TRIMESTRALE DI INFORMAZIONE TURISTICA

APRILE 2018

SPAESATO

ANNO VIII - N. 1 - TRIMESTRALE - IMPRESA 360 s.r.l., Strada San Stevi Superiore 5/H - 18010 SANTO STEFANO AL MARE (IM) - info@impresa360.com

RUOTE E MOTORI
LA NUOVISSIMA RUBRICA
A CURA DI KAKIO FAFUMO

MTB: UN PERCORSO
DA VERI DURI
CREPPO-GERBONTE-CREPPO

TUTTI IN MONTAGNA!
CIMA GHILIE' A 2998 METRI
ED IL PROGRAMMA COMPLETO CAI

MEDICINA E SALUTE
ALLERGIE E COME PREVENIRLE
FACENDO SPORT E MOVIMENTO!

PER ANDARE QUI
O ANDARE LA'..
VIENI A PRELA'

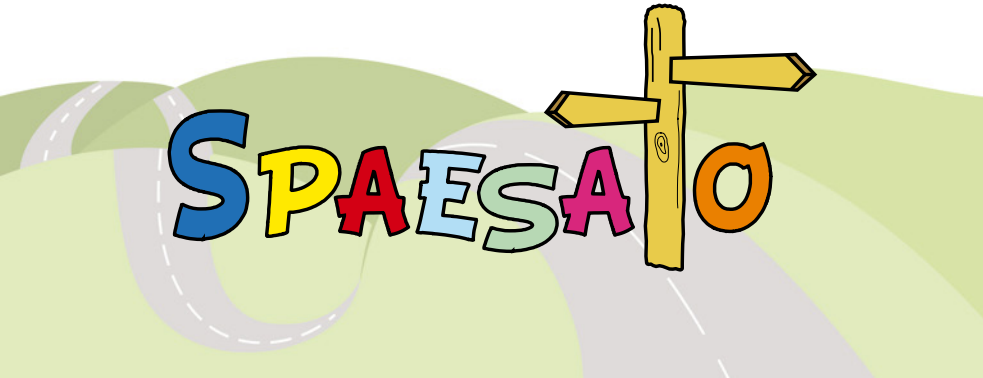
"LE DONNE
SONO COME IL VINO"
SCOPRIAMO CHI LO DICE
E PERCHE'..

www.spaesato.it

COPIA GRATUITA

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

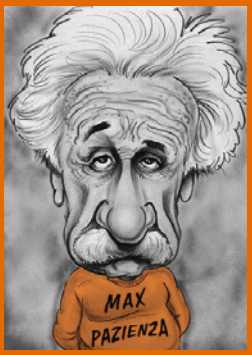
PICCOLE CONSIDERAZIONI 5
UN OCCHIO AL TERRITORIO 7
RICORDI E POESIE 15
SPORT E TEMPO LIBERO 16
RUOTE E MOTORI 28
FRANCO BOLLO 31
ARTE E CULTURA 35
MUSICA E SPETTACOLO 41
IL PUNTO DEL TURISTA 42
MEDICINA E SALUTE 45
L'ORA DI RELIGIONE 53
CASA 57
IL PERSONAGGIO DEL MESE 63
I CARTELLI DIVERSI 68
COMICS E PASSATEMPI 71
MANIFESTAZIONI APRILE 76
MANIFESTAZIONI MAGGIO 83
MANIFESTAZIONI GIUGNO 88
MANIFESTAZIONI ...DURANTE... 90
NUMERI UTILI 92
SPAESATO PREMIUM LISTING 94

IN COPERTINA: ALICE LOMBARDI. GIOVANE IMPRENDITRICE LOCALE ED APPASSIONATA DI VINO E TRADIZIONI

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

SENZA LE PERSONE SAREMMO SOLO UNA BANCA.
Un luogo, un punto di riferimento per sostenere progetti e ambizioni.
messaggio pubblicitario
Incontrarsi, dal 1909 il nostro modo di essere banca. bancodesio.it
Banco Desio
Un rapporto personale.

PICCOLE CONSIDERAZIONI



a cura di Max Pazienza

IL SOLE

Pensa al sole
pensa a lui
Le nuvole alleviano la luce
ma illumina tu, sai..
Se vuoi, lo fai
sei qui per voi
Senti il sole
senti lui
la rabbia rimbalza i raggi
ma irradia tu, tu hai
amore e calore
da tutti noi
Parla al sole
parla con lui
non far crollare il cielo, mai
se non sarà sereno
rasserenalo. Puoi.
Credi al Sole
solo a lui
tutti gli altri
siamo solo noi

(per Davide)

LMN NAUTICA
SHIP CHANDLER

il mare su misura per te...

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

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

Portosole - Via del Castillo, 17
18038 Sanremo, Italia

Tel. 0184 502429
www.lmnautica.it

INGORDI DI BORGHI

a cura di
Discovery Mellans

IL COMUNE DI PRELÀ

Prelà è un piccolo comune della provincia di Imperia che conta 503 abitanti. E' il capoluogo dell'**Alta Valle del Prino**. L'antico castello feudale, le cui rovine risalgono al XIV secolo, domina in posizione strategica tutto il territorio. Il comune è costituito da più centri abitati, a fondo valle, si trova il centro di **Molini di Prelà**, sede del municipio, che prende il nome dai suoi numerosi mulini, sospinti dalla forza naturale delle acque del vicino torrente Prino. Dista dal capoluogo circa 10 km.

