TRIMESTRALE DI INFORMAZIONE TURISTICA

OTTOBRE 2019

SPAESATO

UN ISOLOTTO IN CIMA AI MONTI SCOPRIAMO ISOLABONA!

CORRERE... IN DIAGONALE!

RICORDI E POESIE: IL VOLO

GLI ALIMENTI BIOLOGICI E LA PREVENZIONE DELLE MALATTIE I CONSIGLI DEL DOTT. TRAPANI

COS'E' IL VISIONARIUM? PER SCOPRIRLO CI VUOLE SANTA PAZIENZA

HALLOWEEN E NATALE STANNO ARRIVANDO TANTE RICETTE E MANIFESTAZIONI DA NON PERDERE!

ANNO IX - N. 3 - TRIMESTRALE - IMPRESA 360 s.r.l. Strada San Steve Superiore 5/H - 18010 SANTO STEFANO AL MARE (IM) - info@impresa360.com

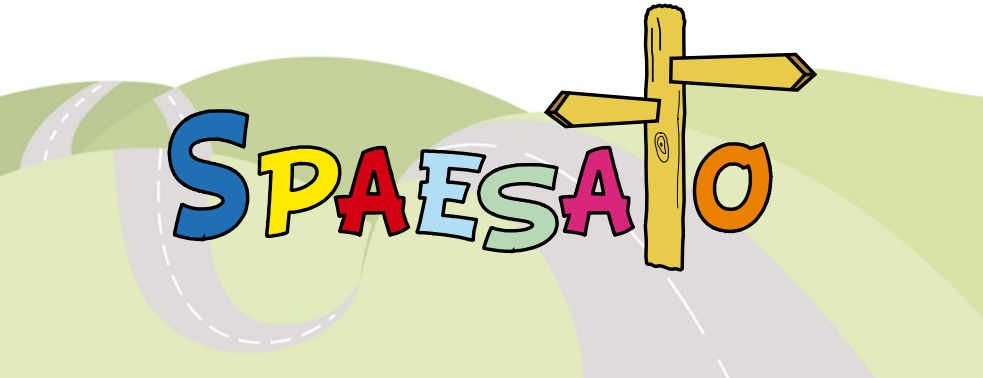
www.spaesato.it

COPIA GRATUITA

JS
JUNIOR SOCCER
SCUOLA CALC

CON IL PATROCINIO DEL COMUNE DI SANTO STEFANO AL MARE

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
RICORDI E POESIE 10
SPORT E TEMPO LIBERO 11
RUOTE E MOTORI 24
FRANCO BOLLO 27
ARTE E CULTURA 29
MUSICA E SPETTACOLO 33
IL PUNTO DEL TURISTA 34
MEDICINA E SALUTE 40
L'ORA DI RELIGIONE 52
CASA 54
IL PERSONAGGIO DEL MESE 60
I CARTELLI DIVERSI 63
COMICS E PASSATEMPI 66
MANIFESTAZIONI OTTOBRE 71
MANIFESTAZIONI NOVEMBRE 79
MANIFESTAZIONI DICEMBRE 82
MANIFESTAZIONI NATALE 84
MANIFESTAZIONI ...DURANTE... 91
NUMERI UTILI 92
SPAESATO PREMIUM LISTING 94

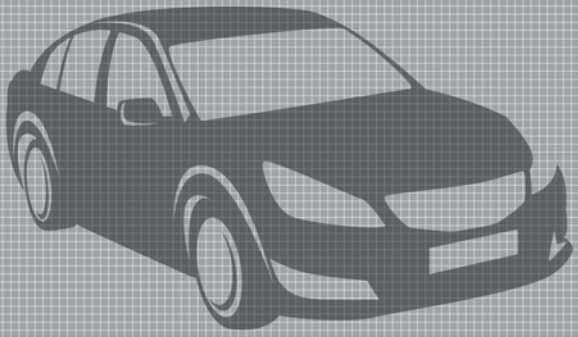
IN COPERTINA: GAIA VIGILANTE,
UNA CHE FA DEI TATUAGGI DA PAURA!

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

auto3

Un' AMPIA SCELTA di

NUOVO e USATO



SHOWROOM SANREMO

C.so Imperatrice, 128
Tel. 0184 667891

Via Privata Serenella, 8
Tel. 0184 663008

SHOWROOM IMPERIA

Viale Matteotti, 120
Tel. 0183 767920

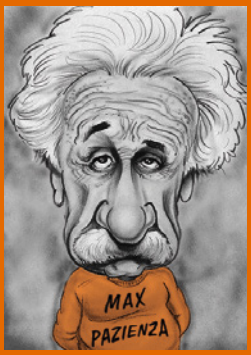
SHOWROOM VENTIMIGLIA

C.so Limone Piemonte, 21/37
Tel. 0184 231208

www.auto3spa.it

FIAT · ALFA ROMEO · LANCIA · Jeep · ABARTH · RENAULT · DACIA

PICCOLE CONSIDERAZIONI



a cura di Max Pazienza

40

What is this sound...
Could you tell?
It's been ringing not far
That's the fortieth bell
We've been walking so long
and sometimes fell
but never bid farewell
so good. We have grown well!
And do you feel this smell?
It's Christmas in the air
proudly waiting for us
sitting on its chair
It will be special I know
(to snow or *not–to–snow*)
messed with lights and wires
and warmed by fires
40
Quest'anno il Natale
sarà speciale
Sarà fatto di fuochi
luci e canti
Perchè 40 non son pochi
ma nemmeno tanti
noi andiamo avanti
La strada è lunga
la meta è bella
e siamo ancora in sella

INGORDI DI BORGHI

a cura di
Discovery Mellans

ISOLABONA

Isolabona, in ligure **"L'Isora"**, è un comune italiano di 696 abitanti della provincia di Imperia in Liguria, è situata in val Nervia, tra i comuni montani di Rocchetta Nervina, a nord, e Dolceacqua a sud. Esso si presenta come il tipico borgo dell'entroterra ligure di Ponente, racchiuso da una cinta fortificata. Le strette vie mettono in comunicazione le due piazze principali, chiamate Piazza Piccola e Piazza Grande. Nella prima è presente una Fontana Ottagonale del 1486, mentre sulla seconda si affacciano l'Oratorio e la Chiesa Parrocchiale.

Il toponimo Isolabona deriva dall'unione dei termini **"insula"** cioè isola, perché il paese è collocato su una sorta di isolotto definito dal torrente Nervia e un suo affluente, il Merdanzo, e **"bona"** (traduzione letterale del termine "buona") per la proverbiale cordialità ed ospitalità dei suoi abitanti e per il clima mite.

Un primo nucleo rurale - denominato genericamente con il termine castellum e, probabilmente, localizzabile nei pressi dell'odierno cimitero urbano dove è situata la chiesa di San Giovanni Battista - è citato all'inizio del XIII secolo.

Al 1287, con l'acquisto del territorio apricalese da parte di Oberto Doria, la comunità di Isolabona (che dalla pieve progressivamente si sviluppò più nel fondovalle, intorno

al locale castello) venne unita a quella di Apricale all'interno del Marchesato di Dolceacqua; tale unione amministrativa dei due borghi perdurò fino al 1573. Al 1524 risale, invece, il passaggio del marchesato dolceacquese nel Ducato di Savoia.

Con l'annessione del contado di Nizza alla Prima Repubblica francese, nel 1793, Isolabona entrò a far parte del cantone di Perinaldo (distretto di Mentone), poi di Monaco nel dipartimento francese delle Alpi Marittime.

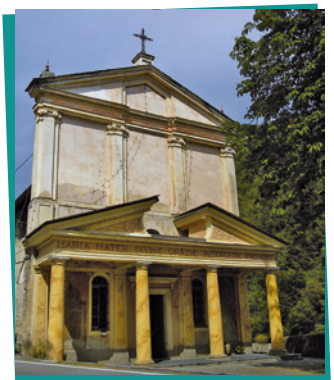
Nel 1805 restò nel cantone di Dolceacqua (che sostituì Perinaldo come capoluogo), ma passò nel nuovo distretto di Sanremo, dello stesso dipartimento, esteso a est per annessione di una parte della Repubblica Ligure.

Alla caduta del Primo Impero francese, nel 1815, tornò al Regno di Sardegna, come stabilito dal Congresso di Vienna, e successivamente nel Regno d'Italia, dal 1861. La municipalità di Isolabona fu sottoposta nel III mandamento di Dolceacqua del circondario di Sanremo della provincia di Nizza (poi provincia di Porto Maurizio dopo la cessione alla Francia del territorio nizzardo).

Dal 1973 al 30 aprile 2011 ha fatto parte della Comunità montana Intemelia.

Sulla vicina piazza, una volta utilizzata per le partite di pallone elastico, si affacciano la parrocchiale di **Santa Maria Maddalena** e l'**Oratorio di Santa Croce**;

La struttura originale della parrocchiale è di un edificio del tardo medioevo, di cui restano le colonne nella cantoria e che venne poi rimaneggiata nel corso del Settecento nelle forme barocche, ma conservandone le parti antiche medioevali, e ancora nella metà dell'Ottocento. Fu eretta al titolo di parrocchia nel 1641 dal vescovo di Ventimiglia; L'Oratorio di Santa Croce, di origini più antiche datato alla fine del XV secolo ma rifatto nelle forme barocche nel XVIII secolo e ancora rimaneggiato nella metà del XIX secolo.



Santuario di Nostra Signora delle Grazie

Fuori dell'abitato, il **Santuario di Nostra Signora delle Grazie** (di cui era molto devota Grace Kelly), presenta un portico dorico seicentesco coronato da un alto frontone a vela, con

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

alcune pitture murali; l'interno del Santuario conserva **l'affresco allegorico dell'Albero di Jesse attribuito a Giovanni Cambiaso** (1495-1579) sulla volta, mentre le pareti furono dipinte più tardi da anonimi artisti locali con scene della vita di Cristo e della Vergine.

All'interno del cimitero urbano la **Chiesetta di San Giovanni Battista** di origine romanica conserva un affresco tardo quattrocentesco raffigurante il Battesimo di Cristo.

All'ingresso principale del paese il Ponte di origine tardo medievale, detto del Molino, costruito con un'unica arcata e con piccola edicola al centro, permette l'attraversamento sul torrente Nervia e l'accesso al centro storico isolese.

IL CASTELLO DI ISOLABONA

La postazione militare (prima) e residenziale (poi) fu costruita nel corso del XIII secolo dai feudatari Doria per la difesa del borgo, in una zona sopraelevata a nord-est del borgo storico. Il castello - citato assieme ad Isolabona a partire dal 1287 - si presenta con un corpo di fabbrica di forma esagonale, in pietra arenaria, con portale ad arco acuto e da un'alta torre quadrangolare aperta da feritoie. La struttura subì gravosi danni durante il terremoto di Diano Marina del 1887 e solamente nel 1989 sono stati avviati progetti concreti di restauro e di consolidamento. Il castello è stato quindi restaurato ed ha ospitato per anni il prestigioso **Festival Internazionale delle Arpe**; sculture di suonatori d'arpa ornano diversi angoli del borgo.

La Fontana del 1486 con vasca ottagonale

Lungo la strada principale del paese spicca la **Fontana con Vasca Ottagonale** in pietra e colonna e vaschetta superiore in marmo, datata 1486.

Nei dintorni è possibile fare diverse escursioni che grazie agli antichi sentieri, hanno mete come la campagna di Veonexi ed il Monte Morgi (819 m), il Monte Dorin (633 m) ed i paesi di Apricale e Rocchetta Nervina.

Il territorio produce Olio Extravergine d'Oliva e derivati come Patè d'Olive e Olive in Salamoia; Vino Rossese di Dolceacqua Doc, Miele, Fronde Ornamentali;

La cucina locale propone l'insalata estiva

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

ligure per eccellenza, il Cundiùn, poi cipolle e fiori di zucca ripieni e cotti al forno, i ravioli alle erbette, la torta verde o fugasùn, lo stoccafisso nelle versioni in brandacuiun, alla defisieira, o in umido e ancora la coda ripiena e le anguille fritte.

Come specialità dolci troviamo ad Isolabona le cubàite, doppie cialde contenenti miele, nocciole ed un pò di scorza di limone grattugiata, e la fugàsa nelle varianti pastà (impastata) e sbatüa (sbattuta).

Isolabona è inserita nel circuito delle "città dell'olio" ed il mese di luglio a Isolabona è particolarmente ricco di eventi e feste, iniziando dalla **festa patronale della Maria Maddalena** del 22 luglio fino al "torneo del Balun".

COMUNE DI ISOLABONA
Via Roma n.57
18035 Isolabona (IM)
Tel: 0184/208127 - Fax: 0184/208530
e-mail: comune@comuneisolabona.it
www.comuneisolabona.it

IL VOLO

Come volo di gabbiano che sfiora il mare blu profondo,
il mio pensiero va.

Libero di salire e di scendere, di andare e venire librandosi in alto
nel cielo per poi ricadere nella schiuma delle onde.

Dietro quei voli, danza il passato, il presente ed il futuro,
il certo, l'incerto e l'impossibile.

In questo gioco senza fine, è facile essere protagonisti o comparse,
carnefici o vittime, eroi o pirati.

a cura di
Claudio Leotta

EMBE MAIL BOXES ETC.®

UN MONDO DI SERVIZI AL TUO SERVIZIO

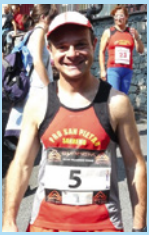
SPEDIZIONI
IMBALLAGGIO
DOMICILIAZIONE POSTALE
GRAFICA E COMUNICAZIONE
STAMPA PICCOLO E GRANDE FORMATO

Corso Cavallotti, 86 - 18038 SANREMO
Tel. 0184 591673 - Fax 0184 599471

CORRIAMO INSIEME

..... il Paese più bello del mondo .....

La Diagonale Edizione 3



a cura di
Gianfranco Adami

Percorso n° 35:
Marsala (Sicilia) – Quarto di Genova (Liguria)

Grado di difficoltà: n.c. (Su una scala da 1 a 5)

Distanza = circa 3000 km Dislivello: n.c.

Tempo di Percorrenza medio: 12 giorni in 8 runners (a staffetta)

Questa volta non voglio raccontarvi e descrivervi un percorso, ma voglio raccontarvi di un'esperienza di vita, un'avventura magnifica…….. La Diagonale edizione 3.

Prima di tutto cos'è la Diagonale ? La Diagonale NON è una gara, NON è una corsa ma è un'esperienza di vita magnifica, unica, che usa la corsa come motivo di aggregazione e di festa…..

Tutto è nato tre anni fa, dalla folle idea di Armax (al secolo Armando Cosentino) coadiuvato da Antonio Materazzi, con la prima edizione che ha visto un gruppo di runner partire dal Monviso, alle sorgenti del Po e arrivare alla laguna veneta alla sua foce, percorrendone tutto il percorso…… La seconda edizione ha invece "espatriato", la Diagonale è partita da Parigi per arrivare poi, attraversando Francia, Svizzera e Italia, fino a Roma, dopo circa 1650 km di corsa a staffetta….. la terza edizione non poteva essere da meno, quindi Armax e Antonio hanno avuto una splendida idea…….. si sono detti "cerchiamo di unire tutti i runner di Italia e quindi percorriamo il nostro bel paese toccando ogni regione…..".

L'Arrivo a Quarto

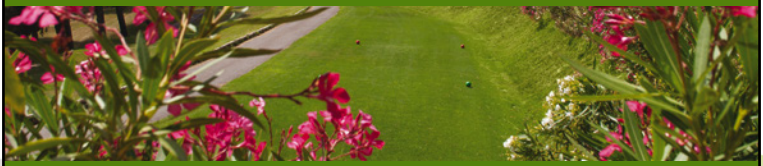
CIRCOLO GOLF
Degli Ulivi

Giocare a golf
non è mai stato così facile

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



Tel. 0184 55 70 93 - SANREMO - info@golfsanremo.com - www.sanremogolf.com

CORRIAMO INSIEME

Così hanno pensato ad un percorso che, partendo dalla Sicilia procedeva verso nord attraversando tutte le Regioni……proprio perché si parla di "unire virtualmente l'Italia", il riferimento è poi venuto spontaneo (con tutte le debite proporzioni….): Garibaldi !!!

Così il gruppo è partito il 18 Agosto (alle 4:00 del mattino) per arrivare il 31 Agosto (alle 11:00) a Genova, per l'esattezza a "Quarto", dallo scoglio dove sono partiti i Mille temerari a seguito di Garibaldi…..

E così il 17 Agosto, Armando, Martina, Antonio, Lorenzino (mitico), Ermes, Alberto, Marco, Gianfranco, Sveva e Caterina si sono imbarcati in due camper e, dopo un viaggio estenuante, finalmente hanno raggiunto Marsala e da lì… senza sosta, giorno e notte, dopo 12 giorni, sono arrivati a Quarto……

Che dire….. è stata un'emozione indescrivibile, chi vi scrive ha avuto la fortuna e l'onore di far parte della "squadra" e non sa come raccontarvi a parole le emozioni che quotidianamente ci hanno avvolto……..

La cosa che ha colpito maggiormente è stato l'orgoglio che ogni persona incontrata ha dimostrato nel raccontare il proprio paese, la propria zona, esaltandone la bellezza, le tipicità, l'ospitalità…… ha fatto capire l'attaccamento che ogni italiano ha per la propria terra……

E poi la bellezza dei vari paesaggi attraversati……il mare, i laghi, le coste, l'entroterra, la campagna, i boschi, le pianure e le montagne……. Mille paesaggi ma uno più bello dell'altro…. L'Italia è davvero il Paese più bello al mondo…..

Oltre all'aspetto puramente "ludico", Armax ha voluto anche dare un senso più "nobile" all'avventura e quindi ha organizzato una campagna di raccolta fondi coinvolgendo l'Ing. Daniele Bonacini che, con la sua Azienda RoadRunnerFoot Engineering produce, protesi speciali per la corsa……

Come vedete in questo articolo non ho parlato di chilometraggi, dislivelli, tempi….. la corsa, come vi ho già detto, non è la protagonista…… i soggetti sono l'avventura, la convivenza, la fatica, la gioia e la soddisfazione di coinvolgere una marea di gente……

Per questo chi vi scrive vuole ringraziare Armax e Antonio per averlo coinvolto e ringraziare i propri compagni di viaggio per aver condiviso questi momenti che rappresentano un'esperienza (di vita) meravigliosa.

A voi lettori spero di essere riuscito a trasmettere un po' delle emozioni provate di avervi fatto capire la fortuna che avete (che abbiamo) a vivere in questo meraviglioso Paese e che dobbiamo difenderlo in ogni modo perché posso assicurarvi …… è il Paese più bello del Mondo !!!!!!

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

a cura di
Antonio Santeusanio
ex Presidente Sezione CAI
di Sanremo

PUNTA MARGUAREIS 2651 MT DA CARNINO SUPERIORE

In questo numero torniamo dalle nostre zone, vi propongo la salita alla **vetta del Marguareis, la montagna più alta delle Alpi Liguri** con partenza da **Carnino Superiore**, ma con un tracciato particolare da fare in condizioni ottimali, niente nebbia, per chi non conosce bene la zona vi è il rischio di perdersi.

Bella escursione in un ambiente lunare ricco di grotte e di camosci, dalla vetta la vista e unica, spazia dalle Alpi Marittime, al Monviso, Cervino, Monte Rosa, Corsica e in giornate particolari, totale pulizia della Pianura Padana e limpidezza del cielo fino alle grandi montagne della Lombardia/Trentino. Un consiglio, la zona in alto è scarsa di acqua quindi portarsene.

Si parte da Carnino Superiore e si seguono i cartelli indicatori verso la **Gola della Chiusetta, rifugio Don Barbera**, che attraversa il paese tra i suoi vicoli, che ci portano ad imboccare la mulattiera diretta che risale il vallone, dapprima in un rado bosco,

poi per prati aperti. Con pendenza sempre moderata si risale il vallone sulla destra orografica, giungendo ad un bivio al **Pian Ciucchea** 1656 mt. si tralascia il sentiero a destra per il **Passo delle Mastrelle** (da cui si scenderà compiendo l'anello che vi propongo) e si continua sul tracciato principale fino a superare la strettoia della Gola della Chiusetta 1815 mt. dove si apre un grande pianoro prativo.

Dal pianoro si risale il pendio Sud-Sud/Est per vaghe tracce di sentiero. Da metà del pianoro oltre la Gola della Chiusetta, si tralascia il sentiero, spostandosi a destra per attraversare il prato, passando alla destra di un roccione posto al centro. Si prosegue in direzione Nord-Nord Ovest, senza un percorso obbligato, superando il ruscello e guadagnando un piccolo promontorio. Da qui si evita di proseguire nel vallone sotto la **Cima Palù**, piegando ancora più marcatamente verso Ovest, risalendo alla meglio un pendio abbastanza ripido, a sinistra su sfasciumi, a destra su balze erbose con rocce affioranti. In entrambi i casi ci si tiene alla destra della parete rocciosa di fronte, e per vaghe tracce si perviene ad una sella. Qui si incontra il sentiero che dal Rifugio Don Barbero conduce al Colle del Pas, ma non lo si segue, per proseguire sul dosso sovrastante in direzione Nord-Ovest, dove si incontra una traccia di sentiero ora più marcata e segnata con sbiadite tacche di vernice rossa. Di fronte appare la mole del Marguareis. La traccia con un lungo mezzacosta sotto la parete della

Cima Gaina, porta all'omonimo Colle già visibile da lontano 2358 mt.

Dal Colle della Gaina, consiglio la via di cresta, (molto bella esteticamente), più diretta e un po' più ripida, con il sentiero che si snoda sul crestone Sud dell'anticima, tra erba e qualche tratto di sfasciumi. Si deve superare solo un breve tratto di roccette un po' aereo, prima di proseguire su ampia traccia. Superata la parte più ripida della salita, un po' di spostamento verso Nord conduce all'insellatura tra la cima e l'anticima. Si supera un curioso intaglio, e quindi si risale l'ultimo pendio giungiendo alla croce di vetta.

