardo al domani, da sempre fondamentale per la struttura genovese. Questa attenzione per il futuro è anche il legame con la tradizione della Tosse e con la sua propensione a guardare avanti.

La stagione 2010/2011: Appunti sul futuro (19 i titoli divisi in 3 sezioni - Tradizione della rivoluzione, Movimenti del presente e Spaesamenti - che compongono il cartellone 2010/2011 più 2 Festival - Danza con me e Pre-visioni - e 2 progetti speciali - Contest Antigone/Motus e Epica Artefatti/Ravenhill - , per un totale di 43 spettacoli in una stagione. La stagione 2011/2012: Ragione e sentimento composto da 14 titoli in cartellone a cui si deve aggiungere la seconda edizione della Rassegna Previsioni e il tradizionale spettacolo di Capodanno.

La stagione 2012/2013: Tutti per uno - sacro e profano vara per la prima volta nella sua storia una doppia stagione lunga otto mesi. Venti titoli divisi tra "In trionfo" e "Cantiere Campana". Prende così più consistenza il progetto, anticipato qualche anno fa dalla creazione de La Claque, di diversificare e determinare sempre di più le molteplici anime che compongono la Tosse.

La stagione 2013/2014 ha un titolo semplice: questo spazio è di tutti. Un concetto preciso che delinea chiaramente la politica culturale e sociale perseguita dal Teatro della Tosse, che vuole continuare la strada iniziata in questi ultimi anni e aprirsi sempre di più verso la nuova drammaturgia italiana, i grandi artisti internazionali, i protagonisti del teatro nazionale e ovviamente il pubblico. Anche per la stagione 2013/2014 sono due i percorsi del Teatro della Tosse per un totale di 22 titoli: il progetto "In" Trionfo e il progetto Cantiere Campana".

Nel 2015 Amedeo Romeo viene nominato nuovo direttore del Teatro della Tosse ed Emanuele Conte diventa presidente del Consiglio d'amministrazione della Fondazione Luzzati – Teatro della Tosse. Nel marzo del 2015 il Teatro della Tosse in conseguenza della riforma voluta dal Ministero viene inserito tra i Teatri di rilevante interesse culturale.

Ugo Volli ha riassunto così per La Repubblica lo spirito di questa avventura teatrale: "Se nel nostro mondo teatrale, così pieno di premi, di concorsi, riconoscimenti, biglietti aurei e altre futili solennità si assegnasse finalmente un premio al divertimento teatrale, al puro divertimento di fare teatro, cioè al teatro come diversione, deviazione, stravaganza, gioco rispetto al quotidiano... Se un premio così davvero patafisico ci fosse, saprei benissimo a chi assegnarlo: al Teatro della Tosse".

"Tutto è possibile dove niente è certo", si intitola così la stagione 2016 del Teatro della Tosse, secondo anno del triennio chiamato L'uomo in rivolta.

Vino & Panino & co
sanremo
corso mombello 56/58
tel. e fax 0184524290
www.vinopaninoandco.it
info@vinopaninoandco.it

Dallo spettacolo I Mostri di Alice

La stagione 2016 presenterà per Genova, Apricale, Santa Margherita Ligure e Bordighera più di 30 titoli in sala, 5 prime nazionali, 10 produzioni Tosse, 4 spettacoli internazionali, 4 coproduzioni, Life Festival – rassegna di teatro LGBT, tutti i 6 spettacoli vincitori di Premio scenario, 2ª edizione della Rassegna Internazionale di Danza.

Farà parte della stagione 2016 anche l'attività di Teatro fuori dal Teatro che comprende la 4ª edizione de La Tosse d'Estate fa centro, la 27ª edizione de ...E le stelle stanno a guardare con il tradizionale spettacolo ad Apricale e la 2ª edizione di Recitar Cantando a Santa Margherita Ligure con tre produzioni in scena, più tutte le iniziative estive ancora in via di definizione.

"Siamo sempre più convinti della necessità di essere punto di riferimento anche produttivo, per artisti, autori e registi che per loro caratteristiche non hanno una casa stabile e possono trovarla nel nostro teatro."

Novità anche nel campo degli abbonamenti, con un nuovo sistema che accompagnerà gli appassionati per tutto il 2016.

Per i nostri lettori "SPAESATI" tra le programmazioni, un paio da non perdere; **a Luglio ai** giardini Luzzati per il quarto anno torna la Tosse con uno spettacolo itinerante: **I Mostri di Alice**, che lo scorso anno ha debuttato con

PORTOSOLE
Via del Castillo, 17
18038 SANREMO (IM)
tel. 0184 5371
fax 0184 537411
info@portosolesanremo.it - www.portosolesanremo.it

grande successo, è stato visto da 7000 persone, ad Apricale. Lo spettacolo scritto da Emanuele Conte e Amedeo Romeo è ispirato ai libri di Lewis Carroll. Il pubblico ritroverà un'Alice adulta che insieme al pubblico andrà alla ricerca dei propri mostri trasformati in buffi personaggi molto meno spaventosi della realtà che dobbiamo affrontare tutti i giorni.

Ad agosto come da tradizione arriva l'appuntamento con Apricale e per questo 27esimo anno arriva un nuovo spettacolo a stazioni dal titolo eloquente **"La macchina del tempo"**, un viaggio tra epoche diverse accompagnati da bizzarri personaggi tra le vie e le piazze del borgo medioevale.

40 FONDAZIONE LUZZATI TEATRO DELLA TOSSE

Tutti gli aggiornamenti, le novità, le programmazioni e i progetti su www.teatrodellatosse.it

Fondazione Luzzati-Teatro Della Tosse Onlus
Piazza Renato Negri 4
16123 Genova
Biglietteria Tel. 0102487011; Uffici Tel. 0102487011

CMS

deck supply
spare parts
LSA service
safety equipment
technical assistance
engineering
hardware & fittings

SANREMO
IMPERIA
LOANO
GENOVA
VIAREGGIO
OLBIA

CAPTAIN MARINE STORE

info point: +39 0184 573346
info@captainmarine.it
www.captainmarine.it
shop.captainmarine.it

Cantiere Nautico F.lli Diurno

SERVIZI PER LA NAUTICA

ALAGGIO E VARO
RIMESSAGGIO
PRATICHE RINA
TRATTAMENTI ANTIVEGETATIVI
TRATTAMENTI OSMOSI
VERNICIATURA SCAFI
RIPARAZIONI
INSTALLAZIONE ELICHE DI PRUA
VENDITA BARCHE
NOLEGGIO GRU

Regione Prati Inf. - 18015 Riva Ligure (IM)
Tel. e Fax 0184 487010
Cell. Marco 393 9908638
Cell. Ale 348 4151288
Cell. Fabio 348 0823041

www.cantierenauticodiurno.it

MUSICA E SPETTACOLO

La HIT LIST di SPAESATO!

Ecco anche questa settimana la nostra speciale classifica delle canzoni più ascoltate del momento.

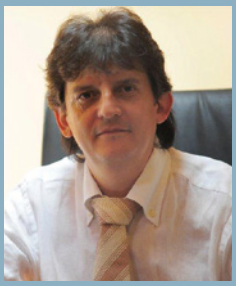
a cura di DJ 'STIVO

1. **Adventure of a Lifetime** - Coldplay
2. **Hello** - Adele
3. **Take Me Home** - Jess Glynne
4. **Hot Line Bling** - Drake
5. **What Do You Mean?** - Justin Bieber
6. **Est-Ce Que Tu M'almes?** - Maître Gims
7. **Reality** - Lost Frequencies
8. **Ti Ho Voluto Bene Veramente** - Marco Mengoni
9. **Stitches** - Shawn Mendes
10. **Volevo Te** - Giusy Ferreri
11. **Il Posto Dei Santi** - Negramaro
12. **La Vita Com'è** - Max Gazzè
13. **Eccolo Qua Il Natale** - Cesare Cremonini
14. **In The Night** - The Weeknd
15. **Intro** - J-Ax

CREAZIONI
LUCA STYLE
SANREMO

creazioni lucastyle
lucalupoi@gmail.com
Tel. 0184 50.63.03
Cell. 347 0690097

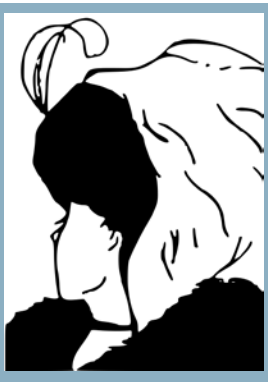
IL PUNTO DEL TURISTA



a cura di Massimo Della Pena

Relatività

Tutti(o quasi) ormai sappiamo a memoria l'equazione della relatività $E=mc^2$.
Certamente sono in numero inferiore coloro che ne conoscono il significato.
Ancor meno quelli che lo comprendono.
Pochi (in numero relativo) quelli che sanno spiegarlo.
Pochissimi quelli che la sanno applicare consapevolmente.
Einstein aveva ragione, è tutto relativo.
Per la verità non aveva neanche tanto torto Jarabe De Palo con il suo "dipende".
Certamente i colti lettori di Spaesato, adusi a misurarsi con i dubbi esistenziali di Schopenhauer alternandoli alle riflessioni di Kant, si chiederanno a quale filosofo della scienza io faccia riferimento nell'affrontare un tema così impegnativo quale quello della relatività.
La stessa domanda non avrebbe alcun senso, né per vero occasione d'essere posta, da parte di un distratto adolescente che dovesse imbattersi, per sua sventura, in queste elucubrazioni.
Perché?
Perché Jarabe de Palo è un cantante (ai miei tempi- ahimècomeètristedirselodasoli- si sarebbe detto cantautore) autore di una canzone che si concludeva con una riflessione filosofica di straordinaria importanza: "dipende, da che dipende? da che parte guardi il mondo, tutto dipende…"
Ovvero, tutto è relativo e dipendente dal punto di osservazione da cui la realtà viene esaminata.
La prospettiva ha un suo fascino: consente di vedere e capire le ragioni degli altri.
Di immedesimarsi nelle ragioni degli altri (ovvero di quellidiversidanoi), di comprenderne le motivazioni, le speranze, le rabbie e le delusioni.



Tarquinio Giribaldi Srl
YSA - Harbour Formalities & Marine Services - PORT OF IMPERIA
Registered Maritime & Customs Agency
Via Scarincio 48 - 18100 Imperia - Italy
Tel +39 0183 63756 - Fax +39 0183 63757
info@tarquiniogiribaldi.it - www.tarquiniogiribaldi.it

Insomma in altre parole di provare a conoscerli.
E la conoscenza è l'unico modo per tentare di prevenire, dunque di risolvere, le ragioni profonde dei conflitti generati spesso, anzi sempre, dalla necessità di far fronte ad esigenze inascoltate.
Presempio (licenzapoeticacheriguardalamiainfanzia), se guardassimo la realtà con gli occhi di un profugo siriano troveremmo ingiusto, incomprensibile e terribile trovarsi ammassato senza colpa davanti ad una porta incomprensibilmente sbarrata mentre alle tue spalle stanno sparandoti.
Se guardiamo alla stessa realtà con gli occhi di Donald Trump (che tantononleggeràmai Spaesato epoiancheseloleggechisenefrega) troviamo incomprensibile che qualcuno inseguito dalla guerra voglia provare ad entrare nella sicura Europa ed ancor meno negli opulenti Stati Uniti.
Se Donald Trump si facesse prestare gli occhi dal profugo siriano vederebbe la stessa realtà ma, forse, proverebbe altre sensazioni.
Ma sarebbe necessario (forse) un trapianto di un indefinito ed indefinibile organo che pesa (dicono) solo 21 grammi ma, per chi c'è l'ha, governa tutta la vita.
Mi accorgo che sto divagando dal tema, scientifico mica cotiche, della relatività.
Ora la teoria del dottor De Palo è certamente affascinante.
Proviamo a pensare a cosa sarebbe successo se il mondo fosse stato visto per un solo istante a Parigi, New York, in Nigeria od Iraq, con gli occhi degli altri: sarebbero stati