Le frazioni di **Tavole**, **Valloria** e **Villatalla** sono poste in posizione dominante sui pendii. Confina con i comuni di Carpasio, Vasia, Dolcedo, Montalto Ligure e Borgomaro. Il 24 giugno si festeggia il **Patrono, San Giovanni Battista**, venerato da tutte le Chiese cristiane e considerato santo da tutte quelle che ammettono il culto dei santi, è una delle personalità più importanti dei Vangeli poiché secondo il Cristianesimo, la sua vita e predicazione sono costantemente intrecciate con l'opera di Gesù Cristo.

Tra gli edifici religiosi, molto bella ed elegante, la **Chiesa di San Giovanni del Groppo**, a Molini, eretta nel XV secolo. Nel capoluogo si trovano anche l'**Oratorio di San Giacinto** e l'**Oratorio di Santa Maria Maddalena**, eretto presso la parrocchiale, con imponente facciata barocca. Abbandonato da diversi anni, minaccia rovina.

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

INGORDI DI BORGHI

La Chiesa di San Giovanni del Groppo

Il paese di Tavole è situato al di sopra della fascia degli ulivi dove sono presenti i primi castagneti. Qui troviamo nella chiesa barocca della SS.ma Annunciata il **polittico della Madonna del Soccorso** del 1537 del **Casanova**. Sempre a Tavole si trovano l'**Oratorio di San Carlo**, nella borgata Villa, l'**Oratorio di San Benedetto Revelli**, nella borgata Revelli, e l'**Oratorio di San Rocco**, nella borgata Novelli. Infine il **Santuario della Madonna del Piano**, eretta in una zona pianeggiante presso la frazione di Tavole, al quale si accede per mezzo di una strada sterrata che proviene dalla borgata Novelli lungo la quale si trovano le 14 edicole della Via Crucis, e ancora la Chiesetta campestre di Santa Marta, quella della Santissima Trinità e la Chiesetta campestre della Natività di Maria.

Villatalla è il paese più alto della valle, si trova in una splendida posizione panoramica tra due torri di guardia medioevali. In questa frazione si trovano la **Chiesa parrocchiale di San Michele**, L'**Oratorio di San Giovanni Battista**, eretto in stile barocco, il **Santuario della Madonna della Neve**, situato nel bosco sopra la frazione, la Chiesetta campestre di San Bernardo a nord della frazione di Villatalla.

La Chiesa di San Giuseppe nella frazione di Valloria

Molto caratteristica è Valloria, piccolo nucleo di case incastonate negli ulivi. Valloria nel labirinto dei suoi carruggi permette di scoprire straordinarie opere d'arte. Porte di stalle, magazzini e cantine, dipinte da artisti di fama internazionale che durante le due feste estive dell'inizio di luglio e di agosto richiamano a Valloria gente e turisti da ogni parte del mondo. Valloria è conosciuto in tutto il mondo come il "**Paese delle Porte Dipinte**". Questa meritata fama che si concentra nel detto "**A Valloria fai baldoria**" è dovuta ad un gruppo di

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

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

amici che hanno inizialmente creato un'Associazione dal nome "**Le tre fontane**", legato alla tradizione locale, che si è poi trasformato in "**Amici di Valloria**", con lo scopo di rivalutare e far rivivere le tradizioni e la cultura di questo paesino abbandonato dai più per andare a vivere in città. Il bisogno di mantenere un ricordo del passato e delle sue attività, usi e costumi si è materializzato con il restauro dell'Oratorio di Santa Croce nel 1994, che ha permesso di ospitare al suo interno il "**Museo delle Cose Dimenticate**", nel quale sono esposti tanti preziosi reperti della vita quotidiana dei nostri avi in queste valli: attrezzi domestici o degli artigiani, antichi tessuti lavorati a mano, strumenti contadini e per la produzione dell'olio. Nella frazione di Valloria si trovano la Chiesa parrocchiale dei Santi Gervasio e Protasio, la Chiesa di San Giuseppe, eretta in stile barocco su un poggio soprastante la frazione di Valloria e le Chiesette campestri di San Mauro e della Madonna del Tuvo nei pressi della frazione di Valloria.

Numerose edicole votive disseminate lungo le antiche mulattiere che collegano le varie frazioni o all'interno dei centri storici.

BREVE STORIA DI PRELA'. La sua storia si identifica con quella del suo castello, edificato dal Marchese di Clavesana, con l'antico nome di Pietralata, nel XII secolo. Feudo indipendente nel territorio di Oneglia, ma protetto dalla Repubblica Genovese; nel 1233 dopo uno scontro tra Oneglia e Genova, gli abitanti si impadronirono del castello che passò sotto il dominio dei Conti di Ventimiglia. Nel 1263 venne diviso in Superiore (soggetto ai conti di Ventimiglia) ed Inferiore (venduto ai Doria, Signori di Oneglia). Dopo la conquista della parte superiore della valle di Antonio Doria nel 1340, il feudo

La frazione di Valloria, paese dipinto

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

Club 64

Ristorante - Pizzeria
Forno a legna

Via Verdi, 2 - Sanremo
Tel. 0184 57.81.92 - Cell. 335 8360750
Chiuso il martedì
www.pizzeriaristoranteclub64.com - pizzeriaclub64@gmail.com

passò sotto la signoria di Briga, del Maro, di Tenda, fino al passaggio ai Savoia nel 1575 che l'affidarono in feudo ai Doria. Seguì l'inserimento del territorio nel Regno di Sardegna e nel successivo Regno d'Italia, dal 1861.

Dal 1973 al 31 dicembre 2008 ha fatto parte della Comunità Montana dell'Olivo e con le nuove disposizioni della Legge Regionale n° 24 del 4 luglio 2008, in vigore dal 1º gennaio 2009, ha fatto parte della Comunità Montana dell'Olivo e Alta Valle Arroscia.