DISCESA

Per compiere l'anello, si scende seguendo il sentiero lungo il versante Est e per tracce si scende fino al **Colle dei Torinesi**. Si prosegue verso Est e lasciata a sinistra la **cima Bozano** si giunge al **Colle Palù 2520 mt**, e ci si affaccia alla **Conca di Piaggiabella**, ove e ben visibile la **Capanna Saracco Volante**. Si scende fino ad incrociare il sentiero proveniente dal **Colle del Pas**, visibile sulla sinistra, e lo si segue verso destra in direzione Sud, fino al **Passo delle Mastrelle** 2061 mt, dal quale si scende fino ad incrociare nuovamente il sentiero percorso all'andata a Pian Ciucchea.

LOCALITÀ DI PARTENZA: Carnino Superiore 1397 mt.
DISLIVELLO: 1354 mt. alla vetta
DIFFICOLTÀ: EE
TEMPO DI SALITA E DISCESA: 7/8 ore
PERIODO CONSIGLIATO: Primavera con poca neve, ramponi, estate, autunno, sconsigliato con troppa neve rischio valanghe.
CARTOGRAFIA: Alpi Marittime e Liguri 1:50.000 numero 8

in collaborazine con

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

TUTTI IN MONTAGNA

Gite CAI Sanremo di Ottobre Novembre e Dicembre 2019.

5-6 Ottobre 2019--- La via del sale. Da Limone Piemonte CICLOESCURSIONISMO.

6 Ottobre 2019--- Polenta e salsiccia. Rifugio Tino Gauzzi (Sanremo).

20 Ottobre 2019--- Cima di Nauca 2205 mt. Da Granile. ESCURSIONISMO.

27 Ottobre 2019--- Monte Abelio 1016 mt. Da Rocchetta Nervina. ALPINISMO GIOVANILE.

10 Novembre 2019--- Rocca Barbena 1142 mt. Da Castelvecchio ESCURSIONISMO.

10 Novembre 2019--- Arrampicata. ALPINISMO GIOVANILE.

9-10 Novembre 2019--- No Finish Line con il Club Alpino di Monaco. Manifestazione di beneficenza. Aperta a tutti, per informazioni contattare Santeusanio Cell. 3472449051. Prenotarsi entro il 31 di Ottobre.

17 Novembre 2019--- Monte Gerbonte 1728 mt. Da Creppo ESCURSIONISMO.

23/24 Novembre 2019 -- Notturna al rifugio T. Gauzzi (Sanremo). ALPINISMO GIOVANILE.

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

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

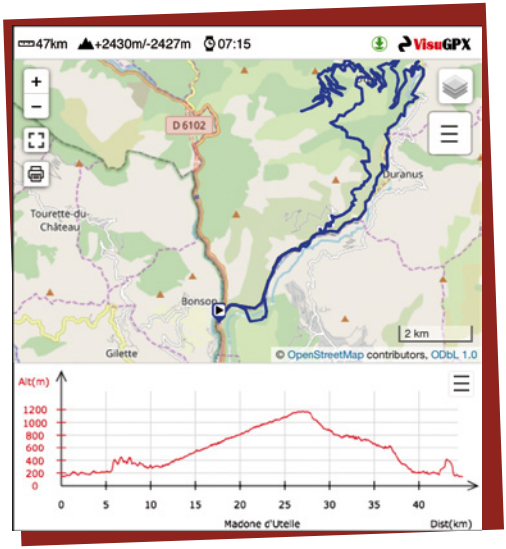
Via Nino Bixio, 19 - 18015 Riva Ligure (IM)
Tel. 0184 485353 - Fax: 0184 480507
Cell 349 2546021 - age_rossella@libero.it

Madone d'Utelle

Stato: Francia – **Partenza:** La Vesubie Plan du Var – **Arrivo:** La Vesubie Plan du Var – **Km:** 46 – **Tipo:** All-mountain – **Difficoltà Tecnica:** medio-alta – **Impegno Fisico:** medio – **Dislivello:** 1100 m – **Altezza Max Raggiunta:** 1180 m – **Periodo Consigliato:** tutto l'anno (sconsigliato in caso di fondo bagnato) - **Ciclabilità**: salita tutta su asfalto. Nel secondo pezzo dopo Utelle, si intravede già il sentiero di discesa con le paline. **Discesa**: BCE

DESCRIZIONE: Itinerario in terra francese, nel Dipartimento delle Alpi Marittime, caratterizzato da una lunga, panoramica e mai impegnativa salita su asfalto fino al santuario della Madonne d'Utelle e da una lunghissima discesa molto impegnativa su terreno roccioso.
Uscita casello autostradale "Nice Saint Isidore", seguire per Digne e raggiungere così La Vesubie Plan du Var,un paesino a fondovalle, dove nei pressi della stazione dei treni è possibile parcheggiare.

ROADBOOK: **Salita:**Uscire da La Vesubie Plan du Var(WP001) in direzione Digne e dopo un ponte, seguire a destra per San Martin de Vesubie. La strada, che costeggia la Vesubie, è molto trafficata, ma ogni tanto potrete percorrere tratti di ciclabile delimitata a bordo strada da segnaletica orizzontale. Giunti nei pressi di un paesino caratterizzato da un bellissimo ponte romano, svoltare a sinistra seguendo le indicazioni per Utelle, per la D32 (WP003). Superato un altro ponte, moderno, a sinistra troverete una fontana. Dopo aver riempito le sacche idriche, svoltare a destra per



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

Utelle. Comincia qui la dolce e panoramica salita verso il Santuario della Madone d'Utelle. Giunti nel paese di Utelle(WP005), entrate nella porta ad arco che porta nella bellissima piazzetta interna, dove troverete un'altra fontana(WP006). A destra della fontana individuate la palina con le indicazioni per Madone d'Utelle. Seguite la stradina all'interno del paese e vi ritroverete nuovamente sull'asfalto che dolcemnete porta al Santuario.

Nei pressi della chiesa c'è anche un bar. Percorrete ancora la strada per 400 metri circa e raggiungete il punto di osservazione da cui godrete di una vista a 360 ° gradi dalle alpi al mare.

Discesa: Ritornate verso il Santuario e seguite la strada asfaltata che avete percorso a salire, per poche decine di metri. Sulla sinistra troverete la palina che indica il sentiero che riporta ad Utelle. Dal Santuario, si scende inizialmente in asfalto e subito dopo la prima curva, sulla destra si trova la prima palina (Balise) n° 116 che indica Utelle si segue sempre in sentiero, si interseca una prima volta l'asfalto, dove il sentiero continua a seguire al di la della riva, fino alla 115 dove si arriva di nuovo sull'asfalto.

La palina 114 è poco dopo sulla sinistra della strada asfaltata prima della curva (catena da scavalcare) sempre indicazioni x Utelle, si prende a destra e si passano le paline 113, 112 e 111 arrivando al paesino di Stelle, dove è possibile anche fermarsi per mangiare, nell'ottimo ristorante con piscina.

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

DI LA' PER LAGGIU' 20 DI QUI DI QUA

PEDALIAMO INSIEME

Rientrate nel paese fino alla piazzetta centrale e qui, seguire le tacche bianche e rosse, a destra (a sinistra della fontana), fino ad uscire dal paese. Si prende per GR5 "CHAPELLE ST. ANTOINE" (indicazioni verso strada chiusa). All'uscita del paese, dopo una scalinata e una breve discesina,…Una rampa da risalire chi a piedi chi in bici, dipende da equilibrio e "gambe" e da qui inizia il Sentiero in alcune parti aereo ma mai troppo esposto (sempre abbastanza largo per rimanere in sella) che si chiama "Sentier Vallèn de la Vesubie" dove ci saranno brevi sali / scendi e si incontreranno lungo il sentiero le paline 8, 7, 6, 5.. Vi ritroverete in un ambiente tipico provenzale (lavanda, ginestre, rocce, armelleo) ma nello stesso tempo unico, dove a tratti rocciosi ed esposti si alterneranno tratti boschivi, fasce incolte, lastroni di pietra, tratti interamente coperti da sfasciune e pietre moreniche, dove conterà molto l'abilità del biker per poter rimanere in sella. Nella parte finale non mancheranno rocce scalinate, drops e ostacoli da superare sempre con la massina attenzione. Gran parte di questo interessante sentiero è esposto, pertanto è raccomandabile non fidarsi completamete delle proprie capacità, soprattutto se sarete affaticati dalla gita.

Dalla Cappella seguire poi le indicazioni per Les Cros d'Utelle (Paline 4 e 3) qui il fondo diventa insidioso e molto smosso. Quelli che non amano lo smosso, faranno anche pezzetti a piedi.. 9…

Arrivati sani e salvi (forse) alla Frazioncina, ci sono ancora dei tagli (tacche rosse e bianche) alcuni purtroppo si sono parecchio rovinati (e in uno dei quali "attenti veramente al Pitbull e al Dobberman liberi..) fino ad arrivare, magari anche senza morsicature, alla Statale dove si ritorna a Plan du Var.

Accaldati, stanchi, ma felici… forse..

Giunti a fondovalle, seguite a destra per la strada già percorsa all'andata, fino al parcheggio.

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:

ZUNINO PIETRE S.N.C.
tutto ciò che è pietra
Via Armea, 106 Sanremo IM
Telefono: 0184 516150
zuninopietre@libero.it

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

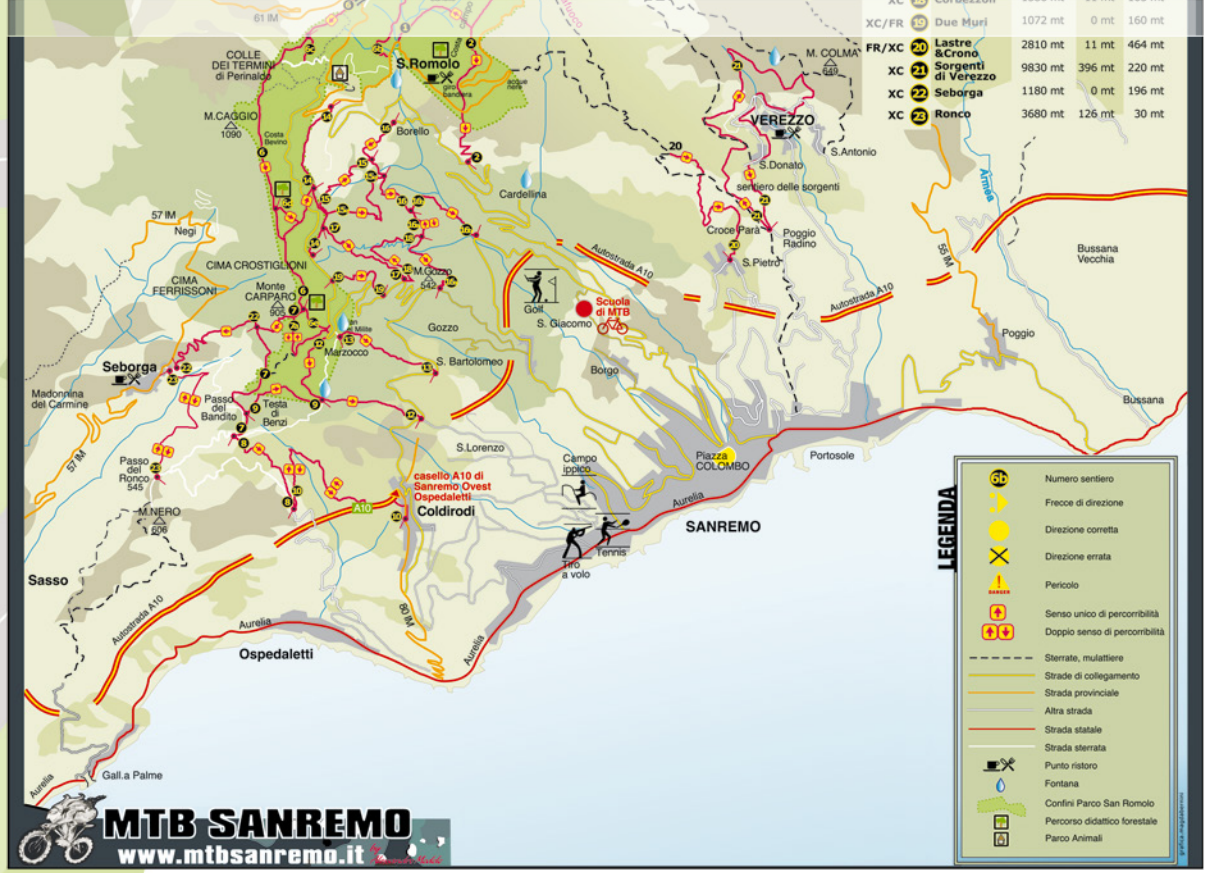
DI LA' PER LAGGIU'

22

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'

23

DI QUI

DI QUA

RUOTE E MOTORI

a cura di
Kakio Fafumo

Episodio 7

Viviamo in un'epoca in cui tutto quanto ci circonda invecchia subito: immaginate i beni di consumo come gli smartphone che vengono superati dal modello successivo dopo nemmeno sei mesi, oppure i vestiti che cambiano ogni stagione.

Sembra, quindi, anacronistico parlare di vetture d'epoca e conseguentemente di rally storici, perché quando si pensa all'era degli anni settanta – ottanta, pare l'età dei dinosauri.

Al contrario le "vecchiette arzille" sanno, e molto, ancora dire la loro nelle gare e quando i piloti staccano la frizione allo start dopo il semaforo, i rumori metallici di queste vetture di oltre trent'anni si sentono nelle vallate, indimenticabili e indimenticate; e quando arrivano a fine piesse non è raro che i tempi fatti segnare dai piloti professionisti storici siano anche meglio dei "piloti della domenica" sulle auto moderne.

E, allora, l'ambiente del rally storico è sempre più in crescita, perché gli appassionati amano rivivere i momenti che hanno reso famosa la disciplina in tutto il mondo: nella nostra provincia

Lancia Fulvia

Lancia Stratos

Porsche 911

abbiamo avuto la fortuna di vedere tanti campioni del passato grazie al Rally Mondiale di Sanremo.

Vuoi per questo, vuoi per le nostre strade magnifiche dell'entroterra, la Riviera di Ponente ha dato i natali anche a grandi rallysti, siano essi piloti o navigatori, e tra tutti vogliamo ricordare Amilcare Ballestrieri, capace di primeggiare nel Sanremo del 1972 sull'indimenticabile **Lancia Fulvia HF**.

Ma non si possono scordare le splendide **Fiat 131 Abarth**, le **Lancia Stratos** o le **Porsche 911**: ognuna di queste auto ancora oggi dà un'emozione unica e proprio per questo vi parliamo di un importante appuntamento che si terrà **il 16 e 17 Novembre 2019: il Giro dei Monti Savonesi.**

Proprio come nell'anno 1978, il rally storico vedrà partenza ed arrivo nella città di Albenga che fungerà da base per tutto il **"Giro dei Monti Savonesi"**: non mancherà un passaggio delle vetture nel centro storico ingauno, ma i piloti verranno anche coinvolti per promuovere le attività commerciali dell'entroterra, in un binomio rally – turismo che non può essere che il futuro della specialità.

Il percorso verrà reso noto in prossimità della partenza, ma le indiscrezioni parlano di alcune prove che ricalcano quelle che furono le protagoniste fino alla metà degli anni novanta, quanto il "Giro" si interruppe.

E allora segnatevi la data e non mancate all'appuntamento per vedere e sentire vetture e rumori della storia dei rally: siamo certi che il pubblico sarà numeroso e molte saranno le persone che alla vista di questi bolidi si fermeranno ad ammirarli.

No Fear. It's Rally Time!

4YU
AUTOFFICINA
Autorizzato
HONDA
Ricarica e assistenza Condizionatori
Via Zeffiro Massa, 238 - SANREMO
Tel. 0184 57 22 35 - Cell 346 22 39 612

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

JS - JUNIOR SOCCER

a cura di Franco Bollo

FRANCOBOLLIAMO LA NUOVA STAGIONE DELLA "SCUOLA CALCIO" JUNIOR SOCCER 2019-2020

Junior Soccer nasce con la finalità di far conoscere ai bambini il meraviglioso gioco del calcio, basando la propria filosofia su 3 elementi fondamentali e imprescindibili: didattita, disciplina e divertimento.

Lo scopo principale della Junior Soccer non è tanto quello di creare dei futuri "campioni", che possano ambire a palcoscenici internazionali, bensì quello di trasmettere poche ma precise nozioni su come saper conoscere e coltivare la passione per questo bellissimo sport, rispettando l'avversario ma ancor prima l'allenatore e il proprio compagno di squadra in un contesto di regole precise e adeguate alla crescita del bambino.

Sta per iniziare la quarta stagione scolastico-calcistica con la Junior Soccer… rispetto all'ormai lontano 2016 di passi insieme ne abbiamo fatti tanti e le soddisfazioni in questi anni sono state davvero tante, ora ripartiamo più carichi che mai e con grandi novità per la nuova stagione 2019-2020!

CAMPO DA CALCIO -> in primis la nostra "casa" la ristrutturata e ribattezzata "JUNIOR SOCCER mini-ARENA" che grande successo sta riscuotendo con le prime partitelle organizzate sul nostro nuovo terreno di gioco;

JUNIOR SOCCER – SAMP -> altra importante novità di inizio stagione è l'avvio della 1° stagione con affiliazione ufficiale U.C. Sampdoria con le varie iniziative che caratterizzeranno la

VIALE MOTO
di Christian Viale
RIPARAZIONI
ELABORAZIONI
COLLAUDI
via peirogallo, 56 - 18038 sanremo
cell. 368 44 17 63

stagione a venire. Restate "sintonizzati" sul nostro sito ed attraverso i comunicati per scoprire tutte le innovazioni a cui andremo incontro;

NUOVO ASSETTO TECNICO-SOCIETARIO -> il Presidente e lo Staff Dirigenziale si sono riuniti per profilare il nuovo assetto relativo alla Stagione sportiva 2019-2020. La novità principale già la conoscete e riguarda la supervisione sul campo da parte dei mister, tecnici ed osservatori della Sampdoria con sistematica periodicità. In aggiunta integreremo il nostro Staff tecnico con 5 nuove figure sul campo che si aggiungeranno a Mister Giorgio, Cesare Castagno, Luca Bordonaro, Matteo Buffa e Alessio Caggiula (preparatore dei portiere) per seguire le leve in maniera più intensa e consentendo a Mister Giorgio si supervisionare e coordinare i programmi di allenamento (che lui stesso continuerà ad ideare ed impartire) con occhio più scrupoloso ed oggettivo. Pertanto Mister Giorgio sarà sempre sul campo e seguirà sempre ogni leva.

NUOVE ISCRIZIONI

A breve riapriranno le nuove iscrizioni per la Stagione Sportiva 2019-2020. Vi daremo specifica comunicazione a questo riguardo al momento opportuno. Ci preme tuttavia anticiparvi che le rette di iscrizione ed i costi del vestiario non subiranno grossi incrementi. E' sempre nostro interesse cercare di dare il miglior servizio mantenendo un costo contenuto per consentire a tutti di poterne usufruire.

La Junior Soccer vi aspetta!

www.juniorsoccer.it

JS Junior SOCCER

ASD JUNIOR SOCCER

info@juniorsoccer.it
www.juniorsoccer.it

a cura di Santa Pazienza

Il Visionarium di Dolceacqua

Nell'entroterra di Ventimiglia, esattamente nel cuore del centro storico di Dolceacqua, si trova una sala di proiezione particolare che ormai da anni è una delle attrazioni principali di questo borgo medievale, dove immagini, musica, effetti speciali e poesia si fondono per creare uno spettacolo indimenticabile.

Questo cinema, che misura 10 mt per 4 ed ha una capienza massima di 50 posti a sedere, era un edificio risalente al '500 e adibito a stalle; è stato creato a mano in legno, pezzo dopo pezzo nel 1994, dal suo proprietario **Eugenio Andrighetto**.

Seduti sulle panche del **"Visionarium 3D" di Dolceacqua** si viene catapultati in luoghi magnifici caratterizzati da nature mozzafiato. Dai boschi della Val Nervia alla savana della Namibia, dalle montagne dell'Himalaya alle scogliere dell'Australia: sono questi i viaggi fatti da Eugenio, che si possono rivivere grazie a **filmati 3D** ed **effetti speciali**.

Eugenio infatti proietta con instancabile passione immagini in 3D di ambienti naturali, luoghi, persone che ha incontrato nei suoi tanti viaggi per il mondo lasciando a bocca aperta tutti i suoi visitatori.

Nato a Dolceacqua nel 1948, Enio per gli amici, e attuale Presidente dell'**Associazione**

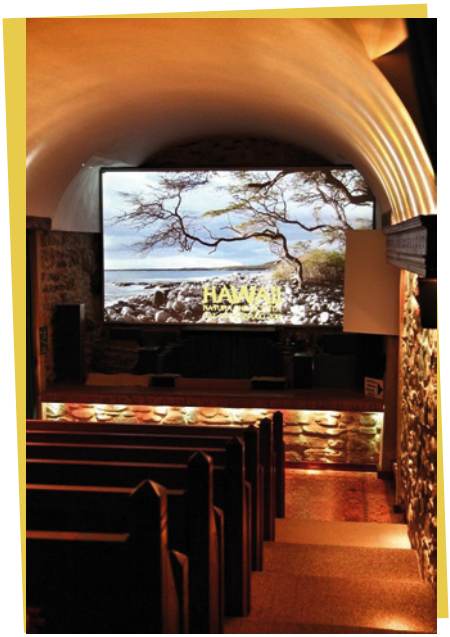
IMPIANTI DI REFRIGERAZIONE

BLASETTA

Via G. Borea, 7 - 18038 SANREMO (IM)

Tel 0184 500632

Culturale "U Bumbaixu", è l'ideatore, il regista, l'operatore, cioè il factotum del Visionarium 3D e di tutto ciò che ad esso orbita intorno, pur se supportato da una schiera di entusiasti collaboratori. Il sito ci racconta che per lui il tutto inizia, negli anni sessanta, facendo l'operatore cinematografico per il cinema parrocchiale del paese e da lì s'appassiona subito a quella che definisce la magia in celluloide. "Il mio sogno era, sin dall'ora – racconta -, di vivere in uno spazio tutto mio circondato da uno schermo ideale sul quale proiettare i miei film". Nel 1979 passa alla fotografia, e nel 1983 con il fratello Pierangelo decide di immortalare su fotogramma tutto ciò che accade in paese nell'arco dell'anno, presentando poi il suo lavoro al pubblico il 5 agosto 1984 nei locali del frantoio Mauro, sotto forma di mostra fotografica intitolata **"Profumo di terra, armonia di gente nostra"** e dal fratello riproposta in audiovisivo da 80 minuti.