LA RESERVE
Ristorante - Spiaggia - Sushi Wine Bar
Bordighera - Via Arziglia 20 - tel 0184 26 13 22

parigi catering ★★★★
Bordighera
Tel. +39 0184 26 14 05
www.hotelparigi.com

il Centro Benessere
hotel parigi ★★★★ Bordighera
Lungomare Argentina 18 - Bordighera
tel 0184 261405
www.benesserehotelparigi.com

rse. riviera servizi ecologici
SPURGHI POZZI NERI • BONIFICHE CISTERNE
DERATTIZZAZIONI • DISINFESTAZIONI
PULIZIA ACQUE DI SENTINA IMBARCAZIONI
Tel. 0184.476378 • www.rsesrl.it • info@rsesrl.it

AUTOGAS RIVIERA
GRUPPO CENTRO PETROLI
AUTOGAS RIVIERA
GRUPPO CENTRO PETROLI
GAS GPL in bomboloni
Reti Canalizzate
Regione Licheo • Taggia
Tel. 0184 476394 • e-mail: autogas.im@autogasnord.it
www.autogasriviera.it

SERVIZIO MARE
• GASOLIO AGEVOLATO USO CHARTER PER YACHT COMMERCIALI
• OLI LUBRIFICANTI SHELL E AGIP
• SERVIZIO PULIZIA SENTINE E SERBATOI
• ESTRAZIONE E RITIRO OLI ESAUSTI
Sanremo & Imperia

SERVIZIO MARE
Modulo di prenotazione su: www.serviziomare.com - info@serviziomare.it - fax +39 0184 54.63.63
Prenotazione diretta: tel. +39 0184 50.51.23 - cell. +39 347 49.29.285

esplosi quei colpi, utilizzati quegli esplosivi, mozzate quelle teste ?
Probabilmente no.
Anche quegli altri, quelli che ci ostiniamo a considerare altri e differenti, avrebbero esitato.
Tornano in mente a molti, me compreso, gli insegnamenti profondi appresi durante le lunghe ore d'ascolto di quelli che si chiamavano LP (oggettidelpassatoremoto che posti su di una piastra rotante a contatto con un oggetto dotato di una finissima punta in diamante per incanto emanavano suoni e voci (musica)) ed in particolar modo la vicenda di Piero.
Piero partito in guerra, senza volerlo, incontra il nemico.
Nemico che ha il suo identico umore (ovvero di far la guerra non aveva nessuna voglia od interesse) ma è contraddistinto dall'indossare una divisa di diverso colore; non riesce a spararagli perché lo vede come un uomo, esita.

Il nemico, preso dalla paura di vedersi uccidere, non risparmia a Piero la cortesia dell'esitazione.
Gli spara e lo uccide.
La relatività non ha portato bene a Piero.
L'aver considerato la realtà con gli occhi di un altro ha provocato la definitiva chiusura dei suoi.
Eppure io continuo ad essere convinto che Piero avesse ed abbia ancora oggi ragione: occore capire le ragioni degli altri.
Continuare a vederli e percepirli come uomini.
Interrogarsi sui perché dei gesti, sui pretesti contrabbandati da ragioni che li hanno portati a compiere atti esecrabili, incomprensibili.
Contrari a quel senso di umanità che dovrebbe essere patrimonio comune.
Anche, o forse soprattutto, i figli di quell'Europa civile, colta, accogliente, patria del welfare, hanno creduto di poter scovare motivazioni capaci di giustificare atti ingiustificabili: perché?
Capirlo ci aiuterebbe a risolvere molte, non tutte, irrisolte questioni.
Forse anche a ridare speranze ed illusioni (utopie?) a generazioni condannate a vivere in un presente eterno ed immutabile fatto solo di ricerca sfrenata del benessere economico.
Non so se funzionerà ma non provarci sarebbe peggio.
Non possiamo mica mettere in dubbio la teoria della relatività!

COSA FARE PER I MALANNI DOVUTO AL FREDDO.

a cura del Dott. TRAPANI

www.trapanigianfranco.it

In Inverno, ma anche in Autunno si possono mantenere alte le difese naturali dei bambini e cercare di evitare di incorrere nei soliti, fastidiosi, malanni invernali., che ci obbligano ad usare molti farmaci, antibiotici, antiinfiammatori ed a volte cortisonici.

Questo significa sfruttare tutti quei preziosi rimedi naturali che potenziano il sistema immunitario, le erbe che mantengono attive il sistema immunitario.

Le nostre difese ci proteggono quando un virus o un batterio entrano nell'organismo causando raffreddore, mal di gola o febbre. Se le difese funzionano poco l'invasore avrà la meglio ma se sono sveglie, pronte lo sconfiggeranno di sicuro.

La Papaya fermentata, mezza bustina al giorno per almeno un mese sotto i sei anni e 1 bustina intera dai sei anni in poi. La Papaya è un frutto conosciuto principalmente per le sue proprietà digestive ma, se fatto fermentare con lievito a basse temperature, acquista proprietà antiossidanti, capaci di stimolare un aumento delle difese immunitarie ed incrementare l'eliminazione delle scorie metaboliche dell'organismo.

Le erbe come **Echinacea angustifolia** o **Uncaria Tomentosa**, determinano un aumento della resistenza dell'organismo a virus e batteri. Se ne utilizza la polvere liofilizzata e sono sufficienti 250 grammi al giorno.

Per i piccolini o le mamme in attesa è consigliabile l'uso di **granuli omeopatici di Anas barbarie**. Una monodose alla settimana potenzia il sistema immunitario. Se non si è fatta la giusta prevenzione Anas barbarie può essere utile ai primi sintomi di malessere, assumendo una monodose due volte al dì durante la malattia.

ALIMENTI CHE AIUTANO

Le difese immunitarie si potenziano anche e soprattutto a tavola, scegliendo gli alimenti giusti da proporre, mantenendo un giusto compromesso tra gusto e salute. Gli alimenti salva salute per eccellenza sono frutta e verdura. E' indispensabile che siano biologici, per poter mangiare anche la buccia, e raccolti nella stagione di maturazione. In autunno possiamo fare scorpacciate di frutti come melagrane, mele, pere, uva, cachi e di vegetali quali broccoli, finocchi, lattuga, peperoni, zucca, spinaci. La frutta e la verdura hanno un notevole potere antiossidante, cioè proteggono l'organismo

Via Fiume 54
Tel. 0184 503634
SANREMO
Il Centro utilizza
Human Tecar
Centro Rieducazione Motoria
CRM

dall'azione dei radicali liberi, molecole capaci di danneggiare le cellule e indebolire il sistema immunitario. Per merenda o come spezza fame abituiamo i bambini a mangiare un frutto o, in alternativa, prepariamo loro un bel frullato; così fanno scorta di vitamine e minerali e si garantiscono l'efficienza delle difese immunitarie per tutto il periodo invernale. Per preparare un frullato eccellente sono necessari latte fresco bio, frutta fresca bio, miele d'acacia o succo d'acero se si vuole dolcificare. Si utilizza un frullatore, vi si pone la frutta scelta e il latte, che deve coprire metà della frutta inserita. Eventualmente può essere aggiunto ancora latte se il composto dovesse risultare un po' denso. Sono ottimi i frullati di mela-banana, pera-mela, cachi. Originale è il frullato di cereali e miele che si prepara mettendo nel frullatore 2 barattoli di yogurt ai cereali con due cucchiai di miele, si frulla al minimo e si aggiungono un po' di latte e un po' di cereali integrali. Al posto del latte si può usare lo yogurt.

RAFFREDDORE E INFLUENZA

Raffreddore e influenza, sono solitamente causati da virus. Il ricorso all'antibiotico nella maggior parte dei casi è inutile e dannoso poiché abbatte le difese immunitarie ma non la causa della malattia. Ai primi sintomi è consigliabile ricorrere ai rimedi naturali, ai quali si affiancheranno i farmaci di sintesi se non vi sono miglioramenti apprezzabili. Il primo rimedio al quale ricorrere è sicuramente la Propoli, un rimedio dell'alveare,

Banca FIDEURAM
è una società del gruppo INTESA SANPAOLO
Pier Paolo Francone
Private Banker
+39 329 2339800
pfrancone@bancafideuram.it
Ufficio dei Promotori Finanziari
Via Gioberti 10 – 18038 SANREMO (IM)
Tel. +39 0184 59871 Fax 0184 598787
Iscritto all'Albo dei Promotori Finanziari

straricco di proprietà. E' antinfiammatorio, antibiotico naturale, antibatterico, antimicotico, cicatrizzante e immunostimolante. Per i bambini dai 3 ai 7 anni, che non sono allergici al veleno dell'ape e al polline, si consigliano 6-10 gocce in mezzo bicchiere d'acqua di soluzione idroalcolica, lontano dai pasti; oltre i 7 anni sono necessarie 15-20 gocce. Anche il Sambuco è un ottimo rimedio nelle malattie da raffreddamento e nelle patologie delle prime vie aeree. E' dimostrato che impedisce ai virus di moltiplicarsi e migliora i sintomi dell'influenza in tempi piuttosto brevi. Ai bambini fino ai 12 anni si consigliano i granuli alla 5 CH, 3 granuli 2-3 volte al dì, ai più grandi si può dare la Tintura Madre, 30 gocce 2 volte al giorno in mezzo bicchiere d'acqua, lontano dai pasti. Una buona abitudine è quella di ripulire più volte al giorno le fosse nasali con spray a base di acqua marina depurata in soluzione isotonica. I virus ed i batteri spesso si annidano nel naso e questi lavaggi permettono una loro rapida eliminazione. Inoltre permettono di eliminare il muco fermo e quindi di respirare meglio, senza ricorrere a decongestionanti con vasocostrittori, che infiammano le mucose e aggrediscono le cartilagini del naso. Inoltre non possono essere utilizzati in bambini al di sotto dei 12 anni.

LA TOSSE, UN FASTIDIO INFINITO!

Cominciano l'asilo o la scuola e comincia la tosse, che si mantiene fino a Primavera. Poveri bambini che tossiscono tutte le notti e producono una quantità inesauribile di catarro. Tra i migliori rimedi abbiamo il miele, che calma la tosse molto meglio di uno sciroppo sedativo. Attenzione però: mai dare miele ai bambini sotto l'anno di età, contiene una tossina che può essere letale ma che nei bambini più grandi e negli adulti viene distrutta dai succhi gastrici dello stomaco. Il miele più gradito è quello di acacia, perché insapore, ma se possibile proponiamo miele di castagno, ricco di minerali e vitamine, o miele di eucalipto o timo, con proprietà balsamiche e antibatteriche.

Infuso di cipolla contro la tosse

Su 250 grammi di bulbi di cipolla si versa un litro di acqua bollente e si lascia in infusione per 10 minuti. E' un ottimo rimedio per calmare la tosse spasmodica e per stimolare le difese dell'organismo.

MAL DI GOLA

Quando la gola fa male si può subito ricorrere a gargarismi disinfiammanti. Si preparano utilizzando mezza tazza di acqua bollita con 20 gocce di Calendula tintura madre e 20 gocce di Phytolacca tintura madre, oppure con 20 gocce di albero del Tè (Tea Tree oil).

SINUSITE

E' l'infiammazione dei seni paranasali mascellari, frontali, etmoidali o sfenoidali. Quando li colpisce tutti si parla di pan sinusite. Il rimedio principe della sinusite è Carpinus Betulus macerato glicerico 1 DH. Sono ottimi anche i suffumigi con olio essenziale di Pino silvestre o Mirto; si fa bollire 1 litro d'acqua, si versa l'acqua in una bacinella, vi si aggiungono 2-3 gocce di essenza e si respirano i vapori balsamici, coprendo la testa con un asciugamano di cotone.