Da non perdere nella prossima stagione estiva le numerose sagre ed i numerosi appuntamenti organizzati in questo Comune.

Per maggiori informazioni:

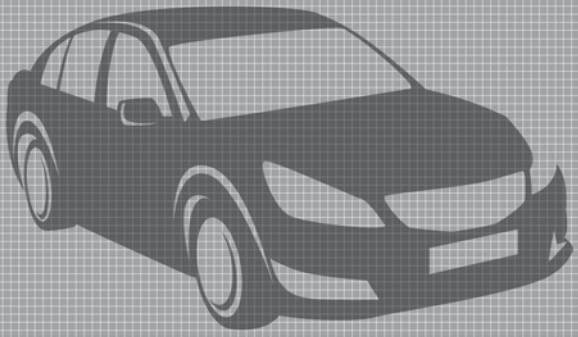
COMUNE DI PRELÀ
Tel. 0183 282000 - Fax 0183 282487
www.comune.prela.im.it

ASSOCIAZIONE AMICI DI VALLORIA
Le Tre Fontane - Tel. 0183 282396
Sito web: **www.valloria.it**

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

La dialettica

La dialettica è un'arte particolare
Usata da chi molto ci sa fare.

Di persuasione ella si veste abilmente
E tanta abilità richiede assolutamente.

In filosofia mediante analitica conversazione
Giunge a far comprendere della verità la composizione.

Certamente nel dialogo serrato della persuasione
Ella opportunamente conduce a quella direzione

Di trasformar in tangibil realtà concreta obbiettivamente
A chi qualche ragione nebulosa si presenta alla mente.

Ma per usare tale arte di difficil argomentazione
Bisogna esser proprietari dell'inevitabil conclusione.

Vale a dire che l'individuo maestro in dialettica
Vince sempre in conversazione sia pur molto

Giovanni

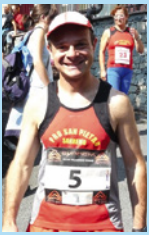
Il primissimo amico della lista
È Giovanni il famoso Ruspista.
Memori son le sue battaglie sugli accidentati
Che da asperità trasformò in campi ben livellati
Manovrando con estrema docilità
Enormi cingolati con facilità
Tipica dei manovratori
Provetti e Perfetti.
Amici suoi
Diletti.
Pier

Con la collaborazione di Piercarlo Bonetto

CORRIAMO INSIEME

..... a cursa in-ti cürei .....

.....Agaggio ..... Badalucco ..... Taggia



a cura di
Gianfranco Adami

Come promesso vi riproponiamo la nuovissima attrazione sportiva della corsa nei torrenti ..... Il percorso che vi propongo non si può definire corsa ..... anzi non saprei proprio come definirlo..... un gioco.... Una follia.....una caz...ata..... comunque, qualunque cosa sia, è stata un'avventura molto divertente !!!

In questa avventura mi ha "tirato" (anche se non ha fatto un grande sforzo) un compagno di corse quando, un giorno in spiaggia mi chiede : " Cosa ne dici di andare a correre nel torrente ?"

Superato l'attimo di stupore, incuriosito dalla domanda chiedo con maggior dettaglio cosa intendesse .....

Allora mi spiga "meglio" ..... "E' già da un po' di tempo che mi piacerebbe provare a correre lungo il torrente Argentina e fare anche dei tratti a nuoto nei punti in cui non si può fare altrimenti..... Cosa ne dici ?"

Dopo averci pensato tra i tre e i quattro decimi di secondo iniziamo a fissare il giorno, l'ora, a trovare chi ci poteva portare, a pensare cosa dovevamo indossare, da dove partire a dove arrivare ..... diciamo che dopo 5 minuti era tutto organizzato e pianificato.....

Quindi il giorno fissato partiamo, lasciamo la macchina a Taggia, sulla sponda sinistra del torrente Argentina, proprio sotto i piloni dell'autostrada per poi procedere lungo la Valle Argentina fino all'inizio di Agaggio.....

Da qui, tramite un breve sentierino, raggiungiamo un bellissimo "lago" formato da un'ansa del torrente..... iniziamo subito con una frazione di nuoto .....

E da lì procediamo alternando nuoto e corsa (quando il corso d'acqua lo consente) fino a raggiungere Badalucco..... raggiunta la statale scendiamo correndo fino a Taggia (bagnati completi) per poi ripercorrere un tratto dell'Argentina a nuoto per raggiungere la sponda opposta e "riconquistare" la macchina .....

Che dire ... divertimento puro ma anche, ve lo posso assicurare .... enorme fatica ...

Comunque ogni tanto un po' di gioco ci vuole, per provare nuove sensazioni, vi consiglio di provare questa esperienza, anche se –suggerisco- fatelo con estrema attenzione perché non è affatto semplice.....

CORRIAMO INSIEME

PERCORSO N° 26 – AGAGGIO – BADALUCCO - TAGGIA

Grado di difficoltà: n.c. (Su una scala da 1 a 5)
Distanza = circa 10 km Dislivello: n.c.
Tempo di Percorrenza medio: 2 ore e 30 '

Come avrete potuto capire dalla descrizione del percorso, quello che vi propongo in questo numero è molto semplice….. si entra nel torrente Argentina all'altezza di Agaggio e si arriva a Badalucco….. sempre lungo il Torrente…… quindi non servono tante spiegazioni ……

Quello che è importante e che vi sottolineo è che nonostante quello che vi proponiamo sembri un gioco in realtà è molto faticoso e anche (in qualche modo) pericoloso……

Siamo in un torrente, quindi pietre bagnate e scivolose, acqua poco trasparente e quindi non si vede se sotto l'acqua vi siano degli "ostacoli" (pietre, legni, ……) che possano creare dei problemi…..