"Tutta la fatica nascosta richiesta dalla natura impervia del suolo, che, solo grazie ai tipici terrazzamenti e al lavoro del contadino, è diventato produttivo, le varie fasi di lavorazione dell'ulivo e della vite, le tradizioni popolari, le scene ormai da iscriversi al passato, nell'intento di dare testimonianza di tanta parte della cultura rurale che questo mondo moderno rischia inesorabilmente d'ingoiare, sono le tematiche sviluppate."

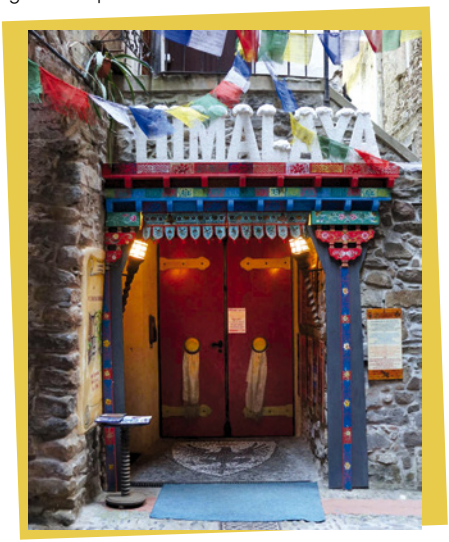
Il 4 e l'11 novembre dello stesso anno nelle sale di Villa Nobel di Sanremo, con il patrocinio dell'Amministrazione Provinciale di Imperia, è stata riproposta la mostra fotografica e l'audiovisivo.

MARINER
mariner.leotta@gmail.com
NAUTICA RIMESSAGGI RIPARAZIONI
DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ 8:00 - 12:30, 14:00 - 19:00
CLAUDIO:+39 338 69 85 264 LUCA: +39 348 70 25 134

Nel 1990 realizza, con la consulenza botanica del prof. Enrico Martini, una mostra fotografica dal titolo **"Fiori spontanei del ponente ligure"**.

Nel 1992 un'altra mostra d'immagini fissate dal suo magico obiettivo **"Meravigliosa Alta Val Nervia"** (incontri con la natura) tradotta dal fratello Pierangelo in un audiovisivo che terrà cartellone per un anno intero nell'appena nata Associazione Culturale "U Bumbaixu", nei cui locali prenderà vita l'attuale Visionarium 3D. Soggetti: le alte cime del Toraggio, Lega e Pietravecchia, le folte foreste di Gouta e di Margherita dei Boschi, i canyon di Buggio e Sgorea,"un omaggio alla bellezza di questa landa appartata e seducente che è l'alta Val Nervia, che, se osservata con amore e discrezione, ripaga con lo spirito di una natura fortunatamente quasi incontaminata e prodiga di gioie per lo spirito".

Lo stesso anno collaborando con il CAI di Bordighera, nelle persone di Salvatore Gulifa, Andrea Carminati e Aldo Candian, per la loro proiezione di una sequenza di diapositive sulle ferrate del Pietravecchia, Enio, grazie al problema delle ...."muffe".... viene fulminato, pur conoscendo il sistema dell'anaglifo, da un apparecchio Stereoscopico datato inizio '900, portato per curiosità provocatoria dal Gulifa. Affascinato dall'effetto realistico delle foto d'epoca, inizia ad appassionarsi a questo metodo di ripresa e ,pur non possedendo un adeguato apparecchio, tenacemente raggiunge lo stesso risultato utilizzando il sistema sequenziale, cioè realizzando la stessa immagine da due prospettive diverse.



Nel 1994, su sceneggiatura di Enzo Bernardini, porta a termine **"Ambiente e natura dell'entroterra della Riviera e della Costa Azzurra"** (Immersi nel suono e nell'immagine), che propone, al limite dell'ologramma, particolari e momenti del territorio,

Delicatezze della Riviera
• OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA Qualità Taggiasca
• OLIVE TAGGIASCHE in Salamoia e Denocciolate in Olio Extra Vergine di Oliva
• PATÈ DI OLIVE TAGGIASCHE in Olio Extra Vergine di Oliva
• POMODORI SECCHI in Olio Extra Vergine di Oliva
• PESTO LIGURE in Olio Extra Vergine di Oliva
via Papa Giovanni XXIII • fraz. Borgo d'Oneglia • 18100 Imperia
Tel. +39 0183 736155 • Fax + 39 0183 760583
info@delicatezzedellariviera.com • www.delicatezzedellariviera.com

delle acque, della vegetazione, dei borghi medioevali dell'entroterra intemelio a cavallo delle due frontiere italiana e francese, replicato sino a tutto il 1996.

Il 1 gennaio 1997 viene presentato in anteprima **"Recondite armonie"** (La Val Nervia nelle quattro stagioni) che si replica a tutt'oggi e dove lo spettatore, preso per mano, è condotto a conoscere, della Val Nervia, gli aspetti più segreti della natura, tracce dell'uomo e situazioni ignote che difficilmente possono essere raggiunte dal visitatore.

Non dimentichiamo la realizzazione nell'intermezzo di documentari non tridimensionali, ma comunque di grande effetto, tra cui è da segnalare, per il particolare utilizzo di sequenze animate con più proiettori: "Nella fantasia", "Sentieri d'acqua" (alla scoperta dei più bei canyon delle alpi marittime e liguri) e "Oltre la luce"(grotte e abissi in alta val Nervia), per l'alta maestria nel descrivere il territorio locale: "Rio Bendola seducente e selvaggio", "Le vie ferrate ed il sentiero del Pietravecchia" o per lo spessore storico etnico culturale: "Dolceacqua terra d'incantesimi" , "Pigna paese museo" e "Muri di pietra"(architettura spontanea nel ponente ligure).

Per realizzare le foto, da proiettare al pubblico nel Visionarium 3D, veramente uniche nella loro specificità, Enio non esita a praticare all'occorrenza, come un esploratore avventuriero: alpinismo, canyoning, speleologia, subacquea o lanciarsi nel vuoto, legato ad un elastico, dal ponte di Loreto (m. 119) con la telecamera legata all'avambraccio e portare quindi a compimento il suo sogno .... "avere uno spazio tutto suo circondato di uno schermo ideale sul quale proiettare i suoi documentari".

Ora quello spazio l'ha trovato e fa rivivere allo spettatore le emozioni vissute in prima persona, grazie alla riproduzione del vento, di spruzzi d'acqua, alla diffusione di profumi e suoni. E tanta poesia, nelle parole che scorrono con le immagini.

Andateci e vedrete che per sognare, non serve chiudere gli occhi!

www.visionarium-3d.com
e-mail: visionarium@uno.it

Dolceacqua (IM) Borgo Antico
Via Doria.
Tel. con segreteria (+39) 0184 206638
(si può lasciare un messaggio per prenotare).
Ingresso: 3,50 Euro, scolaresche: 2,00 Euro.

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

MUSICA E SPETTACOLO

La HIT LIST di SPAESATO!

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

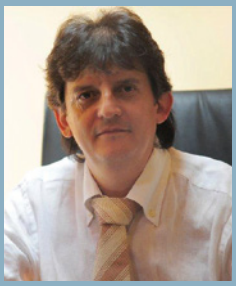
a cura di DJ 'STIVO

1. **Piece Of Your Heart** - Meduza
2. **Beautiful People** - Ed Sheeran
3. **Margarita** - Elodie Di Patrizi
4. **Barrio** - Mahmood
5. **Loco Contigo** - Dj Snake
6. **Arrogante** - Irama
7. **Dance Monkey** - Tones And I
8. **Señorita** - Shawn Mendes
9. **Una Volta Ancora** - Fred De Palma
10. **Friday Night** - Burak Yeter
11. **Mambo Salentino** - Boom Da Bash
12. **Hold Me While You Wait** - Lewis Capaldi
13. **Heaven** - Avicii
14. **La Tua Canzone** - Coez
15. **Circles** - Post Malone

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

Ritagli e frattaglie....

Un buon turista deve saper viaggiare, viaggiare ovunque, con lo sguardo sempre aperto e capace di cogliere ogni angolo del paesaggio che sta osservando.

Che viaggia in auto, a piedi, in biciletta, in aereo o semplicemente con la fantasia, i suoi occhi, anche quelli dell'anima, debbono essere sempre aperti.

Il turista, se vuole fare il punto non deve limitarsi a "guardare" deve "vedere".

Non deve "sentire" ma deve "ascoltare".

Insomma, deve vivere, immerso, che gli piaccia o meno, nel mondo in cui si trova. Da turista (non so quanto buonomacertametemoltofastidiosoerumoroso) ho viaggiato…

Non sono andato Lontano, mi sono fermato nella mia Città, immerso nella quotidianità del mio lavoro, del mio vivere, viaggiando …. con il solo bagaglio che serve ad un turista: la voglia di scoprire il mondo.

Mondo del quale restituisco personalissimi ritagli e frattaglie

Vedi

"Guarda come è strano il mondo ..."

Lo sto pensando seduto su di una comodissima poltrona in uno splendido teatro d'epoca che è, o dovrebbe essere, il gioiello della mia città.

Stucchi bellissimi, lampadari in vetro di Murano, poltrone di velluto, è proprio una bomboniera che in questa tarda serata autunnale, sta via via riempiendosi di varia umanità .

Umanità varia.

Anzi molto varia, quasi avariata.

Uomini, donne, ragazze, ragazzi, bimbi.

Alcuni attratti dalla sana passione per lo sport che brucia dentro e ti corrode senza possibilità di essere arginata.

Altri dalla voglia di vedere le "stelle" dello sport da vicino così come si è soliti fare in

SAN GIORGIO
YACHTING AGENCY
&
LUXURY GOODS SUPPLIER
The Captains' Relief®
www.sangiorgioshipping.com
genoa@sangiorgioshipping.com
interior@sangiorgioshipping.com
Agency &Showroom:
Via Pionieri ed Aviatori d'Italia 189, Genoa
Ph +39 010 9914269 – mob. +39 340 4230570
Agency:
Piazza della Libertà 10, Portofino
Ph + 30 0185 269425

questo momento così complicato con le celebrità rese famose dal video

Mi accorgo soltanto adesso che in platea non c'è neppure una ragazza o un ragazzo.

Nessun giovane atleta.

Eppure questi eventi (ora si chiamano così) dovrebbero essere in grande misura riservati a loro, ed invece… invece i più fortunati sono indirizzati e posizionati nei palchi che sovrastano la platea, lasciata a disposizione di altri occupanti che, alla spicciolata ma senza sosta la stanno occupando.

Mi giro, cerco con lo sguardo i volti degli altri partecipanti, cerco di capirne e carpirne i pensieri… mi ghiaccio.

Mi pare di capire che …. la stragrande maggioranza degli occupanti di questo meraviglioso teatro lo stia riempiendo senza essere sostenuta da alcuna delle motivazioni che ritenevo ne giustificassero la presenza

E allora perché sono qui?

Forse spinti dall'irresistibile gusto del dire "io c'ero" (disturbo della personalità di cui sono affetto e che mi porta ad affrontare con spirito di sacrificio patriottico gli esodi di Pasqua e dei ponti intasando le autostrade per poter essere presente in quei momenti che fanno la storia).

Forse dall'inarrestabile spinta data dal "si entra gratis...", o dalla speranza che in quel "si entra gratis" sia contenuta, chissà dove, anche la promessa di un buffet o di un aperitivo.

Ma, non sono convinto.

Mi guardo attorno.

Riconosco volti, nomi, visi, acconciature ...

Molto li riconosco; li ho visti negli anni appassionarsi in modo assolutamente incredibile, sfrenato, quasi fanatico alle fortune della locale squadra di calcio partecipando ad ogni evento pubblico, a qualsiasi party, a qualunque manifestazione che prevedesse la presenza di stampa o di mass media, salvo poi perdere o non manifestare alcuna passione, alcuna pulsione restar muti nell'unico spazio in cui la partecipazione avrebbe dovuto essere piena e totale, ovvero allo stadio.

Sono gli stessi capaci di aver effettuato una tanto repentina quanto inattesa giravolta con conseguente ed inevitabile leggera capacità di voltar le spalle non appena i riflettori puntati sul mondo del calcio locale si sono abbassati e la presenza agli eventi ha assunto minor visibilità agli occhi del "mondo", perdendo quel "glamour" che la rendeva irresistibile.

C'è davvero qualcosa di strano, o forse d'antico direbbe il Poeta, in questa loro presenza ... come mai oggi sono qui?

Fendress
PRODUTTORI DI PARABORDI E COPRIPARABORDI
Uffici: tel. +33 (0)4 93 47 06 77
info@fendress.fr www.fendress.fr
Fendress
fendress_fr
Fendress_FR

Perché queste signore ingioiellate, questi abiti lunghi, queste scarpe col tacco a spillo, queste cravatte, queste giacche con scarpe di vernice oggi affollano il teatro?

Forse perché hanno finalmente scoperto una passione vera, felice e incontenibile, nei confronti di questo "nuovo" sport che va diffondendosi in Città come un'epidemia influenzale.

Magari perché ne apprezzano la necessaria concentrazione o la tecnica sopraffina che serve per potervi giocare.

O forse ancora perché riconoscono nello sport un valore assoluto, necessario alla crescita sana dei bimbi prima e dei giovani poi.

Oppure perché credendo nella funzione sociale dello sport, nella sua capacità di trasmettere valori, ritengono lo sport di eccellenza un veicolo straordinario su cui puntare per trasmettere messaggi fondamentali quali quelli inerenti la lealtà, dell'impegno, della perseveranza, della volontà, della buona alimentazione e di tutto quanto di fantastico è collegato e connesso allo sport di base.

Forse perché essere qui è occasione per mostrarsi, per dimostrare di avere il proprio posto all'interno di quel salotto buono (ben rappresentato da queste meravigliose poltrone rosa) tipico della provincia italiana, forse per allacciare relazioni di carattere personale o lavorativo, forse perché "fa fine", forse per la cena offerta a selezionati invitati al termine dell'evento, forse per…

PROMO & GRAPHICS
creazioni per l'immagine

• GRAFICA • STAMPA
• ALLESTIMENTI
• PACKAGING

Via S. Francesco 98/A, 18038 Sanremo (IM) | **Tel. +39 0184 591630**
www. promopubblicita.com | info@promopubblicita.com
promopubblicita

Ma che sto pensando.

Mi vergogno di pensieri che si sono fatti, come direbbe Montalbano, tinti.

Recupero lucidità ed escludo categoricamente siano qui per ragioni men che nobili.

O no?

Ascolto

Fermo; come al solito sono in attesa.

In attesa che cominci la parte del mio mestiere che mi piace di più: quella di far processi.

L'attesa si fa lunga.

Ho spesso pensato che molta parte della mia vita trascorrerà in attesa … in attesa che si compia qualcosa.

A pensarci bene non è neppure una cosa brutta, attendere è pur sempre un segno di speranza, qualcosa accadrà.

Per l'ottimista accadrà qualcosa di buono, per il pessimista qualcosa di negativo per il fatalista qualcosa.

Mentre penso la solita sedia, la solita porta, il solito banco, la solita aria stantia tipica delle aule di Tribunale quando nel tardo pomeriggio hanno subito la violenta frequentazione di un elevatissimo numero di utenti, mi fanno perdere ogni contatto con il reale.

È come se avessi inalato sostanze stupefacenti o psicotrope (deformazioneprofessionale).

La finestra mi sembra l'unica salvezza: fuori, nonostante l'autunno ormai inoltrato, sembra quasi primavera. Questo freddo che comincia a pungere e gli alberi del baluardo, ormai spogli, sembrano trasformati e quasi far apparire per magia quelle foglie che li avevano resi rigogliosi e gioiosi alla vista pochi mesi fa.

Il sole invita, quasi richiama ad uscire, a dedicarsi alla vita, ad assaporare quel che regala questo tardivo, e presunto, calore.

L'aula produce suoni che si rincorrono fastidiosamente uguali.

Simili ad una litania di sottofondo che senti ma non percepisci.

A poco poco tutto diviene indistinguibile, rumore di sottofondo.

Sento suoni, voci, parole che non comprendo.

Non ne leggo più il significato.

Un ronzio lento diviene il rumore del mondo, che riempie l'aria bassa di stanchezza ed afrori.

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

Poi, improvvisa, quasi per incanto una finestra si apre: piccola frattura che spacca il microcosmo in cui sono immerso.

Da fuori entra il flebile cinguettio di un passero che segnala la vita

Ora ascolto.

Gusta

"Il gusto pieno della vita ..."

Già il gusto della vita ...

In un tempo come il nostro il tema non è certo secondario.

Eutanasia, diritto alla vita, dignità della vita, dignità della morte appaiono essere temi etici difficilmente rapportabili e confrontabili con lo slogan coniato dalla nota marca di amaro che ha reso il veterinario dalla potenza salvifica il vero super eroe dei tempi moderni.

Il gusto vero della vita… difficile individuarlo, difficile scoprirlo, difficile descriverlo, difficile tutto…

Lo cerchi per tutta la tua esistenza, chi è fortunato lo trova, chi prima, chi poi, chi è sfortunato non lo riconosce o lo perde.

Ciò che è certo è che un gusto la vita deve per forza avercelo.

La ricerca del gusto della vita è impegnativa.

Spesso il gusto si scopre casualmente, senza cercarlo, vivendo ed approfittando degli incontri e delle frequentazioni che la vita ci offre.

Io, per esempio, viaggiando nella vita, ho avuto la fortuna di conoscere, (ma conoscere è un eufemismo visto che ci ho vissuto assieme per un sacco di anni) due giovani Uomini che il gusto vero della vita lo hanno conosciuto.

Beh, per ragioni differenti non hanno potuto berselo con il veterinario dell'amaro, ma vi assicuro che lo conoscevano eccome.

Le ragioni per cui, agli occhi del mondo, il gusto della vita non hanno potuto berselo hanno nomi precisi: duchenne e malformazioni cardiache.

Due etichette apposte sulle bottiglie di amaro che il fato ha loro consegnato che avrebbero ben potuto rendere il gusto della vita a loro inaccettabile.

Il loro amaro era davvero amaro.

Eppure ho conosciuto pochissime persone capaci di comprendere ed apprezzare il gusto della vita come loro.

Non solo lo conoscevano e lo apprezzavano ma erano, sono perché tutto resta soprattutto le persone cui hai voluto bene, capaci di trasmetterlo agli altri.

Che fosse o non fosse la loro missione quella di trasmettere il gusto vero della Vita a chi avevano accanto, devo dire che quest'opera è stata svolta egregiamente non solo nei miei confronti ma di tutti quelli che hanno avuto la fortuna di incontrarli.

Dunque?

Dunque mi piacerebbe che il dibattito, giusto e profondo, sul senso della Vita, partisse e si arrestasse attorno ad un concetto che io trovo semplicissimo: ciascuno sia libero di decidere liberamente ed autonomamente se la propria vita abbia un gusto.

Che questo gusto sia reso il più "buono" possibile dalla comunità che ciascuno ha attorno, che ci siano mezzi e strumenti capaci di aiutare a comprenderlo e, anche, ad accettarlo.

Ho paura, anzi per dirla tutta, ho il terrore che introdurre criteri atti a stabilirlo, a standardizzarlo possa portare ad inaccettabili distorsioni, a rischi inimmaginabili ad esiti disastrosi.

Rendendoci incapaci di comprendere la bellezza di ogni vita.

Natale

Le feste offrono, a chi ne ha voglia, la possibilità di fermarsi.

Quelle natalizie ancor di più.

Certamente ci sono molti modi di fermarsi durante le feste: davanti alle vetrine, davanti agli alberi di Natale, agli addobbi luminosi (casamiaèmetadituristiperle-luminariecheespongochemancoaforcella..), al primo fiocco di neve od acqua gelata che scende per scuotere la testa e lamentarsi del freddo.

I più fortunati riescono a fermarsi, fermarsi e basta.

Chi ci riesce scoprirà come in breve tempo l'inattesa fermata produce nella teste una congerie di sensazioni strane, per certi versi nuove che la rendono … piena di strane forme che si manifestano confusamente, attorcigliandosi l'una all'altra in modo incomprensibile.

Poco a poco, ma non senza sforzo, le strane forme si delineano, cominciano a prendere consistenza, si costruiscono in modo sempre più intellegibile: diventano pensieri.

Dalla nebbia emergeranno i primi tratti di un ragionamento, i primi bagliori di una riflessione che si fa via via più profonda, le fioche luci di un approdo cui la mente tende.

Si tratta di un momento fantastico: il momento in cui dalla assuefazione alla banalità assoluta ed al vuoto pneumatico creato nelle nostre menti, passiamo a riscoprirci dotati della più incredibile e meravigliosa facoltà che ci è stata donata: il pensiero.

Natale deve essere anche questo: il tempo di fermarsi per pensare.

a cura del Dott. TRAPANI

www.trapanigianfranco.it

GLI ALIMENTI BIOLOGICI E LA PREVENZIONE DELLE MALATTIE

COSA SIGNIFICA ALIMENTO BIOLOGICO

Per alimentazione biologica si intende un modo di nutrirsi in sintonia con l'ambiente e le stagioni, nel pieno rispetto di tutto il sistema che permette la produzione, la trasformazione e la messa in commercio del cibo.