OLIGOTERAPIA

Gli oligoelementi sono elementi chimici presenti nel corpo umano ad una concentrazione inferiore allo 0,01% del peso corporeo totale. La loro carenza comporta l'alterazione di una o più funzioni , che può essere corretta da un adeguato apporto.

Manganese-Rame: aumenta le difese immunitarie, 1 fialetta 3 volte alla settimana per cicli di 3 mesi.

Rame: azione antinfiammatoria, 1 fialetta 3 volte alla settimana per cicli di 3 mesi.

Osteria La Madonnina
ANTICHE SPECIALITÀ LIGURI E NON SOLO...
CHIUSO LA DOMENICA
Str. S. Martino, 30 - Sanremo
info@osterialamadonninasanremo.it
www.osterialamadonninasanremo.it
Tel. +39 0184 520782
Cell. +39 380 4137950

BEPPINO OCCELLI®

i sapori dell'eccellenza

Il Burro e I Formaggi Beppino Occelli hanno sempre seguito l'evoluzione del gusto, anzi in alcuni casi hanno addirittura anticipato i tempi: dalla famosa *Tuma dla Paja* fino al rarissimo *Escarun*, considerato unanimemente una autentica ed inimitabile prelibatezza.

www.occelli.it

Rame-Oro-Argento: per la prevenzione di raffreddori che sfociano in otiti, tonsilliti e sinusiti e come efficace ricostituente, 1 fialetta 3 volte alla settimana per cicli di 3 mesi (attenzione in alcuni rarissimi casi può provocare disturbi del sonno).

NEONATI

Un episodio di febbre in un neonato, deve sempre essere osservato con attenzione. Occorre sempre chiedere il parere del pediatra, distinguendo tra una febbre sotto i 38 °C ed una sopra questa temperatura. Il ricorso al medico nel primo caso non deve essere urgente, ma si possono attendere 24, 36 ore, molte volte queste febbricole sono di origine virale e si risolvono spontaneamente. Nel secondo caso, ed in particolare se il bambino è sofferente, agitato, piange, suda molto e non vuole bere, è meglio sentire il pediatra. In ogni caso se il piccolo ha meno di tre mesi è meglio cercare subito il Pediatra o il medico dell'ospedale. Anche per il neonato è assolutamente infondato il timore che fare uscire un bambino con febbre comporti dei problemi di salute, quindi portatelo serenamente dal vostro pediatra. Una diagnosi in ambiente protetto (ambulatorio medico) è sicuramente più accurata, è importante eseguire un tampone faringeo o un esame urine. Per misurare la temperatura in un neonato (ed anche nei bambini più grandi) è meglio usare un termometro ascellare o rettale di quelli elettronici, digitali con sonda flessibile, piuttosto che quello auricolari o i succhiotti, che richiedono una certa esperienza nel valutare il risultato, ed a volte rilevano temperature abnormi creando ansia e panico nei genitori.

www.trapanigianfranco.it

Pescheria MANSUETO Ventimiglia
MERCATO ITTICO Ventimiglia
dal lunedì al sabato: dalle 7.30 alle 13.00
Tel./Fax +39 0184 230276 - Cell. +39 328 3034057

L'ORA DI RELIGIONE

L'ANNO DELLA MISERICORDIA

a cura di Don Antonello

Lo scorso 8 Dicembre per volontà di Papa Francesco ha avuto inizio l'anno giubilare della Misericordia. Dobbiamo leggere questo avvenimento come uno straordinario dono di Grazia fatto a tutti noi, come un'occasione per riflettere sulla nostra vita di cristiani amati da Dio e capaci di amare Dio e i fratelli.

Scrive il Papa: "*Abbiamo sempre bisogno di contemplare il mistero della misericordia. E' fonte di gioia, di serenità e di pace… Misericordia è l'atto ultimo e supremo con il quale Dio ci viene incontro*". Il Papa ci ricorda poi che il giubileo della Misericordia coincide con il cinquantesimo anno di chiusura del Concilio Vaticano II e ripropone le parole del Papa San Giovanni XXIII: "*Ora la Sposa di Cristo preferisce usare la medicina della misericordia invece di imbracciare le armi del rigore… vuole mostrarsi madre amorevolissima di tutti, benigna, paziente, mossa da misericordia e da bontà verso i figli da lei separati*". E il Papa Paolo VI affermava: "*Invece di deprimenti diagnosi, incoraggianti rimedi; Invece di funesti presagi, messaggi di fiducia sono partiti dal Concilio verso il mondo contemporaneo*".

Non possiamo dimenticare la solenne apertura della porta Santa che papa Francesco ha fatto durante il suo viaggio apostolico in Africa, e i nostri Vescovi hanno ripetuto quel gesto nelle chiese Cattedrali o in Santuari. Questo è avvenuto perché non tutti potranno recarsi in pellegrinaggio a Roma in questo Anno Santo, ma sicuramente potranno visitare quelle chiese più vicine alle loro case e ottenere così l'indulgenza.

Che cosa è richiesto ad un cristiano per ottenere questo dono?

Prima di tutto un sincero pentimento dei propri errori e dei propri peccati e il desiderio di camminare nella via del Vangelo.

L'ORA DI RELIGIONE

Ci sono poi dei gesti concreti, Confessarsi e ricevere la Santa Comunione, pregare per il Papa e la Chiesa con un Padre Nostro, un'Ave Maria e un Gloria al Padre, recitare il Credo.

Rimane però fondamentale che questo anno della Misericordia porti un cambiamento nella nostra vita, che ci renda capaci di autentico perdono. Dio ci perdona e noi dobbiamo perdonarci a vicenda.

Scrive ancora papa Francesco: "*Gesù afferma che la Misericordia non è solo l'Agire del Padre, ma diventa il criterio per capire chi sono i suoi veri figli. Insomma il perdono delle offese diventa l'espressione più evidente dell'amore misericordioso e per noi cristiani è un imperativo da cui non possiamo prescindere. Come sembra difficile tante volte perdonare! Eppure, il perdono è lo strumento posto nelle nostre fragili mani per raggiungere la serenità del cuore*".

Cerchiamo di vivere questo anno in compagnia del Signore, lasciandoci perdonare dei peccati e aprendo il nostro cuore al perdono, sarà vera gioia.

AMICO LOANO
SHIPYARD

Loano diventa … Amico!

Manutenzione, riparazione e refit di yacht sia a vela che a motore dai 6 ai 55mt LOA.

Amico Loano Srl Lungomare Madonna del Loreto, Porto di Loano - 17025 Loano (SV)
Tel. +39 019 673765 – Fax +39 019 674160 - amico@amicoloano.com - www.amicoloano.com

a cura di Santa Pazienza

Fugassin
focacce fritte liguri alle patate

Dosi e Ingredienti per l'impasto:

- 500 gr di farina 00
- 250 gr di patate
- 1 cubetto di lievito di birra
- 2 cucchiai olio extra vergine di oliva
- Sale qb
- Acqua qb
- Olio Extra Vergine di Oliva abbondante per friggere

Preparazione

Bollire le patate con la buccia, lasciarle raffreddare, pelarle e schiacciarle.
Quando sono del tutto fredde unire la farina, l'olio, il sale e il lievito stemperato in poca acqua tiepida; Unire bene gli ingredienti, lavorarli in modo da ottenere un impasto

denso ma non troppo solido.

Coprite l'impasto con un panno umido e lasciatelo lievitare per almeno mezza giornata, se possibile anche per tutta la notte in ogni caso fino a quando l'impasto non sarà raddoppiato.

Dividere l'impasto in piccole parti, come si fa per i gnocchi, formando dei rotoli di circa 1 cm e mezzo di diametro; tagliate i rotoli a pezzi di circa 3 cm; appiattire ogni pezzo, tirandolo e dandogli la forma di una losanga allungata.

Formare tutte le losanghe, mettendole su un piano infarinato a riposare fino a che non avrete finito, poi friggetele in abbondante olio (160° circa), quando diventeranno gonfie e dorate scolatele, spolveratele di sale e mangiare subito, finché sono calde da sole o con l'accompagnamento di formaggio o salumi.

Non può mancare un bel bicchier di vino, naturalmente...

Cappon Magro

Il Cappon Magro è un antico piatto tradizionale ligure a base di pesce e verdure.
Il termine "magro" indica il suo essere un piatto di magro, riservato cioè ai giorni di penitenza e quaresimali. Il pesce e la verdura di cui è composto viene arrangiato su una base di galletta.
In origine veniva consumato dai pescatori, direttamente sulle barche o dalla servitù dei nobili che riutilizzava gli avanzi dei banchetti mentre oggi è considerato un piatto molto ricercato, uno dei piatti più ricchi colorati e gustosi nella gastronomia ligure, di difficile preparazione, destinato principalmente ai giorni che precedono la Pasqua.
La ricetta antica è stata resa più ricca e coreografica già durante il periodo Barocco, quando iniziò a essere decorato con salse e gamberi, uova e altre prelibatezze, una ricetta avvolta di mistero e fascino perché con origini storiche non certe.
La cosa certa è che Il Cappon Magro è un insieme di tutto il meglio che la Liguria può offrire in fatto di sapori di mare e di terra.

Ingredienti per 4 persone:

- 8 gamberi
- 1 aragosta da 350 gr.
- 8 ostriche
- 4 datteri di mare
- 4 tartufi di mare
- 4 cozze
- 12 lamelle di mosciame (fegato di tonno essicato al sole)
- 5 filetti di acciuga dissalati
- 100 gr. di cime di cavolfiore
- 100 gr. di fagiolini verdi piccoli
- 1 patata tagliata a cubetti di 3 cm. di lato
- 1 carciofo mondato e tagliato in 4 spicchi
- 3 cucchiai di pinoli
- 1 cucchiaio di prezzemolo tritato
- 8 olive snocciolate
- 1 cucchiaio di capperi tritati
- 12 foglie di basilico tagliate finemente
- 8 gherigli di noce
- 8 funghetti sott'olio
- 1 cucchiaino di succo di limone
- 2 cucchiai di aceto
- 1 spicchio di aglio
- i tuorli di 2 uova sode
- 4 cucchiai di olio extravergine di oliva
- sale
- pepe

LA SIESTA
CHIUDE CON UN ARRIVEDERCI
CONTATTACI AL 348 3803444 PER SAPERE DOVE

Preparazione

Far bollire l'aragosta per non più di 15 minuti e lasciarla raffreddare. Estrarre la coda dal carapace, mondarla del filo intestinale, tagliarla a medaglioni e condirla con il limone, un cucchiaio d'olio e poco sale.
Lessare i gamberi, sgusciarli lasciando loro la testa e la pinna caudale e pulirli. Aprire i frutti di mare ed eliminare la valva superiore. Far bollire per pochi minuti le verdure, tutte insieme eccetto il carciofo, in acqua salata e scolarle al dente.
Sbollentare il carciofo, sgocciolarlo e asciugarlo, servendosi di un panno da cucina. Mettere in un mortaio i tuorli d'uovo sodo, un filetto di acciuga, i capperi, i pinoli, le noci, il prezzemolo, l'aglio, quattro olive, sale, pepe e lavorare con il pestello sino ad ottenere un composto omogeneo.
Incorporare l'aceto e l'olio, mescolandoli con un cucchiaio di legno. Disporre sopra un piatto da portata le lamelle di mosciame e umettarle di salsa; sovrapporre le verdure e condirle. Adagiare l'aragosta e i frutti di mare, cospargere di basilico, infilare su quattro piccoli stecchi i gamberi, i rimanenti filetti di acciuga, le altre olive e i funghetti, alternandoli tra loro.
Bagnarli di salsa e servire.

RISTORANTE
L'Olivapazza
L'Olivapazza
L'Olivapazza
Via Giuseppe Garibaldi – Cipressa Tel. – 0183 91174
ristoranteolivapazza@libero.it

Torta di Riso Ligure

Ingredienti:

- 150 gr di riso
- 1 litro di latte
- 4 uova
- 1 bustina di Vanillina
- 1 stecchetta di cannella
- 120 gr di zucchero
- 2 limoni non trattati

Preparazione

Fate bollire il riso, in abbondante acqua salata, scolatelo al dente e lasciatelo da parte facendolo raffreddare.