Però, nonostante tutto, provate questa esperienza …… divertimento assicurato…..

Alcuni suggerimenti in merito all'abbigliamento.

Sicuramente scarpe da Trail (sono più affidabili sul bagnato), sicuramente un "mutino" (anche d'estate dopo un po' di "entra ed esci" dall'acqua può venire freddo) e volendo uno zaino con un sacchetto stagno nel quale inserire il telefono e le chiavi della macchina) ….

Ovviamente (manco a dirlo) nella prossima stagione estiva lo riproveremo e cercheremo altri tratti dell'Argentina per cambiare il percorso e scoprire nuovi scorci che, molto spesso, sono poco visibili dalla strada.

Ora non vi resta che provare….

Ciao e Buon divertimento !!!

GUARDA IL VIDEO DELLA CORSA

Per ulteriori info:

Fabrizio Lobello: **fabrizio.deborah@alice.it**

Gianfranco Adami: **gianfranco.adami@filippieadami.it**

SANRE CLUB MINI

sanreMINI ti mette le ali !!

www.sanreminiclub.it

info@sanreminiclub.it

sede: Via Volta, 149 - SANREMO
cell. 339 6709546 - 349 3238029

CIMA GHILIE' 2998 MT.

a cura di
Antonio Santeusanio
Presidente Sezione CAI
di Sanremo

La salita che vi propongo su questo numero è una delle più belle salite di Sci Alpinismo delle Alpi Marittime, una grande classica della Val Gesso.

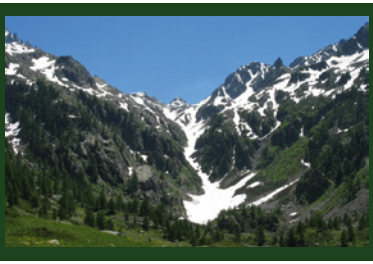
La Ghiliè cima che sfiora i 3000 metri, ed è sicuramente la più frequentata meta sciistica delle Alpi Marittime; la continuità e la bellezza dell'itinerario ne fanno una delle gite più belle delle Alpi Occidentali. Si presta molto bene come gita di fine stagione, quando si riesce ad arrivare in auto fino al Piano della Casa, e si calzano gli sci all'inizio della gorgia canale.

Si accede da Cuneo SS20 per Borgo San Dalmazio, poi SP per Valdieri, San'Anna di Valdieri e Terme di Valdieri(1368 mt) i stagione avanzata fino a Pian della Casa (1760 mt).

Si parte da **Pian della Casa** e lo si attraversa fino alla sua estremità sudorientale, nei pressi della confluenza dei valloni **Balma Ghiliè** e **Assendras**, dove su un promontorio sorge il rifugio **Regina Elena** 1840 mt .

Dalla confluenza (oppure dal rifugio con un traverso verso Est) si entra nel **Vallone di Balma Ghigliè**, che forma inizialmente una stretta gorgia-canale, spesso coma di grandi accumuli valangosi. Dopo il primo ripido tratto, il vallone si allarga, poi si biforca (2050 mt in questa parte iniziale, con poca neve o fine stagione, si deve prestare molta attenzione nell'attraversamento dei pericolosi ponti di neve che ricoprono il rio).

Normalmente si sale lungo il canale di destra, che, più ampio e meno ripido, sbuca



su un ripiano (2400 mt circa) dominato sulla destra dal **Torrione di Balma Ghigliè**. Qui si lascia il vallone, che prosegue verso il colle del **Maercantour**, per piegare a sinistra di una bastionata rocciosa e raggiungere (presso quota 2525 mt) un avvallamento rettilineo e parallelo al precedente. Seguendolo in lenta salita verso SE, si costeggia sulla sinistra la dorsale spartiacque **Gesso-Vesubie**. Al suo termine, volgendo a sinistra, si supera un breve ma ripido pendio (passaggio detto Colletto Ghiliè 2820 mt; questo tratto è esposto e richiede attenzione come neve dura e al ritorno in caso di nebbia.

Si sbuca così sull'altopiano del **Clot Aut**, nei pressi del minuscolo lago Guiliè (2872 mt), difficile da individuare nel periodo invernale. In vista della cima piramidale del Ghigliè, si sale verso N fino alla sua base (2917 mt), quindi per un ripido pendio spesso spazzato dal vento, si raggiunge la vetta (2998 mt).

La discesa lungo l'itinerario di salita. Giunti a quota 2525 mt, per evitare il ripianoa quota 2400 mt toccato in salita, conviene scendere direttamente lungo il canale di destra.

Naturalmente se si parte dalle Terme di Valdieri il dislivello diventa di 1630 mt. e i tempi di salita saranno di ore 5,30/6.

LOCALITÀ DI PARTENZA: Pian della Casa 1760 mt.
DISLIVELLO: 1238 mt.
DIFFICOLTÀ: BS.
TEMPO DI SALITA: ore 4.
PERIODO CONSIGLIATO: Maggio Giugno apertura della strada.
ESPOSIZIONE: NORD poi SUD.
CARTOGRAFIA: IGM 1:25.000 F.90 Sant'Anna di Valdieri; F.90 II NO Ciriegia;
Blu Edizioni 1:25.000 Parco Alpi Marittime n.1;
IGC 1:25.000 Parco Naturale Alpi Marittime n. 113.

in collaborazine con

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

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

CAMPIONI MONDIALI

TUTTI IN MONTAGNA

Programma gite del CAI Sanremo di Aprile Maggio Giugno Luglio 2018

25 Aprile 2018--- Monte Toraggio 1973 mt da Gouta Intersezionale con le sezioni CAI della Provincia di Imperia e il Club Alpino Monaco. ESCURSIONISMO e ALPINISMO GIOVANILE.