Gli alimenti devono derivare da coltivazioni o allevamenti non intensivi, dove non sono utilizzati pesticidi, concimi chimici, alterazioni e sofisticazioni utili alla conservazione per periodi di tempo molto lunghi rispetto ai soliti, mangimi con farine di origine animale o con antibiotici od ormoni per accelerare la crescita degli animali da carne ed aumentare la resa economica a dismisura.

Culturalmente è molto importante che con l'agricoltura biologica si cerchi di salvaguardare e recuperare i semi delle piante di varietà autoctone ed evitare le modificazioni genetiche degli alimenti, accettando i disagi ambientali, i problemi legati alle colture biologiche come parte integrante della vita naturale di un organismo, sia esso animale o vegetale.

Non sempre bello vuol dire buono o sano, come non sempre biologico significa cibo adeguato. Un giusto compromesso ed una giusta conoscenza dei vari concetti legati all'agricoltura ed agli allevamenti biologici consentirà al consumatore di avere un approccio critico e per questo vincente.

L'AGRICOLTURA BIOLOGICA

Per "agricoltura biologica" non si intende un metodo di coltivazione antico ed obsoleto, ma un metodo moderno, che utilizzando le tecnologie avanzate ed informatiche rispetta i cicli naturali.

Il principio di base non è la lotta contro i parassiti, ma la concimazione organica del terreno. L'alimentazione chimica indebolisce le piante e le rende soggette ai parassiti, mentre la concimazione organica le rende più resistenti e solo se si ammaleranno, si interverrà con la lotta antiparassitaria biologica.

I PRINCIPI DELL'ORTO BIOLOGICO

Produrre frutta e verdura fresca e quindi praticare l'orticoltura è l'attività più sana e

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

più bella che esista, trascorrere parte della propria giornata a contatto con le piante, serve da nutrimento per il corpo e per lo spirito.

Si ritrova il giusto equilibrio dopo una giornata di lavoro stressante, mentre si rispetta l'armonia ed il ritmo della Natura.

Purtroppo questo nella società moderna non è possibile almeno per chi vive in città. Tuttavia si può sempre coltivare, ed anche in vaso sul terrazzo, prezzemolo, basilico, erbe aromatiche ed altre verdure, sempre buone ed utili, ma addirittura indispensabili quando si ha in casa un bambino piccolo e si vuole fare la prima minestrina con cibi sani e nutrienti.

In ogni caso può essere utile sapere cosa si intende per orto biologico, per quando si acquista il cibo nel circuito commerciale.

La frutta, la verdura, i legumi e naturalmente i cereali prodotti con metodi biologici sono di elevato valore nutritivo, facilmente digeribili, contengono vitamine, sali minerali ed acqua in giusta quantità, hanno colori intensi ed opachi, aspetto gradevole ed eventualmente anche con piccole ammaccature. Le dimensioni possono essere più piccole perché i frutti contengono meno acqua e più residuo secco (sostanze nutrienti) e proprio per queste caratteristiche si conservano meglio e più a lungo.

IL TERRENO

Un buon terreno deve essere ricchissimo di esseri viventi, fino a 2 miliardi per cm^3. In superficie ci sono quelli che usano l'ossigeno per sopravvivere, in profondità quelli che vivono senza.

Sistemazioni idrauliche:

- sgrondo acque con drenaggi in cotto e pietre, se ristagni.

Lavorazione del terreno:

- non snaturare gli orizzonti del terreno. Profondità massima per scavare: 30 cm.

Concimazione:

- accrescere la presenza organica nel terreno
- interrare per almeno 20 giorni: residui colturali e di allevamenti animali, letame, rifiuti organici, alghe marine, torba, scarti di macelleria, cenere di prodotti organici.
- Fertilizzanti minerali correttivi del terreno: es. calcarei magnesiaci, bentonite, terre argillose, rocce naturali polverizzate, litotamnio…

Interventi antiparassitari:

- Consociazioni: prevengono infestazioni parassitarie
- Pacciamatura: previene erbe infestanti

- Sostanze ammesse a base di piante: rotenone-piretro o fungicidi (sali di rame, di zolfo).

Lotta biologica:
- inibizione riproduttiva, distrazione, predatori naturali dei parassiti, ingegneria genetica.

Diserbo:
- termo-diserbo, pacciamatura, sarchiatura.

Coltivazione:
- esclusi ormoni fitoregolatori, imbiancanti, cascolanti per il diradamento dei fruttini

Irrigazione:
- solo alla semina e nella siccità – acqua non inquinata.
- raccolta.

Rotazioni:
- obbligatorie, es. erbacee --> leguminose.

Diffusione:
- sementi non trattate con prodotti chimici, conservate con argilla.

MODIFICARE LE ABITUDINI ALIMENTARI E SCEGLIERE I PRODOTTI BIOLOGICI

La storia dell'agricoltura biologica è come tutte le vicende italiane ed europee complessa e controversa.

Nel 1972, a Parigi, nasce la Federazione internazionale dei movimenti di agricoltura biologica (IFOAM). Oggi nella Federazione sono rappresentati 650 organismi di oltre 100 Paesi di tutti e cinque i continenti. La Regione Lazio, il 27 luglio 1989, emette la **prima legge italiana** per il sostegno dell'agricoltura biologica. Il 24 giugno del 1991 il Consiglio della Comunità europea approva il regolamento n. 2092/91 «relativo al metodo di produzione biologico di prodotti agricoli e alla indicazione di tale metodo sui prodotti agricoli e sulle derrate alimentari».

La FIAO (Federazione italiana agricoltura organica) nasce nel 1992 con lo scopo di rappresentare e tutelare, a livello nazionale e internazionale, l'agricoltura biologica.

Il 12 maggio 1999, con la pubblicazione sulla Gazzetta Ufficiale del DPR n.128/99, si stabilisce che gli alimenti per lattanti e bambini non devono contenere prodotti geneticamente modificati. Inoltre, nelle mense scolastiche e ospedaliere, devono essere inseriti alimenti biologici.

Nel luglio dei 1999, la FAO (Organizzazione per l'agricoltura e l'alimentazione) e l'OMS (Organizzazione mondiale per la sanità), nell'ambito delle norme relative al Codex

Alimentarius (il punto d'incontro internazionale per fissare gli standard alimentari mondiali), emanano le "Direttive concernenti la produzione, la trasformazione e l'etichettatura e la commercializzazione degli alimenti prodotti dall'agricoltura biologica".

A fine agosto del 1999 viene pubblicato il regolamento del Consiglio della Comunità europea n. 184/1999 che completa, per le produzioni animali, i regolamenti precedenti.

Il regolamento, oltre a definire **gli ambiti e il significato della produzione biologica** stabilisce altri punti fondamentali

- Tutte le varie denominazioni con cui l'agricoltura `pulita" veniva definita prima del regolamento vengono cancellate. Per l'Italia viene scelto il termine agricoltura biologica.
- I prodotti coltivati secondo le tecniche dell'agricoltura biologica, devono essere certificati.
- Le norme di produzione stabilite devono essere applicate per almeno due anni prima della semina. Sono bandite tutte le sostanze della chimica di sintesi.
- Le modalità di etichettatura, quindi di presentazione dei vari prodotti ai consumatori, vengono uniformate.

Sulla Gazzetta Ufficiale della Comunità europea dei 24 agosto 1999, è stato pubblicato il **regolamento n. 1804/99** che completa, per le produzioni animali, quello dei 1991 e ne segue lo stesso schema, dettando le **condizioni di allevamento** per ogni singola specie (api comprese), di alimentazione, di cura e di trasporto degli animali.

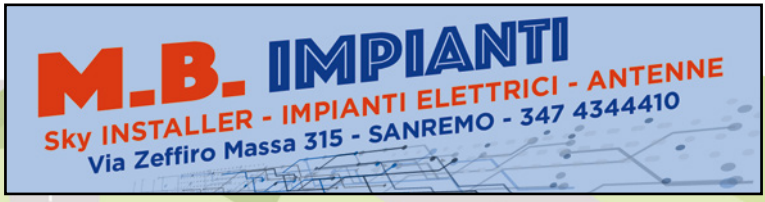
Regolamento del 17 dicembre1999) è anche stato istituito un MARCHIO EUROPEO per i prodotti biologici.

Gli **organismi certificatori italiani** riconosciuti dal Ministero sono nove, a livello nazionale, più uno per la provincia di Bolzano (Biozert): AIAB (Associazione italiana per l'agricoltura biologica); Associazione Suolo e Salute; Bioagricert; Bios; Codex; Consorzio per il controllo dei prodotti biologici; Ecocert Italia; Istituto mediterraneo di certificazione; QC&I International Service.

Mentre diversi sono i marchi per i prodotti artigianali:

- DOP (Denominazione di Origine Protetta)
- Igp (Indicazione geografica tipica)

Introdotti dal regolamento Ce 2081/92. L'Italia è il paese europeo con il maggior numero di prodotti agroalimentari a produzione tipica riconosciuti con questo regolamento, ben 145 e tutti garantiscono:



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

- il prodotto, le metodiche di lavorazione conservazione e stagionatura in armonia con le tradizioni locali,
- l'uso di materiali ed attrezzature specifiche,
- locali di conservazione e stagionatura idonei.

TAB. 1
PERCHÉ I BAMBINI PIÙ CHE GLI ADULTI DEVONO MANGIARE CIBI BIOLOGICI?

- *Crescono più rapidamente, quindi assumono più facilmente le sostanze estranee.*
- *Hanno un'immaturità funzionale complessiva degli organi e dei sistemi.*
- *Immaturità specifica degli organi che devono disintossicare l'organismo.*
- *Gli organi escretori come il rene, la pelle, i polmoni e l'intestino non sono maturi e quindi si verificano accumuli di sostanze tossiche.*
- *Le barriere fisiologiche (intestinale, cerebrale, cutanea) non sono mature, quindi non funzionano bene.*
- *Le proteine del sangue che devono legare ed eliminare le sostanze tossiche sono molto scarse.*

COSA PUÒ FARE IL CIBO BIOLOGICO PER PREVENIRE LE MALATTIE.

Conoscere il lungo percorso fatto dall'agricoltura biologica per avere una propria dignità giuridica è pari al disagio che si prova quando si osserva la difficile vita dei bambini di oggi.

Sono costretti a vivere la quotidianità con fretta ed angoscia come i genitori, dall'asilo nido alla scuola elementare lottano contro il tempo.

Quando bloccano la macchina del quotidiano perché si ammalano, nella famiglia il sentimento prevalente è l'angoscia, come se fosse una loro colpa. I sintomi devono essere eradicati immediatamente, non c'è tempo per aspettare l'evoluzione della malattia.

Dalla mia esperienza di pediatra capisco che i bambini, quando devono per forza ingurgitare antibiotici, sciroppi, gocce, si pongono queste due domande:

1. I genitori si preoccupano per la nostra salute o per il loro lavoro?
2. Siamo noi sempre malati, o loro che hanno sempre fretta?

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

TAB. 2
QUALI SONO GLI INQUINANTI NELLA CATENA ALIMENTARE?

- Le micotossine: Aflatossine, Zearalenone (dalle muffe del Fusarium, è un anabolizzante), Tricoteceni (dal grano ammuffito), Ocratossina (nei cereali e nel latte), Patulina (nella frutta in cattivo stato di conservazione. Sono sostanze ad azione teratogena, mutagena e forse cancerogena. La Unione Europea, UE ed il Ministero della Salute italiano hanno stabilito limiti massimi per queste sostanze nei cibi per bambini.
- Pesticidi: fumiganti, fungicidi, diserbanti. Sono pericolosi perché nei bambini, che per abitudine mangiano sempre le stesse cose, tendono ad accumularsi e dare fenomeni tossici.
- Farmaci: anabolizzanti, sulfamidici, antibiotici, usati per aumentare il peso degli animali ed evitare che si ammalino, danno fenomeni di accumulo nei bambini.
- Ormoni, beta-agonisti, cortisonici, farmaci che bloccano l'azione della tiroide, vengono somministrati agli animali e passano nel latte e nella carne provocando fenomeni di accumulo.
- Antibiotici, sulfamidici e coccidiostatici usati come farmaci preventivi e curativi passano nel latte e nella carne.

I genitori devono dedicare più tempo ai figli, sia nell'educazione che nel momento più comune del quotidiano, cioè l'alimentazione, perchè è vero che il cibo è fonte di salute, ma è anche causa di malattia.

Quindi un atteggiamento cosciente e critico aiuterà il bambino a sentirsi meglio ed a a sentire più vicino i genitori, anche se l'uso del cibo biologico e la conoscenza dei problemi legati all'alimentazione non devono far dimenticare la forma più comune di inquinamento quella legata allo stress della vita quotidiana moderna: la destrutturazione del pasto.

Un panino ed una bevanda consumati in piedi in un bar non sono certamente il modo migliore per stabilire contatti e legami tra le persone.

La "mensa" nel senso più puro della parola deve tornare ad assumere l'antico significato di momento aggregante della famiglia dove la parola, la gestualità, l'esempio, assumono un ruolo di insegnamento nei confronti del bambino.

Eliminando sempre la Televisione, questo grande mostro, durante il pasto, altera le funzioni digestive, danneggia quelle visive e svolge un ruolo diseducativo. Il bambino non ha più un interlocutore, ma solo delle immagini alle quali fare riferimento. Queste sono senza storia, senza passato e senza futuro, non hanno nessun legame con quanto sta vivendo in quel momento, ma poiché riesce a condizionare la sua vita e le sue scelte, è **meglio che salti il pasto, piuttosto che mangi senza rendersene conto guardando i cartoni animati.**

L'azione preventiva dell'alimentazione infantile viene accettata da tutti ma praticata da pochi.

Nei programmi di cure messe a punto dall'Istituto di Ricerca di Medicina Preventiva di Sansalito (San Francisco), si è visto come migliorando lo stile di vita, controllando lo stress, riducendo i grassi alimentari si possono rendere reversibili i danni provocati dalle malattie cardiovascolari. Imparando a controllare lo stress, l'ansia, modificando la dieta, in pratica escludendo in modo adeguato le proteine ed i grassi di derivazione animale si può modificare in senso positivo la prognosi di questi malati.

La maggior parte di queste malattie cardiovascolari può essere evitata anche con una alimentazione equilibrata fin da bambini (vedi tab. 1).

I genitori delle società ricche ed opulente credono di volere sempre il meglio per i figli.

Si preoccupano se hanno un po' di raffreddore o un po' di tosse, somministrano le vitamine perché sembrano pallidi, o l'antibiotico se hanno un poco di febbre e poi tranquillamente danno loro i bastoncini di pesce fritti, o gli hamburger e le patatine fritte, il pane bianco morbido e fresco all'olio o al burro perché non si stanchino a masticare, la fettina di vitello affinché non sentano troppo il gusto della carne, le caramelle ed il cioccolato perché stiano buoni e mangino qualche cosa.

Il primo anno di vita è quello nel quale la quantità e la qualità del cibo viene supercontrollata ed i genitori sono molto esigenti spendono cifre enormi per l'acquisto del cibo e chiedono garanzie di qualità fino all'esasperazione.

Superato il numero magico dei dodici mesi di vita la frase classica diventa "finalmente il bambino può mangiare come noi." Quindi cibi conservati, raffinati, inquinati, sofisticati, adulterati, modificati nel loro valore nutritivo, spesso precotti senza vita. Così dalla più tenera età iniziano ad accumularsi nei tessuti le sostanze tossiche, che non provocano subito danni visibili, ma lentamente aumentano la loro concentrazione fino a diventare pericolose o addirittura cancerogene. Nelle pareti delle arterie si accumulano i grassi, il pancreas ed il fegato vengono sottoposti ad iperlavoro, così nascono le malattie degenerative e metaboliche (arteriosclerosi, ipertensione, diabete...).

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

Alcuni studiosi hanno affermato che "... i contaminanti e gli inquinanti sono in basse concentrazioni... solo attraverso un uso continuativo e protratto di quel determinato alimento si possono manifestare gli effetti tossici... forse perché la tossicità non sempre si somma... a volte si antagonizza... questa è la ragione per cui nonostante che quotidianamente introduciamo una quantità considerevole di contaminanti riusciamo a sopravvivere anche forse in buona salute e relativamente per molti anni!" (vedi tab.2)

In questa frase ci sono troppi condizionali e troppi "forse" per poterla accettare come valida. Pane, latte, carne, possono essere alimenti ad alto rischio e vengono usati regolarmente! Questi stessi studiosi accusano la natura di produrre sostanze tossiche per l'uomo.

Nelle fave sostanze emolitiche ed ipertensive, nei cavoli sostanze antitiroidee, nelle patate e nei pomodori la solanina, nei broccoli i nitriti, ecc. Ma queste generalmente sono pericolose solo per gli individui predisposti, mai per tutti o solo se assunte in grandissima quantità.

La natura è saggia, l'uomo è stolto.

Ricordate che:

Non esiste prevenzione delle malattie degenerative e metaboliche se questa non parte dall'infanzia. I bambini nel periodo della crescita e dello sviluppo sono particolarmente vulnerabili nei singoli organi ed apparati e questo li rende sensibili alle cause delle malattie!

Nel supermercato, o nel negozio le cose più amate sono belle e colorate. I biscotti e le merendine farcite, le caramelle multicolori, i formaggini, i fomaggi molli nelle vaschette di plastica, gli hamburger avvolti nelle pellicole trasparenti, i filetti di pesce impanati pronti per essere fritti. Tutto preparato per non fare masticare o sentire gusti nuovi.

I cibi nelle scuole spesso sono precotti riscaldati e di scarsa qualità. Il prosciutto cotto è di spalla, gli olii di semi o di oliva scadenti, gli spezzatini con carni di provenienza poco nota, i sacchetti di patatine, le merendine al cioccolato, tutto con la giustificazione dell'igiene e della spesa ridotta. Tutti questi cibi oltre ad essere poco sani sono ipercalorici, iperproteici ed iperlipidici.

I ragazzi vengono abituati male fin dall'infanzia.

Occorre sostituire ai cibi spazzature le merende semplici e sane fatte di pane casereccio con olio e sale, alla frutta, ai frullati, alle spremute, alle torte casalinghe.

I piatti unici di cereali e legumi, riso, verdura, pizza, uova, devono diventare il cibo

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

quotidiano, la carne ed il pesce, devono avere il loro ruolo nell'alimentazione quotidiana con molta attenzione alla provenienza ed alla qualità.

A scuola bisogna introdurre il piatto unico ed i cibi integrali. Questi associati alle verdure sono sani, nutrienti ed adeguati ai vari fabbisogni di un organismo in accrescimento, con dei costi pari o lievemente superiori alla normale dieta, ma con una qualità e con un risparmio globale nel tempo notevolmente superiori.

I cibi devono sempre essere freschi, perché ad esempio le vitamine si riducono progressivamente. Questi cambiamenti nell'alimentazione quotidiana risolvono immediatamente l'annoso problema della stitichezza con tutte le malattie connesse (appendicite, colon irritabile, coliche addominali), i bambini non diventerebbero ipernutriti da cibi ricchi di zuccheri semplici, di grassi e di proteine e infine di calorie che si trasformano in grasso.

Normalmente l'alimentazione quotidiana nella società occidentale contiene il 30% di calorie, il 20% di grassi ed il 4% di proteine in più rispetto al necessario, con il 50% in meno di fibre utili.

Questi valori corrispondono ad uno stato di malnutrizione per eccesso calorico e lipidico, con difetto di vitamine, sali minerali e fibre che inizia nella primissima infanzia e prosegue poi per tutta la vita.

I cibi dei nostri ragazzi sono sofisticati, elaborati, ipercalorici. Vengono definiti dai giornali "cibi spazzatura" o "junk food" e addirittura sono in grado di modificare il loro comportamento rendendolo più aggressivo e più violento, come ha scritto il dott. Peter Mansfield sul "Daily Telegraph", già da molti anni, nel febbraio 1990. Egli dimostrò sperimentalmente, dall'interno di un centro correzionale per minori, che modificando la qualità del cibo, cioè scegliendo prodotti più naturali, freschi e privi di componenti chimici, si riesce a migliorare il carattere ed il comportamento di questi ragazzi.

Bisogna valorizzare i prodotti sani e chi li produce. Per questo è necessario conoscere i marchi di produzione che garantiscono la qualità e salvaguardano il consumatore.

In conclusione:

Non basta la legge per garantire una sana alimentazione ai nostri figli, non basta lo sforzo del legislatore, per quanto tardivo ma utile, occorre l'impegno della famiglia.

Il compito dei genitori è dare ai giovani un'alimentazione semplice, frugale, ricca di cibi vitali, perché dalla vita nasce la vita. Questo può avvenire solo con l'esempio dato dai genitori e con il loro sforzo per far diventare tutto un'esperienza quotidiana.

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

Ricordate questa frase decisamente in controtendenza ed odiosa a molti nonni e parenti:

I bambini devono mangiare, solo se lo richiedono

- **Modificare le abitudini alimentari del bambino e dell'adolescente per avere un adulto sano.**
- **Abituare il bambino, a partecipare alla realizzazione della merenda, offrendo loro latte, yogurt, formaggi magri, frutta oleosa, pane e biscotti integrali, cereali integrali in grani soffiati, frutta fresca.**
- **Sostituire le merendine con la frutta, il cappuccino con lo yogurt naturale prodotto dal latte non inquinato, le patatine fritte con i semi di zucca o l'uvetta o i datteri, il pane bianco con quello integrale, la focaccia bianca con quella integrale, i biscotti con i pop-corn e così via**
- **Insegnargli a combinare correttamente gli alimenti.**
- **Renderlo partecipe alla realizzazione del cibo, non solo scartando la merendina o aprendo una scatola, ma diventando parte attiva delle scelte quotidiane. Il pranzo deve essere un momento di incontro collettivo, di divertimento, di apprendimento e di salute, non un obbligo o una sofferenza.**
- **Insegnare ai giovani l'amore per la terra, per i suoi prodotti, per le nostre radici culturali, se non vogliamo più essere colonizzati da modi di vita a noi estranei!**
- **Rivalutare i nostri piatti regionali, portare i bambini in mezzo alla gente, nei paesi, con i nostri vecchi ad ascoltare come si nutrivano quando non mangiavano carne tutti i giorni ed il cibo era genuino, semplice, nutriente.**

Non sono scelte difficili, anzi possono essere divertenti e redditizie sia per la salute del bambino che per la collettività.