In un pentolino a fiamma media fate bollire il latte con la stecca di cannella e la buccia di un limone grattugiato.

In una ciotola capiente sbattete le uova con la Vanillina e la buccia grattugiata dell'altro limone.

Aggiungete un po' alla volta il latte e lo zucchero sempre mescolando rapidamente in modo che non si cuociano le uova.

Solo alla fine aggiungete il riso con un cucchiaio di legno e mescolate. In questa fase il composto vi sembrerà molto liquido, ma non vi preoccupate, si rassoderà quando lo passerete nel forno.

Versate il composto in una teglia capiente, mescolate un po' con il cucchiaio di legno in modo che non si formino dei grumi di riso.

Infornate per 60 minuti in forno caldo a 180°, quando sarà pronta, con una bella crosticina sopra, spegnete il forno e lasciate riposare per altri 10 minuti a forno chiuso.

Servitela in tavola e buon appetito!

TELMAR

NAUTICA

AERONAUTICA

AUTOMOBILISMO

ALLESTIMENTI
esterni e interni

VERNICIATURA a forno

AVVIATORI

PELLETTERIA

TENSOSTRUTTURE

TELMAR S.r.l.
Via Ponzello, 4 - 21018 Lisanza di Sesto Calende (Va)
Tel. : +39.0331.977000 - info@telmar-italy.it
www.telmar-italy.it

CREARE, CUCIRE E RICAMARE

DIFFICOLTÀ ●○○

OCCORRENTE: nastro di stoffa colorata, elastico per capelli, bottone, forbici, ago, filo

Questo è un lavoretto geniale facile facile per creare un originale segnalibri in stoffa. Vi occorrerà solo del nastro colorato, un elastico da capelli e un bottone.

- Ad una estremità del nastro ripiegate un piccolo bordo e cucitelo includendo all'interno della piega l'elastico per capelli. Nella foto viene usata la macchina da cucire, ma anche a mano con pochi punti si otterrà lo stesso risultato.
- Prendete la misura giusta su un libro tenendo conto dell'elastico e tagliate l'altra estremità del nastro.
- Fissate l'estremità tagliata per far sì che non si sfili, avvicinandolo alla fiamma di un fiammifero o cucendo un piccolo bordo.
- Cucite il bottone sul nastro ed ecco fatto!

Facile no?

salvo
dal 1856
Prosciutti cotti e salumeria pregiata dal 1856
SALVO SALUMI
Località Vetriera n. 29 - 17044 Stella San Giovanni (SV)
tel. +39 019 703057 - salvo@salvosalumi.it
www.salvosalumi.it

PERSONAGGIO DEL MESE

a cura del FarmaVespista

DDD DIECIDOMANDEDIECI!

Cari Amici di Spaesato cominciamo questo 2016 con questa nuova rubrica che affronta sempre il nostro Personaggio del Mese, ma in un modo più diretto e più legato al nostro territorio del Ponente Ligure.

Incontriamo per voi lo **Chef Fulvio Pellegrini**, figlio d' arte del padre Rodolfo, che dopo aver deliziato i palati dei Ponentini nel loro Ristorante di Cipressa, sono oggi NEMICI- AMICI nella città di Sanremo.. Fulvio presso il Ristorante MARINELLA e il papà nel vicino CUVEA!

PRONTI... VIA!!!

1) Fulvio se dovessi cucinare il tuo miglior piatto sceglieresti...

Senza dubbio il "Risotto di Scoglio"...cannolicchi e gamberi Rossi di Sanremo. Un piatto ricco dei profumi del mare, dove la dolcezza del gambero incontra il salino del cannolicchio, risultato fantastico.

2) Quando hai deciso di diventare Chef..

Avevo circa 13 anni, mio padre aprì il ristorante a Cipressa che divenne la mia seconda casa e mi prese la passione... finite le medie ho frequentato l' istituto Alberghiero, che comunque mi è stato utile...anche se la "palestra" di papà sicuramente è stata più importante...

Fulvio Pellegrini

3) Cucina di Mare o di Terra?

Cucina di Mare sicuramente anche perchè è quella che conosco meglio abitando sul mare e avendo la fortuna di disporre tutto l'anno di materiale di prima qualità...Non mi dispiacciono comunque le carni a lunga cottura come i Brasati oppure le carni Marinate...

4) L' ingrediente della nostra zona a cui sei più affezionato...

I nostri carciofi sono tra i prodotti TOP che la cucina italiana può offrire...sono antipatici da pulire ma già presentati crudi con un filo del nostro olio affiancati da un gambero Rosso di Sanremo, difficile trovare di meglio...

5) Non fossi diventato Chef saresti stato..

Astronauta!!! Questo era il mio sogno...scoprire nuovi pianeti, trovare gli extraterrestri... Ero anche un pò impallinato dagli UFO... ma più probabilmente avrei fatto il Geometra, visto che avevo predisposizione per la materia...

6) Cucina Tradizionale o Innovativa?

Entrambe, storia e tradizione non possono essere dimenticate... ma si possono comunque riproporre piatti classici che senza essere stravolti cambiando qualche ingrediente o dando una cottura diversa

possono regalare delle piccole gioie culinarie ...

7) Domanda Survivor: dovessi rimanere disperso sulle nostre colline cosa cacceresti e cosa ti cucineresti?

Allora che domanda difficile... i cinghiali li lascio stare perchè non mi piacciono e sono pericolosi... cercherei un torrente per prendere dei gamberi di Fiume, che sono favolosi e ci abbinerei una bella insalata di radici...piatto Survivor ma comunque Gourmet...

8) Dovessi scappare dall' Italia andresti a vivere?

Andrei in Svizzera di corsa ... ho una vera passione per questa nazione , ho diversi amici che ci vivono e sono già stato diverse volte... sceglierei o Zurigo o San Gallo...

9) Le tue passioni extra cucina ...

Sopra tutto la mia fidanzata Yana che vive in

AUTOCARROZZERIA
elite
Autorizzato FIAT
Via San Francesco, 355 - 18038 Sanremo IM
Tel. 0184 506238

ANTONIO VERRINI & FIGLI
PRODOTTI ITTICI
FRESCHI E SURGELATI
AZIENDA SPECIALIZZATA
Filiale di Ventimiglia
Corso Limone Piemonte, 111
www.verrini.com

Bielorussia e che ho conosciuto proprio qua al ristorante Marinella... poi la Play Station e i gatti...

10) Il sogno nel cassetto...

Il mio sogno da grande interista quale sono è quello di preparare una bella cena per tutta l' Inter del Triplete... Mourinho compreso... gli preparerei a Josè una rivisitazione della Pennetta Arrabbiata... così da farli sparare qualcuna delle sue mitiche battute..

Grazie FULVIO... qui dal RISTORANTE MARINELLA è tutto a voi STUDIO...

Il Farmavespista

...i "CARTELLI DIVERSI"...

a cura di Massimo Danno

...la fantasia e l'ironia degli italiani...

Con questa rubrica vogliamo *evidenziare ed elogiare la fantasia e l'ironia che contraddistingue il popolo italico...focalizzandoci in particolar modo sulla nostra provincia.* Eccovi il nostro cartello di oggi!

..... i parcheggi e la natura .....

In questo numero parliamo di un tema molto ricorrente, ormai una consuetudine, un "must" di questa rubrica: i parcheggi .....

Un nostro lettore ci ha inviato questa foto che non rappresenta un vero e proprio "cartello diverso" anche se un cartello è presente.

Nonostante non sia strettamente pertinente alla nostra rubrica, questa volta abbiamo voluto fare uno strappo alla regola perché riteniamo che la foto in questione abbia dell'incredibile.

Pensiamo che essa rappresenti, nella sua drammaticità, l'Italia media, l'Italia della gestione (pessima) del bene pubblico.

Come spesso accade, quando vediamo una foto, o leggiamo un cartello, ci piace immaginare la fattispecie e quindi la genesi che ha generato la situazione immortalata dallo scatto o ci piace ipotizzare le motivazioni che hanno indotto una persona a scrivere un messaggio ..... ma in questo caso abbiamo delle grosse difficoltà a capire, a ricostruire la motivazione che possano aver portato ad una situazione immortalata.

Prima di tutto riteniamo che quanto rappresentato non possa essere attribuito ad un'unica mente, una persona da sola non riuscirebbe a tanto ..... sicuramente un solerte Tecnico ha progettato una nuova ed avveniristica area a parcheggio (previo accurato rilievo di dettaglio della zona) e quindi, nel pieno rispetto della normativa vigente, ha pensato di prevedere anche la possibilità

Centro Assistenza Tecnica
HELP UFFICIO
Computer - Stampanti - Fotocopiatori
Eliocopiatrici - Fax - Scanner
Help Ufficio di Murelli Davide
Str. carr. San Pietro, 155 - 18038 Sanremo (IM)
Tel. 335 6841171 - www.helpufficio.it

...i "CARTELLI DIVERSI"...

di sosta ai disabili…….. un altrettanto solerte operaio ha sicuramente diligentemente tracciato le linee che delimitano gli spazi di sosta, facendo ben attenzione ad utilizzare colori differenti per i posti liberi (quindi delimitati in bianco) e quelli per disabili (delimitati in giallo) per poi sottolineare lo spazio riservato con apposita grafica molto chiara ……. e poi, ciliegina sulla torta, un altro operaio (non può essere lo stesso che ha tracciato le linee) ha piantato (storto) il palo con il relativo cartello a segnalare la zona a parcheggio.

Sicuramente questo bel lavoro, che abbiamo pagato in parte TUTTI NOI, è frutto di un "ensamble" di cervelli e di menti sopraffine…… non può essere frutto di una singola persona normale ……..

Comunque, scherzi a parte, in questo caso tutti noi della redazione vorremmo scrivere (questa volta tocca a noi) un "Cartello Diverso"….. molto semplice……. diretto ….. magari anche scritto con un font molto chiaro e leggibile ……. :

" VERGOGNATEVI !!!! "

Scusate lo sfogo ma ritenevamo giusto segnalare questo scempio tipico del costume "italiota"……

A presto al prossimo...

"CARTELLO DIVERSO"...

ellelle STUDIO
GRAFICA • STAMPA DIGITALE • PROGETTI WEB
Via Pallavicino 6 • SANREMO • Tel. 0184.535435 • Fax 0184.597869
www.ellellestudio.it • e-mail: info@ellellestudio.it

PROVERBI LIGURI E SANREMASCHI

Ciò che si pensa e quello che si dice nella nostra zona

I pin i fan i pignöi, i crovi i nu fan cardelìn.

I pini fanno i pinoli, i corvi non fanno cardellini.

U mundu u l'è rundu, chi nu sa navegà u va a fundu.

Il mondo è rotondo, chi non sa navigare fa a fondo.

E parole i nu énce a pansa.

Le parole non riempiono la pancia.

Int'a vita u t'atùca piàne de càude e de fréide.

Nella vita ti tocca prenderne di calde e di fredde.

Sciuscià e sciurbì nu se pò.

Soffiare e succhiare contemporaneamente non si può.

I parla sempre chéli ch'i han da tàixe.

Parlano sempre quelli che dovrebbero tacere.

A tütu u se rexìste menu che a-a prusperità.

A tutto si resiste tranne che alla prosperità.

I sòudi nu s'i-i porta deré nisciün.

Nessuno si porta i soldi nella tomba.

Cuscì a düresse ina cativa veixìna cume a neve marsurina.

Magari una cattiva vicina durasse come la neve di marzo.

Cande u gatu u nu gh'è i rati i bala.

Quando il gatto non c'è i topi ballano.