6 Maggio 2018--- Sulle alture di Airole Intersezionale CAI Sanremo e Club Alpino Monaco. ESCURSIONISMO e ALPINISMO GIOVANILE..

13 Maggio 2018--- Marguareis 2651 mt da Carnino Superiore. ESCURSIONISMO..

20 Maggio 2018--- Bassa di Vallauretta C.me de Chanvrairee 2361 mt. ALPINISMO GIOVANILE.

27 Maggio 2018--- Ciotto Mieu 2378 mt da Limonetto. ALPINISMO GIOVANILE.

27 Maggio 2018--- Monte Peporì 2670 mt. ESCURSIONISMO.

3 Giugno 2018--- Rifugio Mongioie un territorio per tutti gita non vedenti. Con le altre sezioni CAI della Provincia di Imperia. ESCURSIONISMO.

3 Giugno 2018--- Cima Frisson 2637 mt. da Palanfrè. ESCURSIONISMO.

17 Giugno 2018--- Le Terre Grigie da Villenueve D'Entraunes Francia. CICLOESCURSIOINISMO.

17 Giugno 2018--- Cima della Lombarda 2801 mt dal Colle della Lombarda. ALPINISMO GIOVANILE.

17 Giugno 2018--- Rocca di San Bernolfo 2681 mt dalle Terme di Vinadio. ESCURSIONISMO.

1 Luglio 2018--- Invito al CANYONING.

1 Luglio 2018--- Cima Cougourde 2921 mt dal Borèon Francia. ESCURSIONISMO.

2-7 Luglio 2018--- Settimana Giovanile Val Formazza, All'Alpe Devero Rifugio Castiglioni. ALPINISMO GIOVANILE.

13-15 Luglio 2018--- Ghiacciaio. ALPINISMO GIOVANILE.

14-15 Luglio 2018--- Testa della Frema 3142 mt da Chiappera ESCURSIONISMO.

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

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

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

GIOCARE a GOLF NON E' MAI STATO così FACILE

Circolo Golf degli Ulivi
Sanremo

3 LEZIONI GRATUITE

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

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

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

ti aspettiamo!

SCEGLI IL TUO MAESTRO! COMINCIA A GIOCARE!

ALESSANDRA AMMIRATI
335 6773691

PAOLO AMMIRATI
339 6504889

NICOLA CARRERA
335 5416262

GIACOMO GANDELLI
335 6353305

CRISTIAN LANZA
338 9031910

Come raggiungerci

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

INFO:

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

Circolo Golf degli Ulivi Sanremo

da 80 anni
aperto in tutte le stagioni

- 18 buche
- scuola Golf
- ristorante
- pro shop

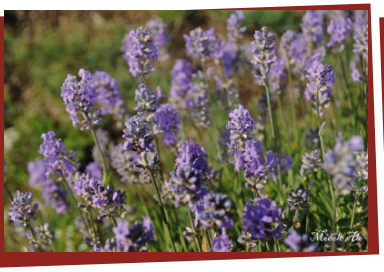
Circolo Golf degli Ulivi
via Campo Golf 59
SANREMO

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

Gerbonte-Creppo

Stato: Italia (Liguria) – **Partenza:** Creppo – **Arrivo:** Creppo – **Km:** 30,690 – **Tipo:** all-mountain – **Difficoltà Tecnica:** medio-alta – **Impegno Fisico:** medio – **Dislivello:** 1262 m – **Altezza Max Raggiunta:** 1971 m – **Periodo Consigliato:** maggio-novembre

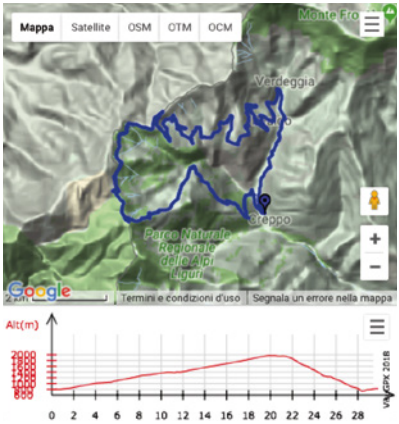
DESCRIZIONE: Anello ligure dei più caratteristici. Il raggiungimento delle caserme di Marta regala uno splendido panorama, di monti e di mare. La salita, seppure impegnativa, ci porta all'interno di un'atmosfera antica, di pace, di guerra, di profumi di lavanda, di pascoli e greggi.