Meno malati, meno farmaci, meno spese per il Servizio Sanitario Nazionale.

www.trapanigianfranco.it

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

L'ORA DI RELIGIONE

DIGNITÀ DALL'INTERNO

a cura di
Don Giuseppe Guaglio

A fine Ottocento si è affiancato al senso della parola "cultura", ciceronianamente intesa come "coltivazione dell'anima", quello linguistico - culturale (Dilthey, von Humboldt) come "interpretazione del mondo, modo di vedere il mondo", che viene generato e genera circolarmente una comunicazione, concretizzata in beni culturali. In questo periodo della vita politica italiana possiamo guardare i segni evidenti della cultura frammentata, liquida, inconsistente, nella quale siamo immersi, con una evidenza tremenda di comportamenti narcisisti e di dissociazioni e spaccature all'interno di gruppi e di singole personalità. Al fondo la ricerca del potere a scapito dell'identità. "Ma a cosa serve guadagnare il mondo intero se perdi la tua psiché?", dice Gesù ai discepoli nel momento in cui rifiutano la sua identità, il suo modo di essere il Cristo alieno dalla ricerca del dominio e incarnato nella logica della passione - morte - resurrezione. "Il mio Regno non è di questo mondo": l'umiltà è escatologica, introduce il vivere nella logica di un altro mondo, di un mondo nuovo dove le carenze non verranno compensate da dipendenze né dominate da poteri, ma eliminate nell'amore. In questo mondo è una logica apparentemente perdente, ma realmente portatrice di pienezza e di gioia. La prospettiva e l'attesa della fine del mondo, del Regno che viene, ti rende umile, non è motivo di superbia. Paradossalmente ti abilita a vivere pienamente questo mondo, a gustare la provvisorietà nella visione delle cose *sub specie aeternitatis*.
L'umiltà passa attraverso la contemplazione della croce per aprire il limite costitutivo dell'uomo. Solo Cristo può aprire i sette sigilli del Libro (Ap 5,1-10). L'uomo assiste umile alla vittoria di Cristo e loda la gloria di Dio che così si manifesta.
Nella nostra mentalità predomina una maniera soggettivistica di interpretazione della Scrittura, laddove invece la Scrittura stessa ci insegna ad acquisire un senso profondo e umile dell'alterità di Dio e dell'oggettività, e non soggettività, dell'interpretazione. L'interpretazione oggettiva della Parola di Dio la fornisce Gesù Cristo nel suo modo di vivere, di morire e di risorgere. Le nostre interpretazioni sono legittimamente soggettive in quanto fornite da esseri limitati come noi, ma la nostra soggettività non elimina l'oggettività del criterio che è Gesù Cristo. Così le

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

nostre interpretazioni vengono giudicate per come si avvicinano e si allontanano nella storia da quella fornita dal Signore.
Ap 5,4: "Io piangevo molto perché non si trovava nessuno **degno** di aprire il libro e di leggerlo". Nessuno sa decifrare il libro, nessuno cioè ha un'identità tale da poterlo aprire, nessuno ha la dignità necessaria. Tutti mancano della qualità ontologica per farlo, cioè del modo di essere e della personalità necessari e indispensabili. Il veggente arriva alla disperazione di fronte a questa indecifrabilità del piano di Dio nella storia, a questa inadeguatezza dell'umanità intera.
In quel momento si assiste ad un vangelo di consolazione: ha vinto il Messia. L'Agnello pasquale immolato ha rivelato la storia della salvezza nel suo senso profondo. La Pasqua di Cristo apre il libro. Non c'è un altro criterio di decifrazione! Il Cristo ha la pienezza dello Spirito, riceve il libro da Dio, e **lo realizza**. Aprire il libro significa realizzarlo, aprire una storia che si va compiendo: l'interpretazione di Cristo apre una nuova storia, che viene sottolineata dal servizio liturgico. Così, allorché in Cristo apriamo il Libro, anche noi siamo chiamati a realizzarlo in una storia: Cristo spontaneamente, col suo modo di essere, rende "storia", "creazione", "redenzione", in una parola "realizza" la Scrittura; noi la realizziamo con l'impegno morale, con la fatica e lo sforzo.
Non siamo noi quelli che decidono dell'interpretazione della Parola di Dio nella storia. Le nostre interpretazioni non fanno storia se non in Cristo. É Lui che, interpretando la Parola che è Lui stesso, fa la storia, introduce l'eternità nella storia. Sono le scelte di Cristo a qualificarlo. La dignità di Cristo, insomma, deriva dalla sua immolazione, dal suo sacrificio pasquale, mistero centrale della fede in Lui al pari dell'Incarnazione.
L'uomo è così portato ad oltrepassarsi senza annullarsi, **oltre** e insieme **con** l'uomo nell'amore per gli uomini guardati come fratelli. Quando sei **con** vai **oltre**, invece quando sei **senza** gli altri, con il senza diventi uno zero, ti annulli. Oppure, come nella sapienza di Nietzsche, cerchi di oltre-passarti nella volontà di potenza, affermandoti sugli altri, fino a determinare la tua follia o, nel caso dei grandi totalitarismi, l'altrui morte.
L'umiltà è collegata così con la metafisica che non è superba scienza, ma sapiente e perciò umile riconoscimento del limite ontologico che apre all'Assoluto. Quando tu non riconosci il tuo limite creaturale, diventi schiavo di idoli da te stesso costruiti. La metafisica diviene così un esercizio fondamentale per il raggiungimento di una corretta ermeneutica vissuta della Rivelazione. Solo in questo senso si può dire che è *ancilla theologiae*: i concetti hanno senso solo se servi del vissuto.

a cura di Santa Pazienza

CIAMBELLA ALLA ZUCCA SOFFICE CON CIOCCOLATO

Ottobre, il mese della zucca! Un ottima occasione per preparare un dolce, alto, soffice, goloso e semplicissimo da realizzare… La ciambella alla zucca!
Si prepara facilmente e in poco tempo utilizzando la zucca cruda ed è un dolce perfetto a colazione e a merenda conservandosi morbida per alcuni giorni. Aggiungendo poi qualche amaretto e delle gocce di cioccolato sarà ancora più golosa!

Ingredienti:

- 270 gr di Zucca (già pulita)
- 240 gr di Farina 00
- 3 Uova
- 200 gr di Zucchero
- 140 gr di Olio di Semi
- 80 gr di Amaretti
- 1 Bustina di Lievito in Polvere per Dolci
- 80 gr di Gocce di Cioccolato
- 1 Cucchiaio di Liquore all'Arancia o Scorza di Arancia Grattugiata
- Zucchero a Velo q.b.

ROTA & VISCA S.N.C.
di Visca Arianna e Mattia
TETTI IN LEGNO - PAVIMENTI IN LEGNO BIO
www.rotaevisca.com

Preparazione

Dopo averla privata di buccia e semi tagliate a cubetti la zucca e mettetela in un mixer.

Aggiungete poco alla volta l'olio di semi e frullate fino ad ottenere una purea omogenea.

Sbriciolate gli amaretti molto finemente, sempre al mixer o con un batticarne.

Con uno sbattitore elettrico (o in planetaria), montate molto bene le uova con lo zucchero, fino a renderle gonfie e chiare.

Aggiungete alla uova poco alla volta e alternando gli ingredienti la purea di zucca, la farina, gli amaretti e il lievito passato al setaccio, continuando a mescolare.

Infine, unite all'impasto il liquore e le gocce di cioccolato (che avrete posto precedentemente in freezer per 15 minuti per evitare che si sciolga durante la lavorazione) facendole distribuire bene. Se preparate il dolce per dei bambini o se semplicemente non gradite il liquore potete sostituirlo con un po' di scorza grattugiata di arancia.

Prendete uno stampo a ciambella da 23-24 cm di diametro, imburratelo e infarinatelo. Versate al suo interno l'impasto, e livellatelo con una spatola.

Ponete il dolce in forno statico a 175°, e fate cuocere per circa 50 minuti. I tempi possono variare a seconda del forno e dello stampo che usate, per sicurezza fate sempre la prova stecchino prima di sfornare la ciambella.

Sfornate la torta e fatela intiepidire, poi rovesciatela su un piatto da portata. La vostra ciambella alla zucca soffice è pronta, non vi resta che cospargere la superficie con poco zucchero a velo!

BOCCONCINI DI POLLO ALLA ZUCCA

Un altro piatto che possiamo preparare in occasione del "mese della zucca" è un secondo piatto di carne squisito e delicato. Questa pietanza è realizzata con il petto di pollo e il risultato è un morbido saporito e succoso secondo che vi conquisterà con il suo profumo di zucca e noce moscata ed il suo gusto inimitabile.

Ingredienti per 8 Persone:

- 1 Kg di Petto di Pollo a Bocconcini
- 700 gr di Polpa di Zucca
- 1 Spolverata di Noce Moscata
- 1 Porro Grande
- Qualche Foglia di Basilico
- Pepe Nero q.b.
- Sale q.b.
- 6 Cucchiai di Olio Extravergine d'Oliva

Preparazione

Taglia la zucca ed elimina la buccia; tagliamola a fettine e cuociamola in forno preriscaldato a 200° gradi per 15 minuti.

Eliminiamo la parte esterna del porro e tagliamolo a rondelle sottili facendole rosolare a fuoco moderato in padella con qualche cucchiaio di olio extravergine di oliva.

Quando il porro sarà appassito aggiungiamo il petto di pollo a bocconcini, facendolo insaporire mescolando bene a fuoco moderato.

Dopo 5 minuti aggiungiamo la zucca, regoliamo di sale e di pepe e copriamo con un coperchio abbassando il fuoco.

Lasciamo cuocere per altri 5 minuti poi uniamo la noce moscata e il basilico spezzettato.

Il nostro Pollo a Bocconcini con la Zucca è pronto per essere servito!

WE ARE A CREATIVE
DIGITAL AGENCY
www.esedigital.com
esedigital

HALLOWEEN A TAVOLA: CAPPELLI DELLA STREGA

Ingredienti:

- Confettini Colorati q.b.
- 4 Coni per gelato
- 2 gr di Gelatina in Fogli
- 100 gr di Lamponi
- 150 ml di Panna per Dolci
- 100 gr di Cioccolato Fondente
- 2 Cucchiai di Zucchero
- 4 Biscotti Secchi Rotondi

Preparazione

Per preparare i cappelli della strega, portiamo ad ebollizione 4 cucchiai di acqua con lo zucchero e sciogliamo la gelatina precedentemente ammorbidita in acqua tiepida e ben strizzata facendola sciogliere completamente; aggiungiamo i lamponi frullati e passati al setaccio per eliminare i semini e la panna montata a neve ferma.

Mettiamo tutto in frigorifero lasciando rassodare la crema per circa 2 ore.

Sciogliamo il cioccolato fondente e spennelliamo una parte del cioccolato fuso sulla parte interna dei coni, poi lasciamoli asciugare.

Togliamo la bavarese dal frigo, frulliamola e distribuiamola riempiendo in modo equo i quattro coni. Spennelliamo il cioccolato fondente rimasto sui biscotti e sulle basi dei coni intingendo le basi dei coni nei confettini colorati, appoggiamoli sui biscotti e spennelliamo la parte rimasta.

Lasciamoli riposare i frigo per almeno un paio d'ore a solidificare…prima di servirli lasciamoli qualche inuto fuori dal frigo…

Buon Halloween!

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

ZABAIONE SENZA MARSALA

In Italia lo zabaione è una bevanda energetica che viene utilizzata come ricostituente o elisir anti stanchezza nei periodi in cui serve un po' di carica mentale e fisica. Gli studenti lo conoscono benissimo e lo consumano mescolato al caffè, ma molti ristoranti lo propongono anche come dessert finale, corretto col marsala.

In alcuni paesi come quelli inglesi lo zabaione, è invece una delizia che si serve durante la stagione fredda, per ritemprare corpo e spirito o brindare alle festività natalizie. In questo caso la ricetta è solitamente analcolica, affinché possa essere consumato anche dai bambini.

Con l'arrivo delle feste natalizie proviamo anche noi lo zabaione senza marsala, magari per festeggiare con i nostri cari l'arrivo del Natale o per darci un po' di energia in questo periodo pieno di preparativi e corse ai regali!!

Ingredienti per 5 persone:

- 6 Tuorli d'Uovo Grandi
- 150 gr di Zucchero
- 1/2 Litro di Latte
- 1/2 Cucchiaino di Estratto di Vaniglia
- 1 Pizzico di Sale
- 1/2 Cucchiaino di Noce Moscata
- Cannella in Polvere q.b.

Preparazione

Sbattiamo i tuorli d'uovo insieme allo zucchero in una ciotola, aiutandoci con una frusta elettrica. Quando il composto sarà chiaro e spumoso, teniamolo da parte e scaldiamo invece il latte insieme alla noce moscata e al sale, portandolo lentamente all'ebollizione.

Spegniamo subito e uniamolo poco alla volta alle uova sbattute, tenendo la frusta elettrica sempre accesa. Quando avremo addizionato tutto il latte, travasiamo il composto in una casseruola e accendiamo la fiamma a media potenza.

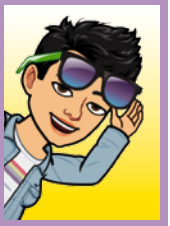
Mescoliamo sempre con la frusta fino a quando il composto non si sarà addensato, poi togliamolo da fuoco. Aggiungiamo l'estratto di vaniglia, mescolando con un cucchiaio per amalgamarlo. In ultimo versiamo il nostro zabaione senza marsala nei bicchieri e decoriamo con cannella in polvere!

DIFFICOLTÀ ●○○

OCCORRENTE: forbici, colla, spilli colorati, filo, calza bianca, bottoni, stoffa colorata, riso o sassolini o cotone

- Tagliate la punta del piede della calza qualche cm prima del tallone.
- Rivoltate la parte tubolare e chiudete, legandola, l'estremità del lato piede.
- Rovesciate di nuovo dal dritto e riempite con sabbia o riso o cotone, a seconda se volete che stia in piedi o che sia morbido e leggero.
- Chiudete con il filo anche l'altra estremità, poi legate un filo anche nel punto dove la calza si allarga per ottenere la testa.
- Legate una striscia di stoffa intorno al collo per fare la sciarpa.
- Risvoltate un po' di volte il bordo della punta della calza che avevate tagliato per ottenere il cappellino da posizionare sulla testa.
- Ora date sfogo a tutta la vostra creatività aggiungendo le decorazioni che desiderate: spilli colorati per gli occhi, bottoni e qualsiasi altro dettaglio che vi venga in mente.

PERSONAGGIO DEL MESE



a cura di Debs

GAIA VIGILANTE – VIVERE A COLORI

I tatuaggi bisogna "soffrirli". Dopo aver vissuto qualcosa di particolare, lo si racconta tramite il tatuaggio, come in una specie di diario.

Buongiorno Gaia, il titolo potrebbe rivelare cosa fai nella vita, ma presentati tu.

Ciao mi chiamo Gaia Vigilante, in arte MissV, ho 30 anni e sono di Sanremo dove abito e lavoro. Mi sono diplomata presso il Liceo Artistico di Imperia, in decorazione pittorica ed attualmente sono una tatuatrice professionista presso il Tattoo Planet di Alex Nardini.

Quali difficoltà hai incontrato all'inizio della carriera?

Senz'altro quando mi sono affacciata a questo lavoro una decina di anni fa, non era semplice come ora. I tatuatori, soprattutto nella nostra zona, saranno stati al massimo due o tre e molto restii ad insegnare le proprie tecniche. Infatti la mia prima esperienza come apprendista consisteva nel disegnare, perché avevo le basi che al tatuatore mancavano. Poi mi resi conto che non aveva alcuna intenzione di insegnarmi a tatuare, me ne andai, mettendo a malincuore, il sogno nel cassetto, convinta che sarebbe rimasto tale. Finché un giorno per caso trovai un annuncio online di Alex Nardini, dove appunto c'era scritto che cercava un'apprendista da inserire come tatuatrice, ovviamente mi sono presentata il giorno dopo in studio con attestato formativo e portfolio. Da quel giorno sono passati nove anni.

Gaia Vigilante

Quale è la tua corrente artistica, cosa si intende per new school?

Non ho una corrente artistica ben definita nella quale riesca a chiudermi, a differenza di tanti miei colleghi. Amo spaziare un po' in tutti gli stili, trovo sia più stimolante e ti formi meglio a

livello lavorativo ed artistico. Penso che sia noioso tatuare sempre gli stessi soggetti per tutta la vita. Per quanto riguarda New School si intende una corrente in voga intorno agli anni '90 ed è direttamente collegata con l'Old School o Traditional, nato grazie al pioniere della Tattoo Artist Saylor Jerry negli anni '50, che a differenza di quest'ultimo usano colori vibranti e stravolge i soggetti classici utilizzando diverse tipologie di linee nello stesso soggetto, rendendo il tutto più moderno ed inserendo elementi e soggetti anche di carattere onirico.

Quali sono i tuoi soggetti preferiti?

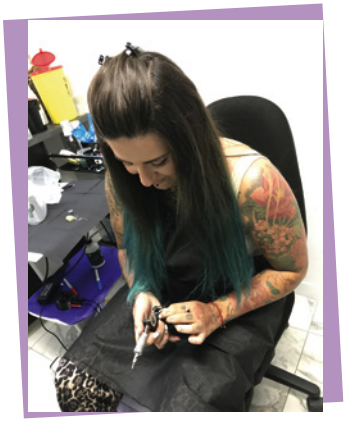
Come appena detto, sono molti, se dovessi fare una classifica, direi i ritratti realistici in bianco e nero, sono molto divertenti da realizzare e danno molta soddisfazione ed anche in generale il Neo Traditional: lo adoro.

Cosa ti ha spinto a diventare un'artista del tatuaggio?

Sicuramente il contesto delle superiori ha fatto la sua parte, mia madre mi diceva che ho imparato a camminare con una matita in mano. Ho sempre saputo che la mia vita sarebbe andata nella direzione artistica, dovevo solo capire come, fino a che ho comprato la prima rivista del settore: che dire, mi sono innamorata.

Raccontaci del tuo primo tatuaggio che ti sei fatta e che hai fatto

Il primo tatuaggio me lo sono fatta fare con un ago e la china durante un'ora buca in 3° superiore dalla ragazza che ora lavora con me; mentre il primo che ho fatto è stato alla mia meravigliosa mamma, che amo infinitamente, ed è un cuoricino improbabile con le lettere mie e di mio fratello.



Come è cambiato il tatuaggio negli anni?

Il tatuaggio negli anni è cambiato tantissimo, a causa o grazie ad internet, per i giovani artisti che ormai hanno una preparazione scolastica di alto livello. Poi ci sono purtroppo i sedicenti professionisti, ovviamente non qualificati, che si improvvisano tali, rovinando la pelle delle persone che successivamente corrono dai veri professionisti per chiedere di porre rimedio agli

errori. Molti per moda e smania di avere un tatuaggio si affidano a mani inesperte, attratti dal poco prezzo.

Quali sono i tuoi obiettivi lavorativi?

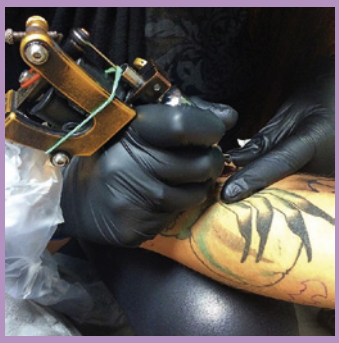
Riuscire magari in un futuro ad avere uno studio tutto mio.

Grazie Gaia, siamo arrivate alla fine dell'intervista, libero spazio per saluti e ringraziamenti

Vorrei ringraziare la mia famiglia che, anche se siamo in pochi, pochi ma buoni, mi hanno sempre sostenuto in ogni modo possibile fino ad ora e sempre lo faranno. Volevo ringraziare te Deborah per la pazienza e per avermi fatto la 1° intervista della mia vita!

Come ultima cosa, ma non di importanza, volevo solo nominare e ringraziare per essere entrati nella mia vita grazie a questo incredibile mestiere Ilaria, Luigi, Gigi e Francesca, quattro clienti che con il passare degli anni sono diventati la mia seconda famiglia, i miei migliori amici, un pezzo del mio cuore, che porterò per sempre con me e che non cambierei mai; leali, fedeli, onesti ed incredibili, con il quale condivido tutto, parlo di tutto e mi hanno resa, con il loro modo di essere, una persona migliore, in tanti sensi. Vi Amo.

Ciao Gaia, grazie ancora a te, ti auguro di realizzare il tuo sogno e di diventare famosa al punto di avere interviste importanti sulle riviste a voi artisti dedicate.



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

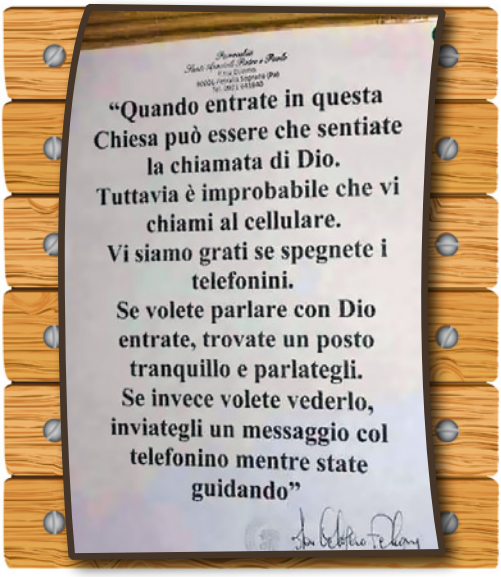
...i "CARTELLI DIVERSI"...