...'NDO VAi NELLO?

a cura di... Nello

QUESITO N. 1

Una spia di incerta nazionalità riesce a nascondere una microspia dietro un cespuglio, non molto lontano dall'ingresso di un centro segreto italiano, con l'intento di scoprire la regola che associa parola d'ordine e contro parola d'ordine, per entrare nell'edificio.
Arriva un soldato, bussa al portone e da dentro la sentinella pronuncia: "12."
Il soldato risponde: "6", e gli viene aperto.
Poco dopo arriva un altro militare, bussa e gli viene gridato: "8."
Il militare risponde: "4", ed entra.
Un terzo uomo entra, dopo avere risposto: "5", alla parola d'ordine "10".
A questo punto, la spia crede di aver capito il meccanismo che associa parola e contro parola d'ordine. Si avvicina al centro segreto, bussa alla porta. Le gridano: "4." La spia risponde: "2", ma le sparano.
Come mai?

QUESITO N. 2

A causa di un crollo, padre e figlio rimangono gravemente feriti sotto le macerie della casa crollata. Quando i soccorritori li estraggono vedono subito che si trovano in condizioni disperate. Portati d'urgenza in ospedale, il padre muore durante il trasporto, mentre il figlio viene subito portato in sala operatoria.
Appena il chirurgo che lo deve operare lo vede, con grande sorpresa degli assistenti esclama: "Non avrei mai pensato che un giorno avrei dovuto operare mio figlio!"
Come'è possibile?

Se non indovinate ve lo diciamo noi!

1 *- La contro parola d'ordine consiste nel numero di lettere che compongono il numero pronunciato dalla sentinella, pertanto alla parola "quattro" bisognava rispondere "7".*

2 *- La risposta è banale: basta pensare che un chirurgo può essere anche donna, quindi il chirurgo in questione era la madre del ferito.*

FLASH COMIC NEWS

Evviva l'Italia!

Un sindaco chiede un preventivo x pitturare la facciata del municipio e gli arrivano 3 offerte.

Quella di un tedesco di Euro 3000, quella di un francese di Euro 6000 e quella di un italiano 9000 euro.

Davanti a tali differenze, convoca una riunione con i 3 concorrenti affinché giustifichino i loro preventivi.

Il tedesco gli dice che vuole usare una vernice acrilica x esterni che costa 1000 euro e che vuole dare due mani, poi tra impalcature e pennelli si spendono altri 1000 euro ed il resto è il suo guadagno.

Il francese giustifica il suo preventivo dicendo che lui è il miglior pittore in circolazione, che usa vernice poliuretanica e che vuole dare tre mani.

La pittura viene quindi 3000 euro, tra impalcature e pennelli si spendono altri 2000 euro e gli altri 1000 euro sono il suo guadagno.

L'italiano, che viene ascoltato x curiosità poiché il suo preventivo non è paragonabile agli altri, dice:

"Sindaco, il mio è sicuramente il preventivo migliore: 3000 euro sono per te, 3000 euro sono per me e … bhè 3000 euro sono per il tedesco che pittura la facciata!"

Sherlock Holmes e Watson

Sherlock Holmes e il Dr. Watson vanno in campeggio.

Dopo una buona cena ed una bottiglia di vino, entrano in tenda e si mettono a dormire.

Alcune ore dopo Holmes si sveglia e con il gomito sveglia il suo fedele amico:

- "Watson, guarda il cielo e dimmi cosa vedi!"

Watson replica:

- "Vedo milioni di stelle..."

Holmes:

- "E ciò, cosa ti induce a pensare?"

Watson pensa per qualche minuto:

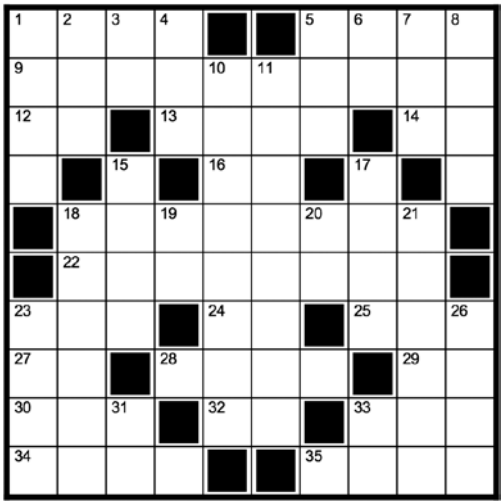
- "Dal punto di vista astronomico, ciò mi dice che ci sono milioni di galassie e, potenzialmente, miliardi di pianeti. Dal punto di vista astrologico, osservo che Saturno è nella costellazione del Leone. Dal punto di vista temporale, deduco che sono circa le 3 e un quarto. Dal punto di vista teologico, posso vedere che Dio è potenza e noi siamo solo degli esseri piccoli ed insignificanti. Dal punto di vista meteorologico, presumo domani sarà una bella giornata. Invece tu cosa ne deduci?"

- "Watson, qualcuno si è fregato la tenda!"

IMPIANTI DI REFRIGERAZIONE
Via G. Borea, 7
18038 SANREMO (IM)
Tel 0184 500632
BLASETTA

PASSATEMPIAMO

CRUCIVERBA



ORIZZONTALI

1. Città dell'Ungheria
5. Gas per insegne
9. Ha occhi indipendenti l'uno dall'altro
12. Misura la potenza meccanica (simbolo)
13. Film con la Jolie
14. Poco ovvio
16. Infuso di origine asiatica
18. Perfetto accordo
22. Ripresi, rimproverati
23. Piccoli anfibi
24. Opposto a NE
25. Contenuti nei forzieri dei pirati
27. Treviso in auto
28. Grande re persiano
29. Cambiano vocali in vocaboli
30. Dea mitologica norrena
32. Estremità in opera
33. Fervente ammiratore
34. Nobel 1929 per la letteratura
35. Governava a Venezia

VERTICALI

1. Risonanze, rimbombi
2. Divario tecnologico
3. Il comico Montesano (iniz.)
4. Alto dignitario etiopico
5. Negazione logica booleana
6. In mezzo a niente
7. Mitico gigante fratello di Efialte
8. Cade senza far rumore ...
10. Disaccaride contenuto nel latte
11. L'attrice Giorgi
15. Vette montane
17. Nome di battaglia di Josip Broz
18. Pianta aromatica
19. Nome senza vocali
20. Finire in centro
21. Cuscino salvavita dell'auto
23. Parimenti ... in atti notarili
26. Atomo carico elettricamente
31. Targa di Rimini
33. Dario premio Nobel

EMBE®
MAIL BOXES ETC.®
SPEDIZIONI
IMBALLAGGIO
DOMICILIAZIONE POSTALE
GRAFICA E COMUNICAZIONE
STAMPA PICCOLO E GRANDE FORMATO
UN MONDO DI SERVIZI AL TUO SERVIZIO
Corso Cavallotti, 86 - 18038 SANREMO - Tel. 0184 591673 - Fax 0184 599471

TEAM CINGHIALI MANNARI

TCM

RIDE

YOUR PASSION

WORK
ABBIGLIAMENTO PROFESSIONALE
VIA VOLTA 52 - SANREMO

Ristorante Pizzeria
MEDITERRANEO
Sanremo

ugoviaggi
Sanremo

HAIR FASHION PARRUCCHIERI
Flavio
SANREMO • VIA CARILE 24 • TEL. 0184.577171

Rostkafè
Genova 1903

LIVEVIDEO

bar in piazza
Marta e Nicola

Cose d'altri tempi
di Marco Languzzi e Johnny
Via Roma 50 ♦ Sanremo

PASSATEMPIAMO

SUDOKU

6		1	2			7	4	8
5	7	4			8		3	
3				9			6	1
	4			1				7
		7	8		9	4		
8				7			9	
1	8			4				3
	5		9			6	2	4
4	6	9			3	1		5

5	6		4		3		2	9
1								8
			5	8	9			
7		5				8		2
		3		9		4		
2		9				3		6
			7	4	6			
8								7
4	7		2		8		5	1

JONASSOHN

Sicurezza in mare | Safety at sea

- Stazione di Servizio approvata dalla Autorità Marittima e dai Registri RINA, BV, DNV, ABS, LR, GL
- Forniture complete dotazioni di sicurezza SOLAS e non per Yacht commerciali Classe MCA & RINA CHARTER
- Stazione di Servizio per revisione e riparazione di:
  - Zattere gonfiabili ZODIAC, AUTOFLUG, BFA, AVON, STOMIL, FUJIKURA, MITSUBISHI, ARIMAR, CSM, YOULONG UZEMIK, SAMGONG, SHANGAI STAR RUBBER, SEASAFE
  - Gommoni e Rescue Boat ZODIAC, BOMBARD, AVON, ARIMAR, NARWAL
  - Cinture gonfiabili (per settore nautico ed antiinfortunistico)
  - Tute immersione
  - Sistemi SAR per soccorso aereo
  - Zattere e cinture gonfiabili per aerei ed elicotteri
  - Ganci idrostatici e comandi a distanza
- Stazione di Servizio per revisione e collaudo di:
  - Estintori
  - Impianti antincendio
  - Autorespiratori
  - Bombole
- Laboratorio per programmazione, riprogrammazione e sostituzione batterie al litio di EPIRB, RADAR e TRANSPONDER.

JONASSOHN SRL • Via Inf. Rocca dei Corvi, 10 • 16161 GENOVA
Tel. +39 (0)10 7411456 • Fax +39 (0)10 7415116
Email: info@jonassohn.it

www.jonassohn.it

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

SAN BARTOLOMEO AL MARE

(Fiere e Mercati)

FIERA DELLA CANDELORA

(Piazza Magnolie)

Mostra dedicata ai sapori, esposizione di piante, fiori, attrezzature agricole, materiale per florovivaismo, allevatori e materiale per la zootecnia, stand di Educazione Ambientale e Fattorie didattiche. È la fiera tradizionale più antica della Liguria: storicamente legata all'inizio della stagione agricola, mantiene ancor'oggi l'impostazione originaria: grande spazio è dato alla vendita di attrezzi per l'agricoltura, animali da allevamento e da cortile, sementi.
02/02/2016 dalle ore 9,00

SANREMO

(Musica)

I FIATI TRA BALLO E OPERA

(Chiesa Evangelica Valdese)
Concerto proposto dall'Orchestra Sinfonica di Sanremo. Musiche di: S. MAYR, P.I. CIAIKOVSKI, E. GRIEG, G. BIZET. Direttore: SAVINO ACQUAVIVA.
Ingresso gratuito.
04/02/2016 ore 17.00

SANREMO

(Tornei e competizioni)

SANREMO SCACCHI

(Hotel Nyala)
Dal 4 al 7 Febbraio 2016, la città dei fiori sarà la sede del Festival internazionale degli Scacchi. Sanremo è una città che può vantare un blasone eccezionale nel mondo degli scacchi, avendo ospitato nel 1911 il primo torneo internazionale organizzato in Italia e nel 1930 un campionato del mondo entrato nel mito, con la vittoria di Alexander Alekhine.
Il Festival degli Scacchi "Sanremo Scacchi", segna il ritorno di un torneo scacchistico di livello internazionale nella città dei fiori, con l'ambizione di poter diventare un punto di riferimento per tutti gli appassionati italiani e stranieri.
L'organizzazione è affidata al Circolo Scacchistico Imperiese, un sodalizio di grande prestigio, che organizza il più longevo torneo a livello nazionale: il Festival scacchistico internazionale di Imperia è infatti giunto nel 2016 alla 58ma edizione.
Nyala Wonder Travel, forte di un'esperienza decennale, cura l'ospitalità dei partecipanti e la promozione e comunicazione dell'evento fuori dall'ambito scacchistico classico.
Dal 04/02/2016 al 07/02/2016

TADDEI
laboratorio orafo
Via XX Settembre, 23 - 18038 Sanremo - tel 0184 500217
taddei.sanremo@tiscali.it - www.oreficeriataddei.it - wwwbrujewels.com
facebook: Laboratorio Orafo Taddei
Myspace: www.myspace.com/oreficeriataddei

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

SANREMO

(Musica)