ROADBOOK: Si parte da Creppo, paesino dell'Alta Valle Argentina, raggiungibile da Triora, seguendo la diezione per Realdo.
Poco fuori il paese, si possono trovare delle aiuole a lato strada dove lasciare l'auto. Nel caso foste in più auto è invece consigliabile proseguire fino a Realdo.
Una volta in sella, seguire la strada fino a Realdo. Nella piazza del parcheggio, al di fuori del cimitero è possibile rifornirsi d'acqua. Usciti dalla piazza, seguire a destra per colla Sanson. Una lunga strada, per il primo tratto asfaltata, vi condurrà in 12 Km alla Colla Sanson. Da qui, seguire a sinistra fino alle casermette di Marta. Suoperate le caserme, al

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

successivo bivio seguire a sinistra la sterrata che scende e dopo poche centinaia di metri, sulla destra (palina) seguire il sentiero che attraverso la "Foresta del Gerbonte", ci porta di nuovo a fondo valle. Guadare il torrente e risalire il versante verso Creppo 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:

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

PERCORSI IN MOUNTAIN-BIKE

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

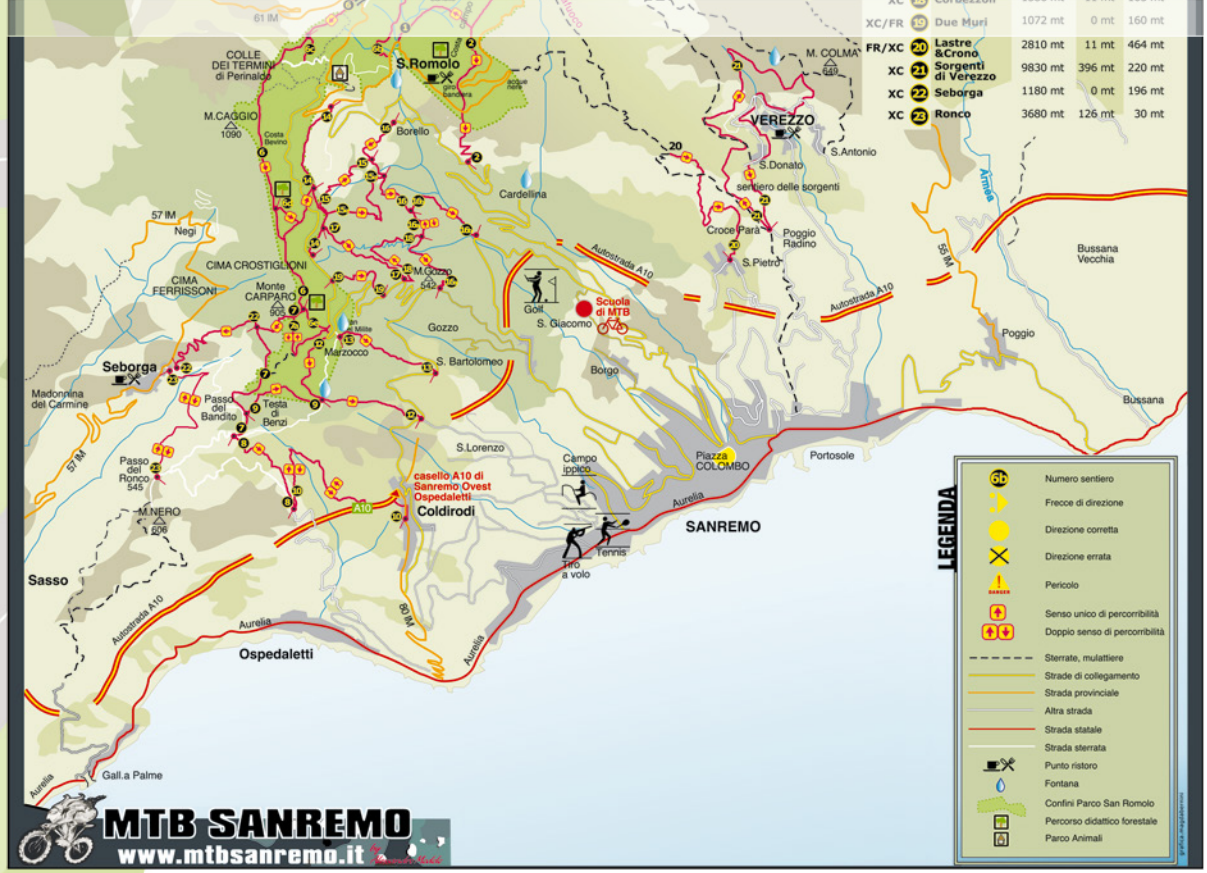
DI LA' PER LAGGIU'

26

DI QUI

DI QUA

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



DI LA' PER LAGGIU'

27

DI QUI

DI QUA

RUOTE E MOTORI

a cura di
Kakio Fafumo

Parte il Rally di Sanremo

La nostra nuova rubrica inizia con il botto o meglio con i *"botti"* sprigionati dagli scarichi delle vetture da Rally che invaderanno Sanremo **dal 12 al 14 aprile**.

Ebbene sì, come da 65 anni a queste parte, anche quest'anno Sanremo è protagonista del panorama motoristico nazionale con la gara valida per il **Campionato Italiano Rally**, evento di spicco del calendario tricolore.

Negli ultimi anni questa disciplina sportiva sta tentando, riuscendoci, di catturare l'attenzione non solo degli appassionati di questo sport, che sono tantissimi e provengono da tutta la penisola ed oltre, facendo della manifestazione una delle più importanti a livello turistico, ma anche della "gente comune"; sull'onda di ciò, l'organizzazione del Rally sfodera un'idea fantastica.

La **"SuperSpeciale"** di apertura della gara, venerdì 13 aprile alle ore 15.45, si svolgerà nel pieno centro della Città dei Fiori e precisamente a PortoSole: le auto sfrecceranno, in sicurezza, a pochi passi dal mare e nella cornice delle barche ancorate ai moli dell'approdo cittadino, con il pubblico che potrà osservare lo svolgersi della prima prova dalla passeggiata Trento Trieste.