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*. Siete tutti invitati a mandare alla redazione "**redazione@spaesato.it**" le foto di "cartelli diversi" che ciascuno troverà sul suo percorso.
Eccovi il nostro cartello di oggi!

..... i "cartelli diversi" .....
..... un consiglio divino .....



Questa volta, grazie ad un attento lettore, tratteremo un tema che ha del "sacro" ma anche di enorme attualità.....

Ultimamente tra le notizie dei principali telegiornali, nei titoli dei quotidiani, troviamo molto spesso dei riferimenti a possibili modifiche del codice della strada, con forti ammende e sanzioni a chi fa uso del cellulare in auto .....

E' un problema quotidiano, quasi una "piaga sociale", l'uso del telefonino in macchina e la distrazione che ne consegue, è tra le maggiori cause di

Terrazza sul mare - Specialità marinare - Pizzeria con forno a legna
Ristorante La Lanterna
18038 SANREMO (IM) - Via Molo di Ponente - Porto Vecchio
Tel. 0184.525916 CHIUSO IL LUNEDI

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

incidenti a volte anche, purtroppo, con conseguenze molto gravi…..

Quindi fa bene il legislatore ad intervenire sulle norme, a rendere maggiormente severe le sanzioni, a voler responsabilizzare maggiormente gli automobilisti "cellular-dipendenti" anche se, a dire il vero, in un paese composto di persone civili, responsabili e con coscienza non servirebbe una legge per imporre un comportamento alla guida corretto….. verrebbe "naturale"…….

Ma siccome il popolo italico, famoso per i Santi, i Poeti ed i Navigatori, non è rinomato e conosciuto per il rispetto delle regole ……. Anzi cerca sempre, in qualsiasi modo, di aggirarle….

Chi di noi non sa, ad esempio, che in un luogo Sacro (a prescindere dalla propria Fede Religiosa) si deve evitare di disturbare, di utilizzare un abbigliamento adeguato al luogo, di mantenere un certo comportamento ….. e tra questo anche il non usare il cellulare …….. e invece …… puntualmente, durante ogni funzione, si sente uno squillo…….

In questo caso, il Parroco attento e preciso, è riuscito a dare una lezione per entrambi gli argomenti con un messaggio chiaro, conciso e limpido …….

Come ha fatto ??? Ha appeso un …. cartello diverso ……

A presto ai prossimi cartelli …

PROVERBI LIGURI E SANREMASCHI

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

Aigagna, o ca sciüga o ca bagna.
Rugiada o che asciuga o che bagna. (La rugiada non può durare molti giorni dopo, o piove o c'è vento).

Se ognün u purtasse a so cruxe in ciàssa, u turne(r)eva a piôse a so.
Se ognuno portasse la sua croce in piazza tornerebbe a prendersi la sua. (Le nostre difficoltà ci sembrano pesanti solo perché non conosciamo quella degli altri).

Ti sei putrun cume l'arma de Giüda.
Essere estremamente pigro.

Prédica Bertu, che ti prédichi au desértu.
Predica Berto che predichi al deserto. (In certi casi le prediche sono inutili).

A l'è cume pistô l'aiga in tu murté.
È come pestare l'acqua in un mortaio. (È inutile insistere).

Avé a testa du(r)a cume i massabecchi.
Avere la testa dura come i macellai.

Tütti i tèmpi i vèn basta save(r)i aspèitö.
Tutti i tempi vengono, basta saperli aspettare. (Ogni cosa nella vita ha il suo tempo).

Meju früstò e scarpe che i lensöi.
Meglio consumare le scarpe che le lenzuola. (È meglio stare bene e lavorare anziché essere malati e stare a letto).

...'NDO VAi NELLO?

a cura di... Nello

QUESITO N. 1

Un re decide di offrire una grande somma di denaro al suddito che gli racconti una bugia "intelligente". Davanti al re sfilano decine di persone: c'è chi narra di essere stato sulla Luna e chi di essere in grado di attraversare il fuoco senza bruciarsi, ma il re non è soddisfatto da nessuna di queste bugie. Alla fine arriva un contadino poverissimo e, dopo averlo ascoltato, il re gli consegna il premio. Cosa ha detto il contadino?

QUESITO N. 2

Un bivio porta a due paesi diversi: in uno ci sono solo persone che dicono la verità, nell'altro solo persone che mentono. Un viandante vuole sapere qual è il paese della verità e, incrociando un uomo che sta venendo da uno dei due paesi, glielo chiede. Che domanda gli fa per sapere con certezza qual'è il paese della verità?

QUESITO N. 3

Vi sono tre sospettati per un crimine, di cui certamente uno è colpevole. Tutti e tre i sospettati sono stati interrogati. Ecco gli elementi dell'indagine per scoprire il colpevole:
- ogni indiziato ha accusato uno degli altri due sospetti
- Silvio e Piero hanno detto entrambi la verità
- Marcello ha accusato Piero, ma non sappiamo se questa affermazione è vera o falsa.

Chi dei tre è il colpevole?

Se non indovinate ve lo diciamo noi!

1 - *Il contadino dice che il padre del re, defunto, gli doveva una grandissima somma di denaro. Se il re ammette che questa è una bugia, deve dargli la somma; se invece la accetta come realtà, deve per forza rifondere il suddito del denaro.*

2 - *Al viandante è sufficiente chiedere: "portami al tuo paese". Nel caso in cui l'uomo dica la verità, infatti, lo porterà proprio nel paese desiderato. Se mente, lo porterà comunque nel paese della verità.*

3 - *Il colpevole è Marcello, perché se Silvio e Piero accusano un altro sospetto, ed entrambi dicono la verità, allora sono entrambi innocenti.*

RIDIAMOCI SU

Un vigile ferma un ragazzo alla guida di un'auto e durante il controllo vede sul sedile posteriore due pinguini:
"Ma dove crede di andare con questi pinguini in macchina? Li porti subito allo zoo!"
"Va bene, signor vigile, lo farò senz'altro!"
"Se me lo promette, la lascio andare!"
"Certò, stia tranquillo, lo prometto!"
Così il vigile lo lascia andare. Ma il giorno dopo, per un caso fortuito, lo stesso vigile ferma nuovamente lo stesso ragazzo, con la stessa macchina e gli stessi pinguini nel sedile posteriore. L'unica differenza è che ora i pinguini hanno due cuffiette da nuoto sulla testa.
"Ma cosa fa di nuovo con questi due pinguini in macchina? Ieri mi aveva promesso che li avrebbe portati allo zoo!"
"Sì, infatti ieri li ho portati allo zoo. Oggi invece li porto a nuotare in piscina!"

☆☆☆

In Paradiso, due nuovi arrivati parlano delle loro recenti disgrazie e uno domanda all'altro:
- Qual è l'ultima frase che hai udito prima di arrivare qui?
E l'altro risponde:
- Quella di mia moglie che diceva: "Se mi fai guidare anche solo per cinque minuti sei un angelo"!!!

☆☆☆

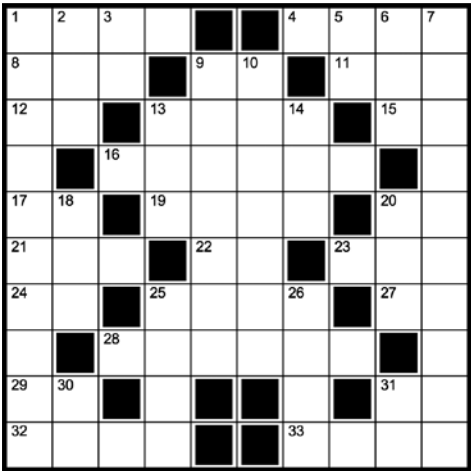
Due turisti stanno camminando nella savana per un safari fotografico quando ad un certo punto, spostando un cespuglio, si trovano a 10 metri da un leone che li sta guardando. Restano pietrificati, poi uno dei due lentamente apre lo zaino e tira fuori le scarpe da ginnastica:
"Sei pazzo? Pensi di poter correre più veloce del leone?"
"Certo che no, ma mi basta correre più veloce di te!"

☆☆☆

Un ricco proprietario terriero veneto si reca negli Stati Uniti. Durante il soggiorno nel Midwest fa amicizia con un allevatore che lo invita nel suo ranch e gli racconta:
"Io al mattino alle otto salgo in macchina, parto, vado sempre dritto senza mai svoltare, e alle quattro del pomeriggio sono ancora nelle mie terre! Incredibile, eh?"
"Oh, no!", fa l'italiano, "Anche io da giovane avevo una schifezza di macchina così!"

PASSATEMPIAMO

CRUCIVERBA



ORIZZONTALI

1. Antica leggenda
4. Tipo di pane piatto rotondo
8. La Gardner del cinema
9. Alessandria sulle targhe
11. Moneta romana del 126 a.C.
12. Ai confini della Germania
13. Paul pittore tedesco
15. L'attore Sharif (iniz.)
16. Lascia i doni nelle calze
17. Fine delle ferie
19. Fu capitale dell'impero dei Parti
20. Lode senza pari
21. Org. Non Governativa
22. Egli ... per il poeta
23. Avverbio di luogo
24. In mezzo al giardino
25. Fra i circuiti del motomondiale
27. Fanghiglia sul fondo
28. Faccende complicate
29. Chiudono domani
31. Romanzo di Stephen King
32. Strumenti musicali a corde
33. Margini, limiti estremi

VERTICALI

1. Erba aromatica
2. Grava sulle fatture
3. Due quinti della tassa
5. Prime fra gli iberici
6. Il comico Teocoli
7. Si oppongono agli assediati
9. Negli scacchi vanno per diagonali
10. Tipo di locazione finanziaria
13. Il grande Rosewall del tennis
14. Città giapponese
18. Dopo il The ... alla fine del film
20. Duetta con lei
25. Formaggio francese a pasta molle
26. Stato degli USA
30. Pizzico d'ironia
31. Filare senza fare

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

PASSATEMPIAMO

SUDOKU

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

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

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

DIANO MARINA

(Sport)

WINDFESTIVAL

(Bagni Delfino - Lungomare Italia Molo delle Tartarughe - Lungomare Carcheri) .

Il più grande expo in Italia di windsurf, surf, kitesurf, sup, giunto alla 9^ edizione! Organizzazione a cura di TF7 Open Sport Asd, in collaborazione con il Comune di Diano Marina (Assessorato allo Sport) e Gestioni Municiali Spa.

Un programma esplosivo: expo gare, esibizioni, musica, dj, feste, concerti, scuola, fitness, bikini contest, la WindRun e tanto altro.

Per maggiori info:
www.windfestival.it

Dal 03/10/19 al 06/10/19

PERINALDO

(Cultura)

INOMN-NOTTE DELLA LUNA 2019

(Osservatorio Astronomico)

Sabato 5 Ottobre in tutto il mondo viene celebrata la Notte internazionale della Luna (InOMN), evento organizzato dalla NASA per celebrare la ricerca e le missioni spaziali dedicate al nostro satellite.

Condizioni meteorologiche permettendo osserveremo dettagliatamente la Luna, spostandoci tra i suoi crateri, monti e mari.

Osserveremo anche Saturno, il gigante gassoso con gli anelli, stelle doppie e ammassi stellari!

Quest'anno ricorre inoltre il cinquantesimo anniversario

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

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

dell'allunaggio (1969), motivo in più per dedicare un'intera notte all'osservazione del nostro satellite. Attraverso alcune proiezioni ripercorreremo la storia dell'esplorazione spaziale e naturalmente delle missioni Apollo.
I partecipanti potranno ricevere un attestato di partecipazione alla serata InOMN (utile agli studenti per il credito formativo).
Per ulteriori informazioni e per prenotazioni www.osservatoriocassini.it
05/10/19

AIROLE

(Enogastronomia)

SAGRA DELLA LUMACA

(Salone delle Feste della Pro Loco)
Sagra della Lumaca, con pasta, rostelle salsiccia, patatine, birra e buon vino.
A seguire dalle ore 15.00 attività per bambini con la STralumaca. Allieterà la giornata il gruppo "Ambaradan".
06/10/2019 ore 12.00 - 19.00

DOLCEACQUA

(Attività all'aperto)

CACCIA AI TESORI ARANCIONI

(Piazza Garibaldi)
Partecipa da protagonista alla più grande caccia al tesoro mai vista!
Vai al punto di partenza all'interno delle fasce orarie indicate, ricevi gli indizi e inizia il percorso che ti condurrà alla scoperta non solo di luoghi, ma anche di persone, tradizioni e sapori di Dolceacqua.
Per l'occasione saranno aperti alcuni spazi solitamente chiusi al pubblico.
PUNTO DI PARTENZA: piazza Garibaldi
ORARI ENTRO I QUALI EFFETTUARE LA CACCIA AI TESORI: dalle ore 10 alle ore 13.
La partecipazione è gratuita e aperta a tutti, previa registrazione online.
www.dolceacqua.it
06/10/2019 ore 10.00 - 13.00

SANREMO

(Sport)

7° GP HANDBIKE CITTÀ DI SANREMO

(Ritrovo: Pian di Poma)
Gara nazionale di ciclismo categoria handbike, finale del Circuito Europeo EHC - Circuito cittadino, formula 1 ora + 1 giro per tutte le divisioni maschili e femminili come da regolamento federale.
Programma della manifestazione:
Ore 10.30 Ritrovo presso pista Atletica – Pian di Poma
Ore 11.00 - 12.30 Verifica licenze e punzonature
Ore 11.30 - 12.30 Pranzo
Ore 13.00 Riunione Tecnica
Ore 13.30 Trasferimento presso Vecchia Stazione Sanremo Apertura Circuito Riscaldamento - Giro di ricognizione
Ore 14.30 Partenza gara
Ore 16.30 Fine gara
Ore 17.00 Premiazioni
06/10/2019 ore 10.30

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

TAGGIA

(Motociclismo)

30° MOTOGIRO DELLA STREGA

(Taggia)

Siamo arrivati alla TRENTESIMA edizione del Motogiro della Strega, la manifestazione che chiude la stagione a due ruote nel Ponente Ligure...
Partenza come sempre da Taggia e, attraverso splendidi panorami tra ulivi, castagni, antichi borghi & curve, arrivo nuovamente sul lungomare di Ospedaletti, dove verrà servito il pranzo preparato dal Descu Spiaretè in collaborazione col Comitato Circuito Storico e con l'X Rally Team Sanremo.
06/10/2019 dalle ore 8.30

SANREMO

(Cultura)

MARTEDÌ LETTERARI

(Teatro dell'Opera del Casinò)

Nell'ambito del ciclo:"La cultura della Legalità", Edmondo Bruti Liberati presenta il libro "Magistratura e società nell'età Repubblicana".
Partecipa la dott.ssa Grazia Pradella, Procuratore Aggiunto di Imperia.
08/10/2019 ore 16.30

SANREMO

(Musica)

"GRAN CONCERTO PER SANREMO"

(Teatro dell'Opera del Casinò)

Direttore: GRIGOR PALIKAROV
Pianoforte: CONGYU WANG
Programma:
ROBERT SCHUMANN
CONCERTO in La Minore Op. 54 per Pianoforte e Orchestra
JOHANNES BRAHMS
SINFONIA N. 3 in Fa Maggiore Op. 90
INGRESSO UNICO: Euro 5,00
(Speciale Festività di San Romolo)
10/10/2019 ore 17.00

MONTEGROSSO PIAN LATTE

(Enogastronomia)

FESTA DELLA CASTAGNA

(Vie del paese)

50° Festa della Castagna di Montegrosso Pian Latte.
Tre giorni all'insegna della valorizzazione delle antiche tradizioni tramandate fino ad oggi dagli artigiani che saranno presenti a Montegrosso nei tre giorni di festa. Un unico filo conduttore: sua maestà la Castagna, che potrete degustare in varie ricette preparate con cura dai volontari del paese.
Dal 11/10/2019 al 13/10/2019

VENTIMIGLIA

(Attività ricreative)

CORSA COLORATA - COLOR VIBE

(Belvedere Resentello, lungomare di Ventimiglia)

Il 12 ottobre 2019 Ventimiglia ospiterà la prima edizione della Color Vibe in provincia di Imperia, l'evento più colorato e divertente della Liguria!
Nuova Location e tante novità

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

aspettano i partecipanti per questa nuova edizione che arriva per celebrare nel modo migliore la fine del tour 2019!
Location Vibe Village: Belvedere Resentello, lungomare di Ventimiglia (IM)
L'evento prende il nome da VIBE: sensazione, emozione, vibrazione, sintonia ed energia. Un vero e proprio inno al divertimento aperto a tutti: non ci sono limiti di età. Il percorso lungo 5 chilometri si può percorrere camminando, correndo, saltando, in avanti, all'indietro, ballando. Non è una gara, ma una festa ed un modo alternativo per divertirsi e passare una giornata in allegria con amici, parenti, colleghi e l'importante è divertirsi.
Al pronti-via la Color Vibe scatterà... in bianco (t-shirt inclusa nell'iscrizione) per far risaltare meglio il colore che, ad ogni chilometro percorso, sarà "sparato" sui partecipanti al Vibe Point.
Tagliato il traguardo, grande festa nel cuore del Vibe Village: ogni concorrente avrà a disposizione una bustina di colore da poter utilizzare e, seguendo il ritmo dello speaker ufficiale, ogni 15 minuti circa ci sarà un magico "lancio collettivo".
Apertura Vibe Village: ore 11
Animazione/ riscaldamento: dalle ore 15
Start: ore 16
Color Party: dalle 16.30
QUOTE D'ISCRIZIONE
- Under 5 (nati dopo 01/01/14): gratis
- Bambini (nati dopo 01/01/05):12 Euro
- Team (minimo 4 persone, quota a testa):12 Euro - Individuale (fino a 3 persone): 14 Euro
- Family (2 adulti + 1 bambino): 38 Euro
IL GIORNO DELL'EVENTO - 12 OTTOBRE
- Under 5 (nati dopo 01/01/13): 5 Euro
- Smart (no t-shirt): 13 Euro
- Bambini (nati dopo 01/01/04):15 Euro
- Team (minimo 4 persone, quota pro capite):15 Euro - Individuale (fino a 3 persone): 17 Euro
- Family (2 adulti + 1 bambino): 47 Euro
info: www.colorvibe.it/localita/ventimiglia19
12/10/19 dalle ore 11.00

DIANO MARINA

(Sport)

3° MEMORIAL GIACOMO DENEGRI

GARA DI SURFCASTING A COPPIE

(Campo gara Alassio)
L'A.s.d. Lampa Longu Dianese organizza la 3^ edizione del Memorial Giacomo Denegri, gara di surfasting a coppie in programma nel campo gata di Alassio.
lampa.longu.dianese@gmail.com
12/10/19

OSPEDALETTI

(Raduni)

RIEVOCAZIONE STORICA AUTO

(C.so Regina Margherita e Circuito)
"Trofeo Internazionale Atomobilistico Sanremo - Autodromo di Ospedaletti
- Prima Rievocazione storica

JS Junior SOCCER
ASD JUNIOR SOCCER
info@juniorsoccer.it
www.juniorsoccer.it

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

Automobilistica.
Il programma di questa manifestazione si svolgerà su due giorni:
Sabato 12 OTTOBRE
Ore 8,30-12,30 accredito partecipanti
Ore 15,00 concorso di eleganza statico (una giuria di qualità valuterà le macchine nelle postazioni assegnate)
Ore 18,00 talk-show
Ore 20,00 cena di gala con premiazione concorso di eleganza
Domenica 13 OTTOBRE
Orario partenze MATTINO:
h 8,45 apertura manifestazione
h 9,00 partenza 1^ batteria
h 9,45 partenza 2^ batteria
h 10,15 partenza 3^ batteria
h 11,00 partenza 4^ batteria
h 11,45 partenza 5^ batteria
h 12,15 arrivo ultima batteria e pausa pranzo
Orario partenze POMERIGGIO:
h 13,30 ripresa della manifestazione con partenza 1^ batteria pomeridiana h 14,15 partenza 2^ batteria
h 15,00 partenza 3^ batteria
h 15,45 partenza 4^ batteria
h 16,30 partenza 5^ batteria
h 17,00 arrivo ultima batteria
L'ordine di partenza sarà fornito al momento dell'accredito il sabato mattina.
Alla fine della manifestazione saluti e arrivederci al 2021.
Il programma potrebbe subire variazioni non dovute a nostra volontà.
12/10/19 e 13/10/19

CAMPOROSSO
(Sport)
2^ #STRACAMPOROSSO
(Palatenda di Bigauda)
Gara di corsa non competitiva su 7,5 km, organizzata da ACEB - Associazione Culturale Eventi Benefici e patrocinata dalla città di Camporosso.
Raduno e iscrizioni ore 8:00 presso il Palatenda di Bigauda a Camporosso
Rinfresco e premiazione a fine corsa
Omaggio a tutti i partecipanti
Regolamento, premi e percorso su www.aceb-ets.com/eventi
Iscrizione Euro 10,00
L'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali danni a persone, animali o cose, prima, durante e dopo la manifestazione.
13/10/19 ore 8.00

SANREMO
(Musica)
"DUE MUSICISTI ALL'APICE DELLA CARRIERA"
(Teatro dell'Opera del Casinò)
Direttore: SZYMON MAKOWSKI
Duo Clarinetti: ALEXANDER E DANIEL GURFINKEL
Programma:
FRANZ KROMMER
Concerto N° 2 in Mi bemolle Maggiore Op. 91per due Clarinetti
CAMILLE SAINT-SAËNS
INTRODUZIONE E RONDÒ CAPRICCIOSO Op. 28
per due Clarinetti e Orchestra
(Arrangiamenti: Rafael Feigelson)

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

GABRIEL FAURÉ
- PAVANA Op. 50
- MASQUES ET BERGAMASQUES – Suite Op. 112
Biglietto individuale a partire da Euro 16.
17/10/2019 ore 17.00

SANREMO

(Musica)