GRAN GALÀ DELL'OPERETTA

(Teatro Ariston)
L'Associazione Ritorno all'Opera presenta: "Gran Galà dell'Operetta", un Concerto con le più belle e conosciute Arie tratte dal repertorio Operettistico italiano e straniero.
Soprano: Noema Erba
Tenore: Antonio Colamorea
al pianoforte: Maestro Francesco Barbagelata
Narratore: Andrea Elena
Ingresso a pagamento. Per info www.aristonsanremo.com
07/02/2016 ore 16.30

TAGGIA

(Tornei e competizioni)

2^ CORSA STORICA TAGGIA

(via Soleri e vie del borgo)
Domenica 7 febbraio Corsa podistica amatoriale a Taggia. Lunghezza del percorso: 5 miglia
Inizio ore 10:00
Partenza da Via Soleri - Taggia
Per info visita la pagina facebook: Runningfree armataggia.
07/02/2016 ore 10.00

DOLCEACQUA

(Visite guidate)

DOLCEACQUA, STORIA ED ARTE: BREA, MONET, MORSCIO

(vie del borgo)
Un'alternativa proposta dal servizio guide del Castello Doria, è la visita guidata del paese e non del castello, dedicata ai luoghi della storia e all'arte ma soprattutto a coloro che hanno trovato in Dolceacqua la loro fonte di ispirazione, "il luogo" dove meditare o anche solo lavorare, per la creazione di opere che comunque hanno contribuito a rendere eterna la loro immagine quanto quella del paese...e Monet ne è un esempio lampante.
Breve descrizione di seguito passeggiata nel paese incantato di Dolceacqua, dedicata ai luoghi di Monet e alle sue opere. Palazzo Luigina Garoscio e la Pinacoteca Morscio. Visita ai siti

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

d'interesse storico che legano i Doria ai Grimaldi di Monaco. Ore 15:00: ritrovo davanti all'ufficio IAT di Dolceacqua. Richiesto numero minimo di partecipanti. Costo: Euro 10 a persona (visita guidata e degustazione Rossese)
Informazioni e prenotazioni: 0184 229507 (tutti i giorni dalla ore 9:30 alle ore 16:00)
e-mail: info@cooperativa-omnia.com
07/02/2016
dalle ore 15,00 alle 17,00

DIANO MARINA

(Popolari)

FESTA DI SAN BIAGIO

(Frazione Diano Calderina, loc. Muratori)
Santa Messa e a seguire processione con la partecipazione della Banda Musicale "Città di Diano Marina"
07/02/2016 ore 15,30

ARMA DI TAGGIA

(Popolari)

59° CARNEVALE DEI RAGAZZI

(Via Paolo Boselli)
09/02/2016

SANREMO

(Musica)

66° FESTIVAL DI SANREMO

(Teatro Ariston)
Sul palco del Teatro Ariston tanti artisti, presenteranno le loro nuove canzoni che saranno sottoposte a giudizio della giuria.
Tanti saranno anche i guest star, che allieteranno le serate.
Dal 09/02/2016 al 13/02/2016

CERVO

(Cultura)

`LA BAMBINA E IL SOGNATORE`

(Oratorio Santa Caterina)
Dacia MARAINI presenta il suo nuovo romanzo, edito da Rizzoli, `La bambina e il sognatore`.
Intervista: Francesca Rotta Gentile.
Ingresso gratuito.
11/02/2016

DIANO MARINA

(Popolari)

51^ EDIZIONE "CARNEVALE DIANESE"

(centro cittadino)
Tornano i classici eventi di carnevale a cura della Famia Dianese con il seguente programma. Al mattino, ore 10,30: Carnevale dei Bambini in Piazza del Comune, animazione di strada, giochi, regali per tutti i bambini presenti e l'iscrizione al concorso della Baby Maschera.
Al pomeriggio, ore 14,30: sfilata di 8 carri

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

allegorici nelle vie del centro cittadino (tra cui 7 in rappresentanza dei vari quartieri o sodalizi di Diano Marina e precisamente: "i Perdigiurni", "i De longu i stessi", "i Periferici", "Quelli da Sciumaia", "i Foa de Testa", i "Goliardi Dianesi", gli "Amixi de Sanbertumè" e i "Marmessi"), gruppi mascherati e gruppi musicali, ballerine e tanto altro ancora. Presentano Gianni Rossi e Polo DJ.
14/02/2016 tutto il giorno

SANREMO

(Musica)

BACH - BUSONI

(Teatro dell' Opera del Casinò)
Concerto proposto dall'Orchestra Sinfonica di Sanremo.
JOHANN SEBASTIAN BACH: SUITE N. 1 in Do Maggiore per 2 Oboi, Fagotto, Archi e Continuo CONCERTO N. 1 in Re Minore BWV 1052 per Pianoforte e Archi;
FERRUCIO BUSONI: QUARTETTO N. 2 in Re Minore Op. 26 per Archi
Biglietto: Euro 12.
18/02/2016 ore 17.00

CERVO

(Cultura)

SPUNTI D'ARTE NEL BORGO DELL'ARTE

(Palazzo Viale)
Nell'ultimo incontro di questo ciclo, Tiziana ZENNARO propone "Pittori della realtà a Genova e in Liguria in epoca Barocca".
A cura dell'Associazione `Cumpagnia du Servu` con il patrocinio e il contributo del

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

Comune. Ingresso gratuito.
20/02/2016 ore 16,30

BORDIGHERA

(Teatro)

KARMAFULMINIEN – FIGLI DI PUTTINI

(Palazzo del Parco)
"Karmafuliminien – figli di puttini" il nuovo spettacolo del collettivo Generazione Disagio, prodotto dal Teatro della Tosse di e con Enrico Pittaluga, Graziano Sirressi, Luca Mammoli regia e coautore Riccardo Pippa. Uno spettacolo comico con un ritmo incalzante, che fa ridere dall'inizio alla fine, spesso in maniera amara dei difetti della società.
27/02/2016 ore 21,00

TAGGIA

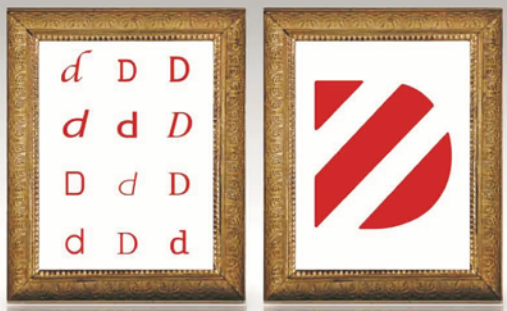
(Popolari)

36^ FESTA DI SAN BENEDETTO

(vie del borgo)
Tornano i tradizionali festeggiamenti in onore di Benedetto Revelli.
Sabato 27 febbraio: rievocazione storica.
Domenica 28 febbraio:
Ore 9:00 Piazza Eroi Taggesi e Viale Mazzini: apertura mercatino: artigianato e prodotti tipici
Ore 10:00-13:30 Ambientazioni nei Rioni Tabiesi
Ore 14:30-15:30 Via Soleri e Piazza Cavour: Esibizione militare dei Gruppi Storici
Ore 15:45 Partenza Corteo Storico dalla piazza del Colletto. Corteo formato dai musici, dai rappresentanti del Senato Genovese, dal Vescovo di Albenga con la corte, Gonfalone civico con scorta armata, dal Podestà, Priore e Anziani; dai Rioni partecipanti (con cavallo, stendardi, figuranti); dai gruppi storici. Il percorso si snoda lungo i rioni Colletto, San Dalmazzo, Bastioni, Ciazo, Orso, Confrarie, Pantano, San Sebastiano.
Ore 16:45 - 17:45 Piazza Cavour Gran finale con l'arrivo del Corteo, lettura delle delibere e premiazioni.
Dal 27 al 28/02/2016

La programmazione degli eventi può subire variazioni.
Per informazioni si prega di contattare gli enti organizzatori o gli uffici IAT dei vari Comuni.

Fiat 500 Club Italia
Fondato a Garlenda nel 1984
coordinamento di San Remo - Ventimiglia
fiduciario: FARACE Biagio
gruppo: "SAN REMO IN 500"
segui le attività del coordinamento su:
www.sanremoin500.it



uguale
ma diversa

www.bancodesio.it

Gruppo Banco Desio
Dal 1909

Per Banco Desio *"uguale, ma diversa"* non rappresenta una semplice frase pubblicitaria.

***"Uguale, ma diversa"* identifica soprattutto un modo di fare ed essere Banca, diretta espressione della nostra storia e delle considerazioni espresse dai Clienti.**

***"Uguale"*, dal 1909, per la cura dedicata al Cliente, l'attenzione alle sue esigenze, privilegiando sempre un rapporto diretto e personale.**

***"Diversa"*, per il modello di servizio espresso assistendo famiglie, professionisti, piccole medie imprese nell'analisi e nella soluzione di tutte le loro esigenze di natura bancaria, assicurativa, previdenziale e di investimento.**

Per Banco Desio *"uguale, ma diversa"* significa tutto questo: tradizione, innovazione e costante attenzione alle esigenze della nostra Clientela.

Vi aspettiamo in una delle nostre filiali per verificare di persona l'attenzione che solo una banca *"uguale, ma diversa"* come Banco Desio è in grado di offrire.

L'elenco di tutte le filiali del Gruppo Banco Desio è disponibile sul sito *www.bancodesio.it*

Qualunque sia la vostra meta, raggiungetela con noi.

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

SANREMO

(Musica)

VIVALDI L'ECCEZIONE ALLA REGOLA

(Teatro dell' Opera del Casinò)
Concerto proposto dall'Orchestra Sinfonica di Sanremo.
Direttore: DE LORENZO
Violoncello: MARIANO DAPOR
Biglietto: Euro 12.
03/03/2016 ore 17.00

DOLCEACQUA

(Tornei e competizioni)

DOLCENDURO 2016

(Dolceacqua e dintorni)
DOLCENDURO è una gara di mountain bike enduro ospitata a Dolceacqua. Al suo quinto anno la competizione è organizzata su 4 prove speciali e relativi trasferimenti pedalati per 35 km circa di sviluppo totale e 1600 mt di dislivello. L'evento è organizzato da Supernatural Racing Team.
06/03/2016 tutto il giorno

SANREMO

(Musica)

CONCERTO 10 MARZO

(Teatro dell' Opera del Casinò)
Concerto proposto dall'Orchestra Sinfonica di Sanremo.
W. A. MOZART: LA CLEMENZA DI TITO - Ouverture K. 621; CONCERTO N. 21 in Do Maggiore K. 467 per pianoforte e orchestra.
Direttore: SILVIA MASSARELLI
Pianoforte: GIULIO BIDDAU
Biglietto: Euro 12.
10/03/2016 ore 17.00

SANREMO

(Teatro)

FIORELLO – L'ORA DEL ROSARIO

(Teatro Ariston)
Rosario Fiorello torna sul palco, in una dimensione teatrale, con un nuovo spettacolo che, come lui stesso ha dichiarato, sarà analogico, fatto di puro intrattenimento. Protagonista al Teatro Ariston di Sanremo il giorno 11 e 12 marzo (ore 21,00), tra aneddoti, racconti e gag in perfetto stile Fiorello, lo showman darà ampio spazio anche alle consuete improvvisazioni.
Ingresso a pagamento. Per info www.aristonsanremo.com
11 e 12/03/2016 ore 21.00

IMMO Sanremo
Cerchi una casa
in AFFITTO o in VENDITA a Sanremo?
CONTATTACI!
340 87 20 515
www.facebook.com/immosanremo

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

BORDIGHERA

(Teatro)

"LA FAVOLA DEL FLAUTO MAGICO "

(Palazzo del Parco)