Pregustiamo già lo spettacolo dei *"traversi"* e delle derapate dei campioni che saranno presenti nel weekend di gara come **Paolo Andreucci**, vincitore dello scorso anno (in foto), a bordo della Peugeot 208 R5 con la splendida livrea che rievoca la gloriosa 205 Turbo 16, mostro del famigerato Gruppo B, che anch'esso calcò le strade del nostro entroterra, quando il Rally di Sanremo faceva parte

L'auto di Paolo Andreucci

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

del calendario mondiale.

Agguerrita sarà la pattuglia di piloti che cercherà di spodestare il sopracitato Re indiscusso degli ultimi dieci campionati italiani, a partire da **Umberto Scandola**, con la sua arma Skoda Fabia R5, per poi passare a **Simone Campedelli** il quale guiderà una Ford Fiesta R5 così come **Andrea Crugnola**. E speriamo ancora molti altri piloti, magari di fama internazionale: di sicuro ci sarà da divertirsi.

Le auto di Umberto Scandola (SOPRA) e di Simone Campedelli (SOTTO)

La gara proseguirà, poi, in nottata con i passaggi nell'entroterra sanremese e la disputa della *"Mini Ronde"* che evoca ricordi ancora vivi del passato.

Sabato 14 aprile il Rally di Sanremo toccherà entrambe le province di Imperia e Savona con speciali tecniche, insidiose, dove la differenza la farà, come sempre, la concentrazione e il *"pelo sullo stomaco"* nei tratti famosi come il salto sul Passo del Ginestro, lo scollinamento del Colle d'Oggia o i tornanti in discesa a Carpasio.

Per chi volesse ammirare le colorate livree di tutte le vetture senza inerpicarsi nei boschi del nostro meraviglioso entroterra, potrà vedere i bolidi in gara all'arrivo a Sanremo in Piazza Colombo sabato 14 aprile alle 19.00.

Happy hour in mezzo ai motori.

No Fear. It's Rally Time!

PODESTA'
servizi & ecologia
DAL 1974

STOCCAGGIO

CANAL JET

TRASPORTO LIQUAMI

PULIZIE FOSSE BIOLOGICHE

MANUTENZIONE FOGNATURE

STOCCAGGIO RIFIUTI

VIDEO ISPEZIONI

www.podestaservizi.com

PODESTA' SERVIZI & ECOLOGIA srl
26, Via Nazionale - 18027 Pontedassio (IM) - Italia
Tel. +39 0183 279714 - Cell. +39 335 8151205
info@podestaservizi.it

JUNIOR SOCCER SCHOOL

a cura di Franco Bollo

Francobolliamo la nuova JUNIOR SOCCER SCHOOL 2018

Per dare continuità al percorso intrapreso durante il periodo invernale, la Junior Soccer organizzerà presso la sua "location" a due passi dal mare, Bagni Italia di Sanremo lungomare Trento Trieste, la Scuola estiva "**JUNIOR SOCCER SCHOOL 2018**".

A chi è rivolta? Bambini, bambine, ragazzi e ragazze dai 5 ai 14 anni, possono trascorrere in serenità e divertimento settimane a cielo aperto, caratterizzate da sport, attività didattiche e ricreative in assoluta sicurezza.

Cosa si fa? La settimana inizia il lunedì mattina e termina il sabato mattina ed il programma prevede sedute didattiche sul campo da Calcio in erba sintetica sia al mattino che al pomeriggio condotte per approfondire i temi tecnici e tattici specifici del gioco del calcio. L'obiettivo è quello di proporre quotidianamente ai ragazzi suggerimenti utili per imparare correttamente le tecniche del gioco del calcio e dare ulteriori stimoli per accrescere la motivazione verso la pratica di questo sport.

FORNITURE DENTALI
BONAVIA RB
R.B. Forniture Dentali srl
Via San Giovanni,21 - 18100 Imperia
tel/fax 0183 293461 - bonaroby@libero.it
Kerma DÜRR DENTAL W&H EMS swident KLS martin GROUP GENDEX

JUNIOR SOCCER SCHOOL

La giornata è caratterizzata anche da altre attività quali il nuoto, il beach-volley e il beach-tennis, ma anche da momenti propriamente didattici come 1 ora di lezione d'inglese giornaliera. Di fatto può essere considerata a tutti gli effetti una Scuola Estiva con "focus" incentrato sulle attività motorie e sportive; avendo come denominatore comune il rispetto delle regole, del compagno e dell'educatore che a scuola come nello sport hanno un ruolo determinante nella crescita del bambino.

Principalmente verranno distinte due differenti tipologie di "camp": i "**full day camp**", dove il bambino viene accompagnato presso le strutture sportive la mattina presto intorno alle 9 per concludere la giornata intorno alle 18, e all'interno di questo lasso temporale vengono organizzate differenti attività, non solo calcistiche ma anche di altri sport (tipo nuoto, beach volley, etc); oppure gli "**half day camp**" dove invece sono improntati solo sullo svolgimento dell'allenamento calcistico che solitamente si svolge in mattinata dalle 9 alle 11; i giovani potenziali futuri calciatori, durante questi momenti, avranno la possibilità di

GIORNATA TIPO:

ore 9.00 ritrovo al Bar dei Bagni Italia
ore 9.30/10.50 allenamento su campo da calcio
ore 11.00/12.00 lezione di nuoto
ore 12.15 pranzo presso i Bagni Italia
ore 13.30/14.30 attività ludiche
ore 14.30/15.30 lezione d'inglese
ore 16.00/17.30 allenamento su campo da calcio
ore 18.00 ritrovo genitori

PERIODI:

1) dal 11 al 16 giugno
2) dal 18 al 23 giugno
3) dal 25 al 30 giugno

Vino & Panino & co

sanremo
corso mombello 56/58
tel. e fax 0184524290

www.vinopaninoandco.it
info@vinopaninoandco.it

JUNIOR SOCCER SCHOOL

imparare, divertendosi, che il calcio non è fatto solo di colpi di tacco, doppi passi, "elastici" o "veroniche" ma piuttosto di tecnica, tattica, studio, sacrificio, volontà, rispetto e disciplina oltre che naturalmente di tanta corsa e divertimento.