TENCO 2019 - 43ª RASSEGNA DELLA CANZONE D'AUTORE

(Teatro Ariston)
Rassegna della canzone d'Autore che è arrivata alla sua 43a edizione.
Il programma si articola in 3 serate.
Presentatori: Antonio Silva e Morgan.
Programma completo sul sito del Teatro Ariston.
www.aristonsanremo.com
Dal 17/10/2019 al 19/10/2019
ore 21.00

DIANO MARINA

(Mostre & Esposizioni)

LO SFILABAU - 1^ EDIZIONE

(Viale Kennedy)
La Lega Nazionale per la difesa del cane – Sezione di Imperia, in collaborazione con le attività di Viale Kennedy di Diano Marina, organizza la 1^ edizione dell'evento benefico denominato "Sfilabau", con ospiti i cani del Canile di Imperia in cerca di nuova famiglia.
Il ricavato delle iscrizioni (offerta libera) sarà interamente devoluto alla Lega Nazionale per la difesa del cane – Sezione di Imperia. Presenta Gianni Rossi.
Ingresso a offerta libera
19/10/19 dalle ore 9.30

PAIROLA (SAN BARTOLOMEO AL MARE)

(Feste Popolari)

ASPETTANDO HALLOWEEN

(Pairola fraz. San Bartolomeo al Mare)
A Pairola, frazione di San Bartolomeo al Mare, percorso itinerante con mercatino artigianale, truccabimbi, mago, ballo country, pompieropoli, battesimo della sella e corteo medievale.
* SABATO 19 OTTOBRE
- dalle 10 alle 18: PERCORSO ITINERANTE "ALLA RICERCA DELLA GROTTA MAGICA" con enigmi e prove da superare. Prima del percorso, sarà possibile iscriversi al concorso "LA MASCHERA PIÙ PAUROSA" (sarà premiata anche quella PIÙ SIMPATICA).
- dalle 12: Frittelle Zombie
- dalle 17: Aperitivo della Strega
* DOMENICA 20 OTTOBRE
- dalle 10 alle 18:
PERCORSO ITINERANTE "ALLA RICERCA DELLA GROTTA MAGICA" con enigmi e prove da superare.
- dalle 12: Frittelle Zombie
- alle 14: Testimonianza "IL LINFOMA DI HODKING" - a seguire: ASTA DELLE TORTE
Il ricavato sara' devoluto a un ospedale pediatrico.
In caso di maltempo l'evento sara' posticipato al 26-27 ottobre.
19/10/19 e 20/10/19 dalle ore 10.00

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

PORNASSIO

(Feste popolari)

FESTA DELLA VENDEMMIA

(Vie del paese)
Sabato 20 Ottobre a Pornassio torna la "Festa della Vendemmia", un evento che racchiude gastronomia, salute e divertimento, per passare una giornata in compagnia di amici e buon cibo.
20/10/2019

SANREMO

(Musica)

"I MIGLIORI ALLIEVI DEL M° UTO UGHI"

(Teatro dell'Opera del Casinò)
Direttore: MATTEO PARMEGGIANI
Violini solisti: Migliori Allievi Masterclass (Uto Ughi)
Programma:
GIUSEPPE TARTINI
IL TRILLO DEL DIAVOLO
PABLO DE SARASATE
ZINGARESCA Op. 20
JOHANN SEBASTIAN BACH
CONCERTO in Re Minore BWV 1043 per due Violini e Archi
WOLFGANG AMADEUS MOZART
SINFONIA N. 39 in Mi bemolle Maggiore K. 543
Biglietto individuale a partire da Euro 16.
24/10/2019 ore 17.00

SANREMO

(Musica)

FIORELLA MANNOIA PERSONALE TOUR

(Teatro Ariston)
Il nuovo tour di Fiorella Mannoia per presentare PERSONALE il nuovo progetto discografico.
www.aristonsanremo.com
24/10/2019 ore 21.15

SANREMO

(Musica)

"IL GATTO CON GLI STRADIVARI"

(Teatro dell'Opera del Casinò)
Direttore: ANDREA ODDONE
Attore: NICOLA OLIVIERI
Programma:
WOLFGANG AMADEUS MOZART
- LE NOZZE DI FIGARO – Ouverture K. 492
- EINE KLEINE NACHTMUSIK – Serenata in Sol Maggiore K. 525 per Archi
LUDWIG VAN BEETHOVEN
SINFONIA N. 6 in Fa Maggiore Op. 68 (Pastorale)
Risveglio di liete impressioni all'arrivo in campagna
FRANZ JOSEPH HAYDN
SINFONIA N. 45 in Fa diesis Minore (Gli Addii)
Biglietto individuale a partire da Euro 16.
31/10/2019 ore 15.00

CERVO

(Visite guidate)

LE MERAVIGLIE DI CERVO

(Teatro Ariston)
Itinerario didattico alla scoperta delle ricchezze storico-artistiche del Borgo e visita al Polo culturale Castello dei Clavesana (biglietto d'ingresso al Museo Euro 2)
Il ritrovo è ai piedi del Borgo (Via Aurelia, fermata autobus RT) alle ore 16.00. In collaborazione con la Cooperativa Culturale A.R.C.A.

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

PARTECIPAZIONE GRATUITA
Per informazioni:
Polo Culturale Castello dei Clavesana, P.zza S. Caterina 2, 18010 Cervo(IM)
tel. 0183.406462 int.3; 338.6115007;
infocervo@cervo.com
Le attività didattiche sono curate dalla Cooperativa Culturale A.R.C.A.
31/10/2019 ore 16.00

SANREMO

(Musica)

HERBIE HANCOCK

(Teatro Ariston)
La leggenda vivente del jazz Herbie Hancock sarà protagonista del Festival Internazionale UnoJazz&Blues, giovedì 31 ottobre al Teatro Ariston di Sanremo. A sessant'anni dal suo debutto Herbie Hancock rimane dove è sempre stato: all'avanguardia della cultura mondiale, della tecnologia, degli affari e della musica. Oltre ad essere riconosciuto come leggendario pianista e compositore, Herbie Hancock è stato parte integrante di ogni movimento musicale popolare dagli anni '60.
www.aristonsanremo.com
31/10/2019 ore 21.15

TRIORA

(Feste popolari)

HALLOWEEN A TRIORA

(Vie del paese)
Triora, antico borgo delle streghe, si trasforma per una notte nella capitale dell'orrore!
Bancarelle di magia, dove trovare pozioni magiche, e teschi; fattucchiere che ti leggono il futuro con i tarocchi o esaminandoti la mano; e ancora, zombie e mostri di ogni genere che invadono le trade del paese… Insomma, una grande festa in maschera all'aperto che richiama ogni anno migliaia di persone da tutta Italia.
Un weekend caratterizzato da eventi per bambini ma non solo, tra leggende e spettacoli che hanno come culmine la notte di Ognissanti: il tranquillo paese si trasforma in un vero e proprio contest di maschere dedicate ai personaggi cult del cinema e della letteratura horror.
Dal 31/10/2019 al 01/11/2019

GLI EVENTI NON FINISCONO QUI!

CONSULTA IL NOSTRO SITO

WWW.SPAESATO.IT

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

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

TRIORA

(Feste popolari)

HALLOWEEN A TRIORA

(Vie del paese)

Triora, antico borgo delle streghe, si trasforma per una notte nella capitale dell'orrore!

Bancarelle di magia, dove trovare pozioni magiche, e teschi; fattucchiere che ti leggono il futuro con i tarocchi o esaminandoti la mano; e ancora, zombie e mostri di ogni genere che invadono le trade del paese… Insomma, una grande festa in maschera all'aperto che richiama ogni anno migliaia di persone da tutta Italia.

Un weekend caratterizzato da eventi per bambini ma non solo, tra leggende e spettacoli che hanno come culmine la notte di Ognissanti: il tranquillo paese si trasforma in un vero e proprio contest di maschere dedicate ai personaggi cult del cinema e della letteratura horror.

Dal 31/10/2019 al 01/11/2019

SANREMO

(Danza)

CENERENTOLA

(Teatro Ariston)

Balletto in due atti su musica di Gioachino Rossini - Coreografia e regia Giorgio Madia • Scenografie e costumi Cordelia Matthes - L'esclusiva versione creata da Giorgio Madia per il Balletto di Milano è in scena con grande successo dal 2011. Produzione che ha vinto importanti riconoscimenti internazionali tra cui il prestigioso Gold Critics Award, Cenerentola ha conquistato migliaia

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

di spettatori soprattutto per la genialità della messinscena: dal controluce iniziale che spiega come Cenerentola si ritrovi a vivere con matrigna e sorellastre, alla tappezzeria della casa identica agli abiti di Cenerentola per sottolinearne lo status all'interno della famiglia, alla carrozza con i suoi cavalli danzanti, alla fata sbadata e sensuale, fino al principe, naturalmente azzurro. Spassosissimo il trio en travesti Matrigna/Sorellastre: incredibili gag si susseguono dall'inizio alla fine trascinando il pubblico in immancabili applausi a scena aperta.
02/11/2019 ore 20.30

IMPERIA

(Enogastronomia)

OLIOLIVA 2019

(Centro storico e Calata G. B. Cuneo)
Splendide giornate nell'incanto dei borghi dell'entroterra con itinerari in un abbraccio di storia, cultura, tradizione ed enogastronomia. OliOliva è un'opportunità per coniugare arte, divertimento e turismo con la cucina locale e le ricette tipiche, impreziosite dall'extravergine delle vallate imperiesi. Assaggi, degustazioni, visite ad aziende, frantoi, botteghe artigiane, chiese, monumenti, ristoranti e osterie tipiche incastonate nello straordinario paesaggio della Liguria di altri tempi. Un'occasione per andare alla scoperta di un territorio che si offre all'ospite italiano e straniero in un insieme di inquadrature mozzafiato. Sarà possibile coglierne le bellezze naturali ed artistiche e, naturalmente, concedersi il piacere di gustare la genuinità dei prodotti tipici, in un clima di allegra spensieratezza nei paesi in cui l'olio si produce.
Dal 08/11/2019 al 10/11/2019

SANREMO

(Musica)

FRANCESCO RENGA - L'ALTRA METÀ TOUR

(Teatro Ariston)
Il nuovo tour di Francesco Renga per presentare il suo nuovo disco di inediti "L'altra metà", composto da 12 brani dal sound e dal linguaggio contemporaneo. Il nuovo album rappresenta l'altra metà della vita, della storia, della musica di Francesco Renga: un altro capitolo, caratterizzato da nuove consapevolezze e forme, sonore e linguistiche.
08/11/2019 ore 21.15

SANREMO

(Teatro)

E' QUESTA LA VITA CHE SOGNAVO DA BAMBINO?

(Teatro Ariston)
Luca Argentero racconta le storie di grandi personaggi dalle vite straordinarie che hanno inciso profondamente nella società, nella storia e nella loro disciplina. Raccontati sia dal punto di vista umano che sociale. Luisin Malabrocca, Walter Bonatti e Alberto Tomba, tre sportivi italiani che hanno fatto sognare, tifare, ridere e commuovere varie generazioni di italiani. Luisin Malabrocca, "l'inventore"

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

della Maglia Nera, il ciclista che nel primo Giro d'Italia dopo la guerra si accorse per caso che arrivare ultimo, in una Italia devastata come quella del '46, faceva molta simpatia alla gente: riceveva salami, formaggi e olio come regali di solidarietà. Automaticamente attirò anche l'attenzione di alcuni sponsor, fino a farlo guadagnare di più l'arrivare ultimo che tentare la vittoria. Walter Bonatti, l'alpinista che dopo aver superato incredibili sfide con la roccia, il clima e la montagna, scoprì a sue spese che la minaccia più grande per l'uomo è l'uomo stesso; eppure la grande delusione del K2 lo ha spinto ancora più in là a mettersi alla prova in nuove sfide in solitaria, per trovare la cosa più importante della vita: se stesso. Alberto Tomba, il campione olimpico che ha fermato il Festival di Sanremo con le sue vittorie. Uno dei più grandi campioni della storia dello sci che ha radunato intorno alle sue gare tutta la nazione, incarnando la rinascita italiana degli anni '80. Tre personaggi accomunati da una sola caratteristica, essere diventati, ognuno a modo proprio, degli eroi.
17/11/2019 ore 21.15

SANREMO

(Teatro)

SENTO LA TERRA GIRARE

(Teatro Ariston)

Dopo il successo della scorsa stagione, Teresa Mannino torna con il suo nuovo spettacolo Sento la terra girare ispirato sempre alla sua amata Sicilia. Teresa vive

chiusa in un armadio da mesi e anni. Un giorno decide di uscire, ma scopre che il mondo sta cambiando in modo radicale e velocissimo e che addirittura l'asse terrestre sta variando. Nel mare ci sono più bottiglie di plastica che pesci, sulle spiagge più tamarri che paguri. Fuori dall'armadio il mondo va a rotoli, rotoli di carta igienica e le possibili soluzioni non sembrano risolvere il problema, ma anzi complicano solo la vita. Teresa allora decide di ritornare nell'armadio, ma ormai neppure quello è più lo stesso.
26/11/2019 ore 21.15

GLI EVENTI NON FINISCONO QUI!
CONSULTA IL NOSTRO SITO
WWW.SPAESATO.IT

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

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

SANREMO

(Musica)

ATOM HEART MOTHER TOUR 2019

(Teatro Ariston)

MENTI ASSOCIATE presenta PINK FLOYD LEGEND "ATOM HEART MOTHER Tour"
Un ensemble di 100 artisti per la messa in scena del capolavoro pinkfloydiano. I Pink Floyd Legend arrivano a Sanremo con il concerto-evento che ha incassato il tutto esaurito in ogni sua data. Dopo un primo set in cui suoneranno nella loro classica formazione alcuni tra i più grandi successi del gruppo britannico, riproporranno l'esecuzione integrale della celebre suite accompagnati dal Legend Choir & Orchestra, un ensemble di oltre cento elementi tutti diretti dal Maestro Giovanni Cernicchiaro. La realizzazione di Atom Heart Mother dal vivo è una produzione unica e speciale: dal 2012 i Pink Floyd Legend, infatti, sono i soli ad eseguire la lunga suite nella versione integrale accompagnati, come nell'originale, da Coro e Orchestra, registrando ogni volta il "sold out".
05/12/2019 ore 21.15

SANREMO

(Musica)

NEK LIVE

(Teatro Ariston)

NEK Filippo Neviani torna in concerto per presentare dal vivo i brani del nuovo album e le hit che in oltre venticinque anni di carriera hanno conquistato il pubblico di tutto il mondo.
08/12/2019 ore 21.15

SANREMO

(Teatro)

TILT

(Teatro Ariston)

LE CIRQUE WORLD'S TOP PERFORMERS, la compagnia formata dai migliori artisti del Nouveau Cirque e provenienti dal Cirque du Soleil, presenta uno show inedito, dove in un mondo parallelo puoi vivere la vita che sogni, ma dove tutto ciò che accadrà è reale. Per il pubblico sarà un'esperienza davvero unica ed indimenticabile. Uno spettacolo di 90 minuti senza interruzioni e senza usare animali. Un mondo dove tutto quello che accade è virtuale, si perde il senso di ciò che è vero, reale e tangibile. Infatti, alla fine per quanto possa sembrare fantastico e perfetto, questo mondo implode e va in TILT, ed è questo che ha ispirato il titolo dello spettacolo.
Dal 13/12/2019 al 15/12/2019 ore 21.15

SANREMO

(Musica)

WE WILL ROCK YOU

(Teatro Ariston)

We Will Rock You, la "rock opera" con i successi dei Queen torna in teatro. Lo spettacolo originale è stato scritto e prodotto da Ben Elton, in collaborazione con Roger Taylor e Brian May. Le musiche e le canzoni sono quelle originali, cantate ed eseguite rigorosamente dal vivo da un'eccezionale band formatasi per l'occasione.
21/12/2019 ore 21.15

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

DIANO GORLERI
(Religiosi)
VEGLIA DI NATALE 2019
(Chiesa Parrocchiale di San Nicola)
Nella frazione di Diano Gorleri S. Messa di Natale e al termine della celebrazione, nella piazza antistante la Chiesa Parrocchiale di San Nicola, tradizionale falò e scambio di auguri con panettone, cioccolata calda, vin brulè e spumante offerti dal Circolo Ricreativo Gorlerese.
24/12/19 ore 21.30

DIANO CALDERINA
(Religiosi)
VEGLIA DI NATALE 2019
(Chiesa Parrocchiale di San Giacomo)
Nella frazione di Diano Calderina S. Messa di Natale cantata e al termine della celebrazione, nella piazza antistante la Chiesa Parrocchiale di San Giacomo, scambio di auguri con distribuzione di panettone, cioccolata calda, vin brulè e grappa offerti dal Circolo Amici di Calderina e Muratori e dal Gruppo Alpini di Diano Marina.
24/12/19 ore 22.00

DIANO MARINA
(Fiere & mercati)
"SAPORI E TRADIZIONI ASPETTANDO L'ANNO CHE VERRÀ"
(Vie del centro cittadino)
Dalle ore 9,00 per tutta la giornata Diano Marina sarà piena di colore e animata da stand di prodotti tipici e hobbistica, musica e animazione per bambini, organizzazione a cura dell'Associazione Vivi Diano Marina con Noi.
Ingresso libero.
28/12/19 e 29/12/19
dalle ore 09.00 alle 20.00

GENNAIO

DIANO MARINA
(Sport)
"LA 5 MIGLIA DELLA BEFANA" - 4^ EDIZIONE
(Partenza e arrivo in Piazza Martiri della Libertà)
Corsa non competitiva per le vie cittadine di Diano Marina, aperta a tutti, podisti e non, bambini, BEFANE, cani passeggini ecc ecc...., organizzata da Cristian Mallardo in collaborazione con la Pol. Dil. Dianese & Golfo 1923, Amici di Michael, Croce Rossa Italiana - Comitato di Diano Marina.
Runner: 5 miglia (8 km circa)
Family Run: 5 km circa
ore 7,30 - 9,00 (iscrizioni)
ore 09,40 ("Baby Run")
ore 10,30 (partenza corsa/camminata)
Evento a scopo benefico.
Costo iscrizione singola e nucleo familiare: Euro 10,00
A fine gara ricco ristoro.
06/01/2020

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

IL PRESEPIO AL MONTE

Il **Santuario di Santa Croce in Monte Calvario**, sede della **Confraternita della Santissima Trinità** di Imperia - Porto Maurizio, ospita da molti anni il tradizionale **Presepio al Monte**.

Una delle sue numerose peculiarità è la presenza dei famosi Santons habillés, statue in terracotta nate in Francia all'inizio del XIX secolo e vestite con particolari stoffe pregiate e tipiche della zona della Provenza (la collezione dei Santons del Presepio al Monte, che prevede già più di 70 pezzi, viene arricchita ogni Natale con l'acquisto di nuovi personaggi).

Da questo Natale 2019 si potranno ammirare le **nuove vesti della Sacra Famiglia** nonchè i **nuovi mantelli dei Re Magi**, confezionati artigianalmente con accurata devozione, utilizzando tessuti ricercati di grande pregio.

Per il presepio viene pensata ad ogni allestimento un'ambientazione del tutto originale, pensando ai borghi liguri; il tutto è arricchito da dettagli e particolari collocati nelle dimore, nelle botteghe e nei laboratori artigiani. Molti sono infatti i mestieri riprodotti: la tipica donna ligure

IL PRESEPIO AL MONTE

che vende la panissa fritta, il frantoio con la macina funzionante che frange le olive, la signora che carda la lana, il panettiere che inforna pane e pizze, la ragazza che torna da lavare ipanni al fiume, i contadini che coltivano l'orto, la vecchina ingobbita che torna dai campi, la taverna con salumi e formaggi appesi sopra la porta d'ingresso e molti altri.

La grotta della Natività è inserita al centro della scena presepiale, immersa tra le diverse attività degli abitanti del borgo, quale fulcro della vita e della società; ad essa corrisponde in cielo il coro degli angeli che volteggiando richiamano il popolo ad adorare il Re dei Re.

Un'altra particolarità del Presepio al Monte è l'utilizzo di statue in movimento, anch'esse in stile provenzale; si possono ammirare infatti il falegname, l'arrotino, l'officina dei maniscalchi, la filatrice, la donna che macina il caffè, e molti altri.

Come attività collaterale vengono organizzati i Momenti musicali del Presepio, brevi concerti di musiche natalizie che mirano ad accogliere il visitatore prima della visita al Presepio, accolti l'anno passato con caloroso successo.

Il Presepio, allestito nel coro del Santuario grazie all'ideazione e alla realizzazione da parte di GianLuca Ascheri e Raffaele Feo con l'aiuto di Marino Ascheri e Fulvia Dapretto, **sarà visitabile dal 25 Dicembre 2019 al 6 Gennaio 2020 nei giorni Festivi e Prefestivi, dalle ore 16 alle ore 19.**

Sarà possibile inoltre visitare anche il noto **museo delle Confraternite**, annesso al Santuario, insieme ad altri diorami e Presepi permanenti.

NATALE FUORI PORTA

Il Magico Paese di Natale di Govone

dal 16 Novembre al 22 Dicembre 2019

Govone, situato in provincia di Cuneo a metà strada tra Alba e Asti, è il luogo in cui oltre dieci anni fa è nato **il Magico Paese di Natale**.

MA... COSA È QUESTO "MAGICO PAESE DI NATALE"?

Il Magico Paese di Natale è un vero e proprio contenitore di eventi e iniziative in grado di coinvolgere un pubblico vario e diversificato. Ecco cosa potete trovare!

LA CASA DI BABBO NATALE

La Casa di Babbo Natale condurrà il pubblico verso nuove suggestioni. Tra Re, Regine e creature fatate si viene guidati alla scoperta di molti segreti del Natale. In questo luogo magico si avrà la fortuna di sentirsi raccontare come il bimbo Claus diventerà Babbo Natale.

IL MERCATINO DI NATALE

Il Mercatino de Il Magico Paese di Natale, con oltre 100 espositori selezionati e provenienti da tutta Italia, si estende per tutto il percorso del viale del Parco Reale, nella Piazza antistante il maniero e anche in Piazza Vittorio. Il Mercatino è sul podio tra i più grandi e importanti Mercatini di Natale in Italia.