"La Favola del FLAUTO MAGICO "
di W. A. Mozart: "una favola in musica con i burattini di Emanuele Luzzati e Bruno Cereseto, le voci liriche di Linda Campanella e Matteo Peirone e un Ensemble strumentale composto da pianoforte, violoncello e flauto.
Si tratta di una novità assoluta quella di accostare al tradizionale e celebre teatro dei burattini di Emanuele Luzzati le voci di cantanti lirici che eseguono le principali arie e duetti del capolavoro di W. A. Mozart.
12/03/2016 ore 16,00

SANREMO

(Popolari)

SANREMO IN FIORE 2016

(Lungomare Italo Calvino)

Si svolgerà domenica 13 Marzo 2016 la tradizionale sfilata dei Carri fioriti di Sanremo ed avrà come filo conduttore "C'era una volta…Il magico mondo delle Fiabe", un tema originale che si presta alla creazione di suggestivi e meravigliosi carri ricchi dei fiori della nostra Riviera.
Per l'edizione 2016 i posti a sedere sulle tribune lungo il percorso saliranno da 750 a 1000, per soddisfare le numerose richieste delle edizioni passate.
L'accesso al percorso è gratuito
L'accesso alle tribune è a pagamento, con i biglietti riservati a chi soggiorna negli alberghi di Sanremo.
Ore 10:00 partenza del Corso Fiorito
Ore 12:20 collegamento in diretta con Linea Verde, su Rai 1
Ore 13:20 premiazione
13/03/2016

SANREMO

(Tornei e competizioni)

MILANO-SANREMO

(Vie del Centro)

Domenica 20 marzo Milano - Sanremo, i professionisti si sfidano sulle strade della Classicissima di Primavera... Chiunque può vivere tu la magia del grande ciclismo tagliando il mitico traguardo di via Roma come i grandi campioni !!!
Con la Granfondo Sanremo-Sanremo "la Classicissima" è l'opportunità per i veri appassionati del grande ciclismo di vivere l'atmosfera elettrizzante della grande classica Milano-Sanremo, potendosi cimentare in prima persona sulle strade calcate dai campioni più grandi, oltre ad apprezzare l'ospitalità di Sanremo e del suo territorio.
L'organizzazione è curata dall'Unione Cicloturistica Sanremo 1969, la quale è anche titolare della Granfondo MILANO - SANREMO cicloturistica.
Per il programma completo vedere il sito www.classicissima.it
Dal 12/03/106 al 20/03/2016

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

ALASSIO

(Tornei e competizioni)

GF ALASSIO SIXS

(vie della città e dintorni)
La Gran Fondo Internazionale Alassio SIXS, giunta alla sua terza edizione, fissa l'appuntamento con gli appassionati delle due ruote nella giornata di Domenica 13 Marzo.
A ridosso della primavera, i granfondisti potranno pedalare nel dolce clima ligure, sullo splendido percorso della manifestazione alassina.
La partenza avverrà dal centro di Alassio, alle ore 9:00. Il tracciato, lungo 105Km, presenterà circa 2.000 metri di dislivello e l'arrivo sarà in salita al Santuario di NS Signora della Guardia.
A tutti i partecipanti verrà omaggiato un prezioso capo tecnico prodotto da SIXS!
13/03/2016 inizio ore 9.00

SANREMO

(Musica)

DA SALISBURGO ALLE ACCADEMIE VIENNESI

(Teatro dell' Opera del Casinò)
Concerto proposto dall'Orchestra Sinfonica di Sanremo.
Muische: W.A. MOZART Concerto N. 23 in La maggiore K 488 per Pianoforte e Orchestra.
Direttore: JOHANNES RIEGER
Pianoforte: EMILIO AVERSANO
Biglietto: Euro 12.
17/03/2016 ore 17.00

DIANO MARINA

(Religiosi)

BENEDIZIONE DELLE PALME

(Piazza del Comune)
Tradizionale benedizione delle palme e dei rami d'ulivo nella "Domenica delle Palme".
20/03/2016 ore 10,45

SANREMO

(Musica)

CONCERTO DI PASQUA

(Teatro dell' Opera del Casinò)
Concerto proposto dall'Orchestra Sinfonica di Sanremo.
Musiche di ANTONIO VIVALDI.
Direttore: GIANCARLO DE LORENZO
Biglietto: Euro 12.
24/03/2016 ore 17.00

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

BORDIGHERA

(Teatro)

CANTA CANTA CANTASTORIE

(Palazzo del Parco)

Per la Rassegna "La Tosse a Palazzo" uno spettacolo di storie in rima di Emanuele Luzzati. Sono tre storie che hanno origine dalle filastrocche popolari reinventate con garbo e ironia da Emanuele Luzzati, sui ritmi di una ballata in chiave moderna. I protagonisti sono tra i suoi personaggi preferiti e per questo ritornano in molte sue realizzazioni. Una versione con attori che recupera il fascino e la freschezza della prima edizione unita al sapore delle favole di sempre.

26/03/2016 ore 16,00

SANREMO

(Musica)

GIANNA NANNINI HITSTORY TOUR

(Teatro Ariston)

Concerto di Gianna Nannini della durata di circa 2 ore.

Biglietti e info presso Teatro Ariston Sanremo.

www.aristonsanremo.com

26/03/2016 ore 21,00

Guardiani Assicurazioni
AURORA
UGF ASSICURAZIONI

Via G. Marsaglia,3
18038 SANREMO (IM)
Tel. 0184 506998

www.guardianiassicurazioni.it
info@guardianiassicurazioni.it

AGENZIA GENERALE:
30446@age.auroraassicurazioni.it

GUARDIANI
IMMOBILI

Via G. Marsaglia, 3 - 18038 SANREMO (IM)
www.guardianiimmobili.it - d.guardiani@guardianiimmobili.it
Telefono 335 395002 - Fax: 0184 509969

IMMOBILIARE ROSSELLA

COMPRAVENDITE
LOCAZIONI
GESTIONI CONDOMINIALI
ASSICURAZIONI

Via Nino Bixio, 19 - 18015 Riva Ligure (IM)
Tel. 0184 485353 - Fax: 0184 480507
Cell 349 2546021 - age_rossella@libero.it

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

DIANO MARINA
(Religiosi)
FESTA DI PASQUA
(Piazza del Comune)
Simpatiche galline distribuiscono uova di cioccolato e palloncini a tutti i bimbi. Animazione con Fortunello e Marbella, giochi, lotteria e sorprese a cura della Famia Dianese.
27/03/2016 ore 10,00

DIANO MARINA
(Fiere e Mercati)
PASQUETTA IN BANCARELLA
(Viale Kennedy)
Tradizionale appuntamento di Pasquetta con le bancarelle in Viale Kennedy organizzato dal Comitato Valorizzazione Viale Kennedy. Bancarelle con prodotti tipici, artigianato artistico, animazioni, laboratori ed intrattenimenti vari a cui dei commercianti del Viale.
28/03/2016
dalle ore 8,00 alle 20,00

SANREMO
(Musica)
IN VIAGGIO PER MANNHEIM
(Teatro dell'Opera del Casinò)
Concerto proposto dall'Orchestra Sinfonica di Sanremo.
M. D'AMICO - 5 Variazioni su un tema di Mozart
W.A.MOZART - Concerto N. 2 in Re maggiore K. 314 per Flauto e Orchestra - Sinfonia N. 29 in La maggiore K 201.
Direttore e Flauto: MARIO ANCILLOTTI
Biglietto: Euro 12.
31/03/2016 ore 17.00

La programmazione degli eventi può subire variazioni.
Per informazioni si prega di contattare gli enti organizzatori o gli uffici IAT dei vari Comuni.

AMI CO & CO

Il vostro privilegio? "Amiamo il nostro lavoro".

Amico & Co leader mondiale

nella manutenzione e riparazione di super yacht

Via dei Pescatori, 16128 Genova Italy
Tel +39 010 2470067 - Fax +39 010 2470552
amico.yard@amicoshipyard.com - www.amicoshipyard.com

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

Dolceacqua
(Visite guidate)
Chiesa di San Bernardo: Un Tesoro Nascosto
(Ufficio del Turismo Dolceacqua)
Breve passeggiata nel paese per poi raggiungere, attraverso la storica mulattiera che collega Dolceacqua all'Alta Via dei Monti Liguri e alla Val Roia, la Chiesa campestre di San Bernardo, custode di pregevoli affreschi del 500.
A seguire degustazione di Rossese.
Per l'escursione si consigliano scarpe comode. In caso di maltempo l'escursione viene annullata.
Ritrovo: ore 15:00 davanti all'Ufficio Informazioni Turistiche di Dolceacqua.
Durata: 2h.
Tariffa: Euro 10 a persona (visita guidata e degustazione)
Informazioni e prenotazioni: 0184 229507
tutti i giorni dalle ore 9:30 alle ore 16:00
web: http://www.cooperativa-omnia.com
e-mail: info@cooperativa-omnia.com
NB: richiesto numero minimo di partecipanti.

La programmazione degli eventi può subire variazioni.
Per informazioni si prega di contattare gli enti organizzatori o gli uffici IAT dei vari Comuni.

NUMERI UTILI

1518
Viabilità in tempo reale
Notizie sul traffico in tutta Italia.
Il servizio, sempre attivo e con aggiornamenti in tempo reale, è realizzato dal CCISS - Centro coordinamento informazione sicurezza stradale - in collaborazione con la Rai Radiotelevisione italiana.

892 525
Infoviaggio
Informazioni sul traffico in tempo reale, percorsi e pedaggi, aree di servizio.
Servizio a pagamento.

803 116
ACI - Automobile Club Italia
Il servizio sempre attivo per tutti gli automobilisti soci e Clienti dell'ACI.

800 892 021
Trenitalia
Informazioni per acquisti,cambi prenotazione, orario treni, Carte Fedeltà e premi.
Servizio a pagamento.

800 898 121
Aviazione Civile
Informazioni su sicurezza delle compagnie aeree nazionali ed estere, diritti del passeggero, scioperi.

800 445 445
Alta Via dei Monti Liguri - percorribilità
Informazioni e segnalazioni su interruzioni, interdizioni temporanee, lavori di ripristino.

800 034 771
RT Riviera Trasporti
Informazioni su orari, percorsi e servizi turistici delle linee urbane e extraurbane dell'imperiese.

1515
Corpo Forestale dello Stato Segnalazione incendi
Numero di pronto intervento del Corpo Forestale dello Stato per incendi, tutela del patrimonio naturale e paesaggistico e soccorso pubblico. Attivo 24 ore su 24.

1530
Emergenze in mare
Numero blu sempre attivo per tutte le emergenze in mare: mette in contatto con la Capitaneria di Porto più vicina a luogo della chiamata

112 Carabinieri
113 Polizia di Stato
115 Vigili del fuoco
117 Guardia di Finanza
118 Emergenze sanitarie

La maggior parte dei numeri sono gratuiti. I numeri a pagamento sono segnalati con tariffe dipendenti dall'operatore telefonico

4YU AUTOFFICINA
Autorizzato HONDA
Ricarica e assistenza Condizionatori
Via Martiri della Libertà, 148 - SANREMO
Tel. 0184 57 22 35 - Cell 346 22 39 612
Via Martiri 4YU GALLERIA FRANCIA Mercato Annonario CASINO' Via Matteotti

UFFICI TURISTICI

IAT Ventimiglia
via Hanbury 3
0184 351 183 - fax 0184 235 934
infoventimiglia@visitrivieradeifiori.it

IAT Bordighera
via Vittorio Emanuele 172/174
0184 262 322 - fax 0184 264 455
infobordighera@visitrivieradeifiori.it

IAT Ospedaletti
corso Regina Margherita 1
0184 689 085 - fax 0184 684 455
infospedaletti@visitrivieradeifiori.it

IAT Sanremo
largo Nuvoloni 1
0184 59 059 - fax 0184 507 649
infosanremo@visitrivieradeifiori.it
info@visitrivieradeifiori.it

IAT Arma di Taggia
via Boselli
0184 43 733 - fax 0184 43 333
infoarmataggia@visitrivieradeifiori.it

IAT Riva Ligure
Piazza Matteotti 19
0184 48 201 - fax 0184 487 700
info@comunedirivaligure.it

IAT imperia-Oneglia
Piazza Dante 4
0183 274 982 - fax 0183 765 266
infoneglia@visitrivieradeifiori.it

IAT Diano Marina
piazza Dante snc
0183 496 956 - fax 0183 494 365
infodianomarina@visitrivieradeifiori.it

IAT Cervo
piazza Santa Caterina 2
0183 408 197 - fax 0183 408 197
infocervo@visitrivieradeifiori.it

IAT San Bartolomeo al mare
piazza XXV Aprile 1
0183 400 200 - fax 0183 403 050
infosanbartolomeo@visitrivieradeifiori.it

IAT Apricale (stagionale)
via Roma 1
0184 208 641

IAT Dolceacqua
via Barberis Colomba 3
0184 206 666 - fax 0184 206 433
proloco.dolceacqua@libero.it

IAT Badalucco
via Marco Bianchi 1
0184 407 007 - fax 0184 408 561

IAT Triora
corso Italia 7
0184 94 477 - fax 0184 94 164

IAT Pornassio colle di Nava (stagionale)
Forte Centrale
0183 325501

IAT Pornassio (stagionale)
via Roma 28
0183 33 003 - fax 0183 33 004
pornassio@libero.it

IAT Pieve di Teco
piazza Brunengo 1
0183 36 453 - fax 0183 36 453

IAT Perinaldo
via Arco di Trionfo 2
0184 672 095 - fax 0184 672 095
iat@perinaldo.org

IAT Mendatica
piazza Roma
0183 38 489 - fax 0183 38 489
iat@mendatica.com

MARINER
Nautica
Riparazioni
Rimessaggi
VENDITA E ASSITENZA AUTORIZZATA YAMAHA
(FUORIBORDO, MOTO D'ACQUA E ENTROFUORIBORDO)
VENDITA E ASSISTENZA SOLÈ DIESEL, SELVA
ASSISTENZA YANMAR
SERVIZI DI CANTIERISTICA, ELETTRONICA E MECCANICA,
SIA IN SEDE CHE SUI PORTI,
INSTALLAZIONE MANETTE ELETTRONICHE ED ELICHE DI PRUA
YAMAHA
SELVA
YANMAR
Via Don Bosco, 92 – 18019 VALLECROSIA (IM) – Tel/Fax 0184 299.356 – Cell +39 338 6985264
Deposito: Via Braie, 237 – 18033 CAMPOROSSO (IM) – email: clleot@tin.it

SPAESATO PREMIUM LISTING

ABBIGLIAMENTO
HYPE - Tel. 0184 591949
WORK - Tel. 0184 592141

AGENZIE IMMOBILIARI
CASAMARE - Tel. 0184 574262 (Sanremo)
Tel. 0184 684086 (Ospedaletti)
Tel. 0184 264764 (Bordighera)
GUARDIANI IMMOBILI - Cell. 335 395002
AGENZIA ROSSELLA - Tel. 0184 485353
THE ITALIAN PROPERTY COMPANY - Tel. 0184 260243
CORRADI IMMOBILIARE - Tel. 0184 501110

ARREDAMENTI
GIUSTA ARREDAMENTI - Tel. 0184 667957
FA MAGGIORE - Tel. 0184 570373

ASSICURAZIONI
GUARDIANI, ASSICURAZIONI AURORA -
Tel. 0184 506998
ZURICH - Tel. 0184 486401 (Riva Ligure)
Tel. 0184 448867 (Arma di Taggia)

ASSOCIAZIONI SPORTIVE E RICREATIVE
FCD OSPEDALETTI - www.ospedaletticalcio.it
MTB SANREMO - www.mtbsanremo.it
PRO SAN PIETRO - Tel. 0184 571793
SANREMINICLUB - Cell. 339 6709546 - 349 3238029
SANROMOLO.COM - Tel. 0184 669998
CIRCOLO GOLF DEGLI ULIVI - Tel. 0184 557093

AZIENDE ALIMENTARI - PRODUZIONE E COMMERCIO
DELICATEZZE DELLA RIVIERA - Tel. 0183 736155
RIVIERA ALIMENTI - Tel. 0184 485465
CENTRO LATTE FARALDI - Tel. 0184 505711
GRANDA FRESCHI - Tel. 0172 68462
VOGLIA DI SFOGLIA - Tel. 0184 42370

BANCHE
DESIO - Tel. 0183 283260
FIDEURAM - Tel. 0184 59871 - Cell. 329 2339800

BAR - RISTORANTI - TAVOLE CALDE
BAR VOLTA - Tel. 0184 504475
CAMEA - Tel. 0184 408173
GOLOSAMENTE - Cell. 339 4916242
LE MACINE DEL CONFLUENTE - Tel. 0184 407018
LA PIGNATTA D'ORO - Tel. 0183 90017
LA RESERVE - Tel. 0184 261322
PHOENIX - Tel. 0184 501718
VINO&PANINO - Tel. 0184 524290
BAR FIORUCCI - Tel. 0184 357133
L'OLIVAPAZZA - Tel. 0183 91174

BICICLETTE - VENDITA E RIPARAZIONI
DANYMARK - Tel. 0184 501549

CARBURANTI E LUBRIFICANTI - COMMERCIO E DISTRIBUZIONE
CUNEO LUBE - Tel. 0171 931079
SERVIZIO MARE - Tel. 0184 505123

CARROZZERIE
ELITE - Tel. 0184 506238

CARTOLINE E SOUVENIR - INGROSSO E COMMERCIO
CASA DELLE CARTOLINE - Tel. 0184 502940

CATERING
PARIGI CATERING - Tel. 0184 261405
VINO&PANINO - Tel. 0184 524290

CENTRI ESTETICI
SIMONA- Tel. 0184 506303

COMPUTER - VENDITA ED ASSISTENZA
HELP UFFICIO - Cell. 335 6641171

CONCESSIONARI AUTO
SANREMO MOTORI - BMW - Tel. 0184 516141
COMAUTO - Tel. 0184 476550 (Arma di Taggia)
Tel. 0183 652875 (Imperia)

EDILIZIA
IMPRESA 360 - Cell. 339 6709546 - Cell. 338 4394772
ELIA COSTRUZIONI - Tel. 0184 541499

ELETTRICITÀ E DOMOTICA
ANDREA MOGAVERO - Cell. 338 80 86 786

FIORISTI
FIORI DI LU - Tel. 0184 524153
SPINELLI - Tel. 0183 61576

FORNITURE DENTALI
RB FORNITURE DENTALI - Tel. 0183 293461

ZURICH®

PAOLINO ASSICURAZIONI SNC

SEDE DI RIVA LIGURE
Via Garibaldi, 4 - 18015 Riva Ligure (Im)
Tel. 0184 486401

SEDE DI ARMA DI TAGGIA
Via Aurelia Levante, 2 - 18018 Taggia (Im)
Tel. 0184 448867

Invece dei soliti 4 passi, fai 1 salto in Agenzia. Vieni a scoprire le ultime novità per la tua serenità personale e professionale.

www.zurich.it

SPAESATO PREMIUM LISTING

GAS - FORNITURA E IMPIANTI
AUTOGAS - Tel. 0184 476394

GIARDINAGGIO
FABIO GARDEN - Cell. 339 2123632
BENZA - Tel. 0184 501855 - 0184 575246

GIOCATTOLI
MARAMEO - Cell. 338 5926636

GOMMISTI
TORTOSA - Tel. 0184 505423-4

GRAFICA E STAMPA DIGITALE
ELLELLE - Tel. 0184 535435
PROMO&GRAPHICS - Tel. 0184 591630

HOTEL
MARINELLA - Tel. 0184 505900
PARIGI - Tel. 0184 261405
LE ROCCE DEL CAPO - Tel. 0184 689733

IDRAULICA - FORNITURE E RIPARAZIONI
L'IGIENICA - Tel. 0183 61476
SM IMPIANTI - Cell. 339 5022063 Sartore

IMPIANTI ANTICENDIO
REBORA ESTINTORI - Tel. 0184 508696

MEDICINA E SALUTE
CENTRO RIEDUCAZIONE MOTORIA - Tel. 0184 503634
CENTRO CHIROPRATICO Dr. PATRICK MURUGAN - Tel. 0184 507733
STUDIO MEDICI ASSOCIATI - Tel. 0184 52491

NAUTICA - SERVIZI ED APPRODI
IMPERIA PORT SERVICE - Tel. 0183 961310
MARINER - Tel. 0184 299356
PORTOSOLE - Tel. 0184 5371
TARQUINIO GIRIBALDI - Tel. 0183 63756
LM NAUTICA - Tel. 0184 502429

NOLEGGIO AUTOMEZZI
AUTORIMESSA ITALIA - Tel. 0184 500470
MAGGIORE - Tel. 0184 504558

OFFICINE MECCANICHE - AUTO E MOTO
VIALE MOTO - Cell. 368 441763
YURI 4 YU - Tel. 0184 572235

OREFICERIE
TADDEI - Tel. 0184 500217

CUNEOLUBE

Shell lubricant distributor autorizzato per le province di Torino, Cuneo, Genova, Savona, Imperia.

Cuneo Lube Srl
Via San Sebastiano, 3 - 12024 Tarantasca (CN)
e-mail: info@cuneolube.it
Tel: +39 0171 931079 - Fax: +39 0171 931852
www.cuneolube.it

Shell Distributor

SPAESATO PREMIUM LISTING

PARRUCCHIERI
LUCA STYLE - Tel. 0184 506303
SABRINA - Tel. 0184 500286

PESCHERIE
PESCHERIA MANSUETO - Tel. 0184 230276
VERRINI - Tel. 010 8599200 - 010 2466532

PUB
BIG BEN - Cell. 340 1427442
21 JAZZ CAFFÈ - Cell. 340 1427442

RISCALDAMENTO - REFRIGERAZIONE - CLIMATIZZAZIONE E IMPIANTI
BIEFFE CLIMA - Tel. 0184 689162
BLASETTA - Tel. 0184 500632

RISTORANTI - PIZZERIE
CLUB 64 - Tel. 0184 578192

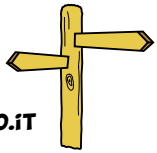
SERVIZI ECOLOGICI E SMALTIMENTI
RSE - Tel. 0184 476378

SPEDIZIONI E SERVIZI
MAIL BOXES ETC. - Tel. 0184 591673

STABILIMENTI BALNEARI
BAGNI ITALIA - Tel. 0184 503644
BAGNI LIDO - Tel. 0184 503644
BAGNI MORGANA - Tel. 0184 503647
LA RESERVE - Tel. 0184 261322

TAPPEZZERIE
VITTORIO - Tel. 0184 579376

VETRERIE E SERRAMENTI
VETRERIA SANREMO - Tel. 0184 505491



WWW.SPAESATO.iT

SPAESATO GUIDA PROMO-TURISTICA - Marchio Esclusivo di ***Impresa 360***
Reg. Trib. Sanremo n° 2 del 27.06.2011
Strada San Stevi Superiore 5H - 18010 Santo Stefano al Mare (IM)
M(1) +39 339 6709546 - M(2) +39 349 3238029 - M(3) +39 348 5172417
redazione@spaesato.it - info@spaesato.it - www.spaesato.it

Stampato da ***L.E.G.O s.p.a. KINA Italia*** *- Stabilimento di Marano (VI)*

Realizzazione grafica a cura di ***ELLELLE STUDIO***
Via Pallavicino - SANREMO (IM) - Tel. +39 0184 535435 - Fax: +39 0184 597869
www.ellellestudio.it - e-mail: info@ellellestudio.it

Immagini e fotografie a cura di ***CASA DELLE CARTOLINE***
Via Val del Ponte, 1 - 18038 SANREMO (IM) - Tel e Fax: +39 0184 502940
www.casadellecartoline.it - e-mail: info@casadellecartoline.it

MONESI
Available on the App Store
Available on Google Play