IL PRESEPE MECCANICO

La magia del presepe prende vita!

Artigiani, pastori, pescatori, animali e contadini, animati da un complesso sistema meccanico rappresentano scene di vita comune e antichi mestieri. La realizzazione è a cura dell'associazione la Collina degli Elfi.

LE VISITE AL CASTELLO DI GOVONE

Durante tutto il periodo dell'evento sarà possibile visitare le dale del Castello Reale di Govone, sito UNESCO che, eccezionalmente, consente l'accesso durante la manifestazione, periodo nel quale rimarrebbe chiuso ai turisti.

Quando: Dal 16 Novembre al 23 Dicembre, tutti i sabati e le domeniche

Orari: Ore 10:00 – 11:15 – 14:00 – 15:15.

Biglietto: Il costo del biglietto intero è di 6 Euro a partire dai 10 anni compiuti.

Ulteriori info e programma completo degli eventi sul sito: **magicopaesedinatale.com**

PRESEPI E MESSE DELLA VIGILIA

PRESEPI

Andagna

La Magia del Presepe
VI edizione
Fino al 14 gennaio
www.andagna.it

Torrazza

Parrocchia di San Giorgio
Dal 24 dicembre
Festivi: dalle 9.00 alle 12.00
e dalle 15.00 alle 18.00

Poggi

Parrocchia Madonna della Neve
Presepe vivente itinerante nei carrugi di Poggi
24 dicembre dalle ore 21.30

Piani di Imperia

Santuario N.S. Assunta
Dal 24 dicembre
Feriali: dalle 8.00 alle 12.00
e dalle 15.00 alle 17.00
Il 24 dicembre durante la Santa Messa di Mezzanotte "Presepe Vivente"

Imperia P.M.

Basilica Concattedrale di San Maurizio
(Piazza Duomo)
Dal 24 dicembre
Feriali e festivi dalle 8.00 alle 12.00
e dalle 15.00 alle 19.00

Imperia P.M.

Frati Cappuccini - Convento di Piazza Roma
Dal 24 dicembre
Feriali e festivi dalle 8.00 alle 12.00
e dalle 15.30 alle 18.00

Imperia P.M.

Oratorio di San Pietro - Parasio
Dal 25 dicembre
Feriali: dalle 15.30 alle 19.00
Festivi: dalle 10.00 alle 12.00
e dalle 15.30 alle 19.00

Imperia P.M.

Compagnia di Via Carducci
(Via Carducci 46)
Dal 25 dicembre
Feriali: dalle 15.30 alle 18.30
Festivi: dalle 10.00 alle 12.00
e dalle 15.30 alle 18.30

Imperia P.M.

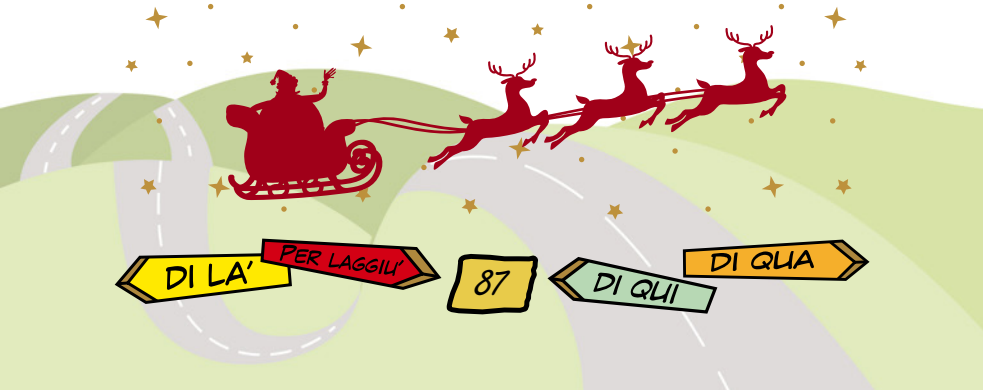
Circolo Borgo Fondura
(Via Mazzini)
Dal 24 dicembre
Feriali: dalle 15.00 alle 19.00
Festivi: dalle 10.00 alle 12.30
e dalle 14.30 alle 19.00

Imperia P.M.

Oratorio di Santa Caterina
(Via San Maurizio)
Mostra concorso di Presepi scolastici
Dal 24 dicembre
Feriali e festivi dalle 16.00 alle 18.00
chiuso il 31 dicembre

Imperia P.M.

Parrocchia di San Giuseppe
(Fondura)
Dal 24 dicembre
Feriali e festivi
dalle 8.00 alle 12.00
e dalle 16.00 alle 19.00



PRESEPI E MESSE DELLA VIGILIA

Imperia P.M.

Parrocchia San Benedetto Revelli
(Borgo Cappuccini)
Dal 24 dicembre
Feriali: dalle 16.00 alle 18.30
Festivi: dalle 9.00 alle 12.00
e dalle 16.00 alle 18.00

Imperia P.M.

Santuario di Santa Croce - Monte Calvario - Confraternita SS Trinità
Dal 25 dicembre 18 al 6 gennaio 2019
Prefestivi e Festivi: dalle 16.00 alle 19.00
(v. articolo a pagg. 82-83)

Imperia P.M.

Chiesa Ave Maris Stella
(Borgo Marina)
Dal 24 dicembre
Feriali e festivi: dalle 8.15 alle 12.00

Imperia Oneglia

Oratorio Chiesa Parrocchiale di Sant'Agata
Presepe tradizionale animato e con suggestivo effetto giorno/notte
Dal 24 dicembre
Feriali: dalle 14.00 alle 19.00
Sabato e Festivi: dalle 9.00 alle 12.15
e dalle 14.00 alle 19.00

Imperia Oneglia

Parrocchia Sacra Famiglia
Dal 24 dicembre
Feriali: dalle 9.00 alle 11.30
e dalle 15.30 alle 19.00
Festivi: dalle 9.00 alle 12.00
e dalle 15.00 alle 19.00

Imperia Oneglia

Parrocchia di Cristo Re
(Borgo S. Moro)
Dal 24 dicembre
Feriali: dalle 15.00 alle 17.30
Festivi: dalle 10.30 alle 12.00
e dalle 15.00 alle 19.00

Imperia Oneglia

Collegiata Insigne di S. Giovanni Battista
(Piazza San Giovanni)
Dal 24 dicembre
Feriali e Festivi: dalle 8.00 alle 12.00
e dalle 16.00 alle 19.00
Il 24 dicembre alle ore 23.30 "Veglia" in preparazione alla S. Messa di Mezzanotte

Imperia Oneglia

Chiesa SS. Annunziata - Padri Minimi
(Piazza Ulisse Calvi)
"Presepi dal Mondo"
Dal 16 dicembre al 31 gennaio
Feriali e Festivi: dalle 15.30 alle 18.30

Imperia Oneglia

Chiesa di N.S. di Loreto - Confraternita di S. Martino
(Borgo Peri)
Dal 25 dicembre
Feriali e Festivi: dalle 10.00 alle 12.00
e dalle 15.00 alle 18.00

Costa d' Oneglia

Parrocchia S. Antonio Abate
Dal 25 dicembre
Feriali: dalle 15.00 alle 19.00
Domeniche e Festivi: dalle 10.00 alle 12.00
e dalle 15.00 alle 19.00
Il 24 dicembre alle 22.45 "Rito della

PRESEPI E MESSE DELLA VIGILIA

Luce" in preparazione della Sanra Messa di Mezzanotte.

Cascine d'Oneglia
Chiesa di San Luca
Dal 25 al 27 dicembre
e dal 01 al 11 gennaio
dalle 15.30 alle 18.30

Imperia Oneglia
Presepe privato
(Salita Ardoino 8/A)
Presepe animato, suggestivo effetto giorno/notte
Dal 25 dicembre
Feriali: dalle 15.00 alle 18.30
Sabato e Festivi: dalle 9.30 alle 12.00 e dalle 15.00 alle 18.30

Imperia Oneglia
Sede Alpini
(Piazza Ulisse Calvi)
Presepe artistico
Dal 25 dicembre al 8 gennaio
Tutti i giorni dalle 10.00 alle 12.00 e dalle 16.00 alle 18.00

Imperia P.M.
Museo del Presepe - Pinacoteca Civica
(Piazza Duomo)
Ingresso a pagamento
Dal 22 dicembre
Tutti i giorni, dalle 16.00 alle 19.00

Diano San Pietro
Presepe
(Via Giosuè Carducci)
La piccola comunità Parrocchiale di Torre Paponi crea un bellissimo presepe tradizionale nei fondi della casa canonica
dal 24 dicembre a fine gennaio

MESSE DELLA VIGILIA

Triora
Vigilia del Santo Natale
(Piazza Reggio)
Falò ed arrivo di Babbo Natale con la slitta carica di doni
24 dicembre - ore 18.00

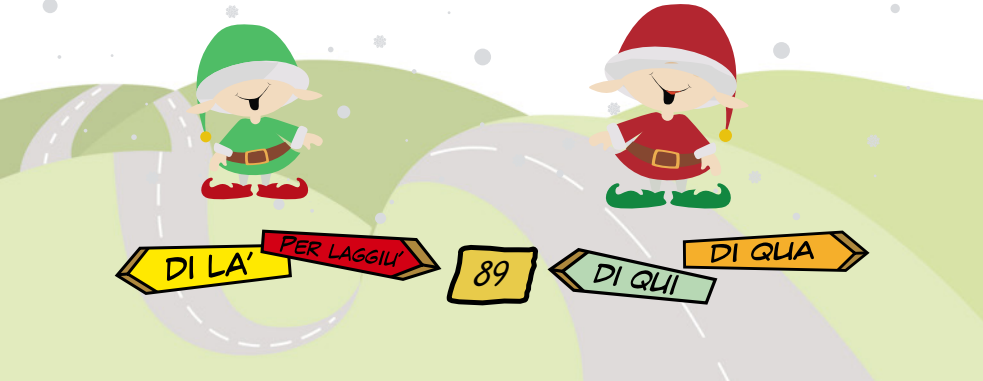
Andagna
Vigilia del Santo Natale
(Piazza della chiesa)
Ore 21.00 accensione del tradizionale "ousu" (falò) nella piazza della chiesa;
Ore 22.00 S. Messa di Natale e a seguire cioccolata calda e panettone per tutti i partecipanti!
24 dicembre

Apricale
Notte di Natale
(Piazza Vittorio Emanuele II)
Falò in piazza
Dal 24 dicembre al 6 gennaio

Aurigo
Santa Messa di Natale
(Piazza del paese)
Dopo la mezza di mezzanotte cioccolata calda in piazza.
24 dicembre

Piani di Imperia
Santa Messa di Natale
(Chiesa e oratorio parrocchiale)
A seguire cioccolata calda, panettone e vin brulè.
24 dicembre - ore 23.50

Valloria
Santa Messa della Vigilia
A seguire cioccolata calda e panettone per tutti con visita al



PRESEPI E MESSE DELLA VIGILIA

presepio. A cura dell'Ass. Amici di Valloria. Per info: tel. 0183 282396
24 dicembre

Cipressa

Santa Messa della Vigilia
(Parrocchia di Cipressa)
Dopo la messa cioccolata e panettone per tutti.
24 dicembre

Piani di Cipressa

Santa Messa della Vigilia
(Parrocchia di Piani di Cipressa)
Dopo la messa cioccolata e panettone per tutti.
24 dicembre

Lingueglietta

Santa Messa della Vigilia
(Parrocchia di Lingueglietta)
Dopo la messa cioccolata e panettone per tutti.
24 dicembre

Ceriana

Notte di Natale
Cioccolata calda offerta dal gruppo Alpini
24 dicembre

Diano San Pietro

Notte di Natale
(Chiesa di San Pietro)
Cioccolata calda , panettone, vin brulé
24 dicembre

Diano Marina

Notte di Natale
(Piazza Martiri della Libertà)
Cioccolata calda , panettone, vin brulé
24 dicembre

San Bartolomeo al Mare

Notte di Natale
(N.S. della Neve loc. Pairola - Chiesa SS Giacomo e Mauro loc. Chiappa - Sanruario N.S. della Rovere)
Cioccolata calda, panettone, vin brulé
24 dicembre

Santo Stefano al Mare

Notte di Natale
(Piazza della Chiesa)
Cioccolata calda, panettone, vin brulé
24 dicembre

Carpasio

Notte di Natale
Distribuzione di castagne con il latte
24 dicembre

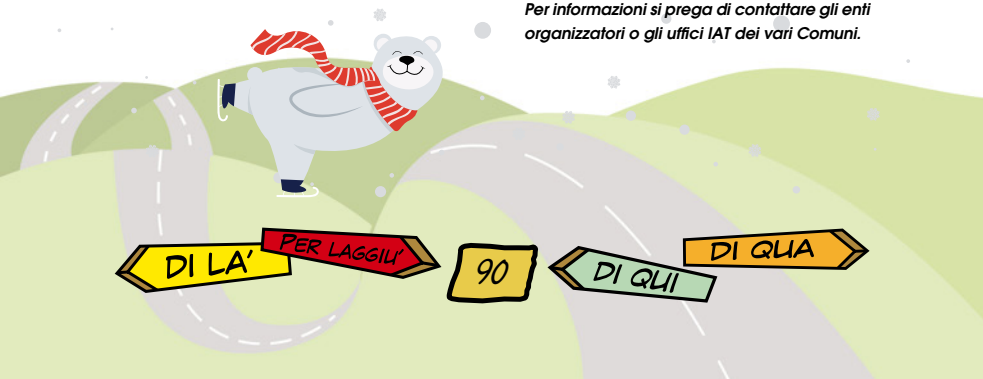
Cervo

Notte di Natale
(Piazzale della Chiesa dei Corallini)
Cioccolata calda , panettone, vin brulé
24 dicembre

Perinaldo

Santa Messa della Vigilia
Dopo la messa di Natale, verso le ore 23.00, falò in piazza della chiesa con distribuzione cioccolata, pandoro e panettone.
24 dicembre

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



MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

DIANO MARINA

(Fiere & Mercati)

DIANO COLLEZIONA

(Via Petrarca, Via Santa Caterina da Siena)
In programma tutto l'anno, la prima domenica di ogni mese (dalle ore 08,00 alle ore 20,00), mostra mercato del collezionismo e piccolo antiquariato, nel centro cittadino, adiacente alla Piazza del Comune.Per info contattare l'Associazione La Luna nella persona di Lorenzo Coppero
email: l.coppero@tin.it

IMPERIA

(Musei)

VILLA GROCK

(Incrocio tra via Fanny Roncati Carli e via Grock)
La dimora sontuosa ed originale del più grande clown della storia "Grock", rinasce grazie ad un progetto culturale, basato sulle nuove tecnologie.
Nella Villa restaurata, è stato allestito un percorso, immersivo e magico dedicato ai professionisti del circo e, in particolare, all'arte dei clown. Vi troverete immersi in luoghi fiabeschi, vi rifletterete in specchi magici, aprirete armadi delle meraviglie, fantasmi antichi appariranno dal nulla.
Nel mese di Ottobre la Villa (parco e museo) è aperta:
- il lunedì con orario dalle 15.00 alle 18.00
- il mercoledì dalle 15.00 alle 18.00
- il venerdì dalle 9.00 alle 12.30.

La Villa viene aperta anche durante i giorni infrasettimanali su prenotazione esclusivamente per gruppi con un numero minimo di 10 partecipanti.
Per prenotazioni scrivere a villagrock@provincia.imperia.it

DOLCEACQUA

(Fiere e mercati)

MERCATINO DEL BIOLOGICO E DELL'ANTIQUARIATO

(Piazze e vie del paese)
Ogni ultima domenica del mese appuntamento con i prodotti naturali e locali del mercatino del biologico.
Ulteriori info: www.dolceacqua.it

VALLECROSIA

(Fiere e mercati)

MERCATINO DELL'ANTIQUARIATO

(solettone Sud)
Il primo sabato di ogni mese sul solettone Sud (copertura del torrente) mercatino dell'antiquariato.

BORDIGHERA

(Fiere e mercati)

BORDIGHERA CITTÀ D'ARTE

MERCATINO DI ANTIQUARIATO, COLLEZIONISMO E VINTAGE

(Lungomare Argentina)
Ogni prima domenica del mese si incontrano a Bordighera l'Arte, la Cultura, la Storia e la Tradizione.
Dalle 9.00 alle 17.00

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.
La chiamata è gratuita.

892 525
Infoviaggio
Informazioni sul traffico in tempo reale, percorsi e pedaggi, aree di servizio.
Servizio a pagamento, tariffe variabili secondo l'operatore.

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

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.
Chiamata gratuita.

1515
Corpo Forestale dello Stato
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.
Chiamata graguita.

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.
Chiamata Gratuita.

Alta Via dei Monti Liguri
0183 753384
Informazioni e notizie sul Parco Naturale delle Alpi Liguri.
Infopoint:
Mendatica 0183 38489 (tutto l'anno)
Pigna 0184 1928312 (stagionale)
Triora 0184 94477 (stagionale)
Rocchetta Nervina 0184 207943 (stagionale)

RT Riviera Trasporti
Sanremo 0039 0184 592711
Imperia 0039 0183 7001
Informazioni su orari, percorsi e servizi turistici delle linee urbane e extraurbane dell'imperiese.

112
NUMERO UNICO DI EMERGENZA

Carabinieri
Polizia di Stato
Vigili del fuoco
Guardia di Finanza

118 **Emergenze sanitarie**

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

UFFICI TURISTICI

IAT Ventimiglia
Lungo Roja G.Rossi – Angolo Via Roma
+39 0184 1928309
info@cooperativa-omnia.com

INFOPOINT CENTRO STORICO
Via Garibaldi, 10 – Biblioteca
+39 0184 351209

IAT Bordighera
via Vittorio Emanuele 172/174
+39 0184 262 322
iat@bordighera.it

IAT Ospedaletti
Via XX Settembre, 34
+39 0184 6822363
turismo.iat@comune.ospedaletti.im.it

IAT Sanremo
Corso Garibaldi (Palafiori)
+39 0184 580500
infopoint@comunedisanremo.it

IAT Taggia
villa Boselli - via Boselli
+39 018443733 - fax +39 018443333

IAT Riva Ligure
+39 0184 48 201 - fax +39 0184 487 700
info@comunedirivaligure.it

IAT imperia
Piazza Dante 4
+39 0183 969907
iat.imperia@gmail.com

IAT Diano Marina
piazza Dante snc
+39 327 6292339
iat@gestionimunicipali.com

IAT Cervo
piazza Santa Caterina 2
+39 0183 406462 (Comune int. 3)
infocervo@cervo.com

IAT San Bartolomeo al mare
piazza XXV Aprile 1
+39 0183 417065 - fax +39 0183 403050
turismo@sanbart.it

IAT Apricale
via Cavour, 2 (Comune)
+39 0184 208126
apricale@apricale.org

IAT Dolceacqua
Via Patrioti Martiri
+39 0184 206 666
iat@dolceacqua.it

Pornassio
Proloco - Via roma 28
proloco.pornassio@gmail.com

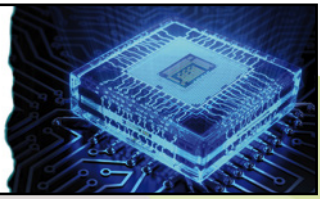
Pieve di Teco - Comune
corso Mario Ponzoni, 135
+39 0183 36313 - fax +39 0183 36315
turismo@comune.pievediteco.im.it

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

IAT Mendatica
piazza Roma, 1
+39 0183 328713
mendatica@libero.it

Alessio Murelli
Cell. 366 3842277
E-mail : info@amdassistenza.it
18100 - Imperia

AMD Assistenza



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
IMMO SANREMO - Cell. 340 8720515

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
JUNIOR SOCCER - www.juniorsoccer.it

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
VINO&PANINO - Tel. 0184 524290
BAR FIORUCCI - Tel. 0184 357133
L'OLIVAPAZZA - Tel. 0183 91174
LA LANTERNA - Tel. 0184 525916

BICICLETTE - VENDITA E RIPARAZIONI
DANYMARK - Tel. 0184 501549

CARBURANTI E LUBRIFICANTI - COMMERCIO E DISTRIBUZIONE
CUNEO LUBE - Tel. 0171 931079
ENI San Martino - Tel. 0184 576284

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
AMD Assistenza - Cell. 366 3842277

CONCESSIONARI AUTO
SANREMO MOTORI - BMW - Tel. 0184 516141
AUTO 3 SANREMO - Tel. 0184 663008

EDILIZIA
IMPRESA 360 - Cell. 339 6709546 - Cell. 338 4394772
ZUNINO PIETRE - Tel. 0184 516150

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

FIORISTI
SPINELLI - Tel. 0183 61576

FORNITURE DENTALI
RB FORNITURE DENTALI - Tel. 0183 293461

GAS - FORNITURA E IMPIANTI
AUTOGAS - Tel. 0184 476394

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

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
VIA LITTARDI 11 - Tel. 0183 652856
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. Sebastien Longieras - Tel. 0184 507733
STUDIO MEDICI ASSOCIATI - Tel. 0184 52491

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

NOLEGGIO AUTOMEZZI
LOCAUTO IMPERIA - Tel. 0183 499901
ITALNOLO SANREMO - Tel. 0184 544112

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

OREFICERIE
TADDEI - Tel. 0184 500217

PARRUCCHIERI
PRIVÈE - Cell. 329 0774532
LA BARBERIA DI SANREMO - Cell. 348 3107932

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

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

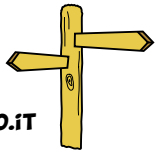
SERVIZI ECOLOGICI E SMALTIMENTI
RSE - Tel. 0184 476378

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 ***Tipografia LA COMMERCIALE*** *- Via Lamarmora, 1 - Sanremo (IM)*

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

ISCRIVITI CON NOI
www.juniorsoccer.it
info@juniorsoccer.it
LCIO SANREMO

ISOLABONA