Responsabile Tecnico e Organizzativo: la guida è quella esperta di Giorgio Benedetti ed il suo Staff di collaboratori; Mister Benedetti ha il Patentino da Allenatore Professionistico UEFA ed una pluriennale esperienza in Società calcistiche professionistiche e dilettantistiche; completano il suo profilo professionale 6 stagioni di Camp Estivi con Sampdoria F.c. e Atalanta.

La Junior Soccer vi aspetta!

Ulteriori info: ***www.juniorsoccer.it***

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

Tarquinio Giribaldi Srl

YSA - Harbour Formalities & Marine Services

PORT OF IMPERIA

Registered Maritime & Customs Agency

www.tarquiniogiribaldi.it

Via Scarincio 48 - 18100 Imperia - Italy
Tel +39 0183 63756 - Fax +39 0183 63757
info@tarquiniogiribaldi.it

a cura di Santa Pazienza

L'Infiorata del Corpus Domini in Provincia di Imperia

La Solennità del Santissimo Corpo e Sangue di Cristo, comunemente nota con le espressioni latine Corpus Domini ("Corpo del Signore"), come in Italia, o Corpus Christi ("Corpo di Cristo"), come nei paesi di lingua inglese e spagnola, è una delle principali solennità dell'anno liturgico della Chiesa cattolica. In alcuni Paesi si celebra il giovedì successivo alla solennità della Santissima Trinità mentre in altri, tra cui il nostro, la domenica successiva e rievoca la liturgia della Messa nella Cena del Signore del Giovedì santo.

La venerazione del Santissimo Sacramento del Corpus Domini nacque nel 1247 nella diocesi di Liegi, in Belgio; il suo scopo era quello di celebrare la reale presenza di Cristo nell'eucaristia in reazione alle tesi di Berengario di Tours, secondo il quale la presenza di Cristo non era reale, ma solo simbolica.

L'introduzione di questa festività nel calendario cristiano la si deve principalmente a una donna, suor Giuliana di Cornillon, una monaca agostiniana vissuta nella prima metà del tredicesimo secolo. Da giovane avrebbe avuto una visione della Chiesa con le sembianze di una luna piena, ma con una macchia scura, a indicare la mancanza di una festività.

Nel 1208 ebbe un'altra visione, ma questa volta le sarebbe apparso Cristo stesso, che le chiese di adoperarsi perché venisse istituita la festa del Santissimo Sacramento, per ravvivare la fede dei fedeli e per espiare i peccati commessi contro il sacramento dell'eucaristia.

L'infiorata a Santo Stefano al Mare

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

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

Dal 1222, anno in cui era stata nominata priora del convento di Mont Cornillon, chiese consiglio ai maggiori teologi ed ecclesiastici del tempo per chiedere l'istituzione della festa. Furono proprio l'iniziativa e le insistenti richieste della monaca a far sì che, nel 1246, Roberto de Thourotte convocasse un concilio e ordinasse, a partire dall'anno successivo, la celebrazione della festa del Corpus Domini. All'epoca i vescovi avevano infatti la facoltà di istituire festività all'interno delle loro diocesi.

Si dovette aspettare però il 1264, alcuni anni dopo la morte di suor Giuliana e di Roberto de Thourotte, perché la celebrazione fosse estesa a tutta la Chiesa universale.

In occasione della solennità del Corpus Domini si porta in processione, racchiusa in un ostensorio sottostante un baldacchino, un'ostia consacrata ed esposta alla pubblica adorazione: viene adorato Gesù vivo e vero, presente nel Santissimo Sacramento.

L'INFIORATA è un usanza tipica italiana tradizionalmente legata alla festa del Corpus Domini, ma non soltanto a questa poiché altrove e in altri tempi si è trovata collegata ad altre cerimonie religiose.

Essa consiste nella formazione di un tappeto di fiori o parti di essi, disposti secondo un disegno prestabilito, che viene poi "dipinto" con le diverse tonalità dei petali.

Un momento della preparazione

L'infiorata di Ranzi

L'infiorata di Diano Marina

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

La tradizione è nata a Roma nella prima metà del XVII secolo come espressione della cosiddetta festa floreale. Si ritiene che la tradizione di creare quadri per mezzo di fiori fosse nata nella basilica vaticana ad opera di Benedetto Drei, responsabile della Floreria vaticana, e di suo figlio Pietro, i quali avevano usato "fiori frondati e minuzzati ad emulazione dell'opere del mosaico" il 29 giugno 1625, durante la festa dei santi Pietro e Paolo, patroni di Roma.

Pochi anni dopo, nel 1633, un altro quadro floreale venne realizzata da Stefano Speranza, uno stretto collaboratore del Bernini. Oreste Raggi informa che, morto Benedetto Drei, fu proprio Bernini a succedergli, e che "da Roma quest'arte si divulgò".

La prima infiorata allestita per la festività del Corpus Domini risale al 1780 circa e da allora le località in cui si allestiscono infiorate in occasione nella ricorrenza del Corpus Domini sono numerose, specialmente dell'Italia centrale, ma anche dell'estero.

La tradizione dell'infiorata si è mantenuta particolarmente viva nel Ponente Ligure, dove ogni anno viene realizzata **ad Imperia, Arma di Taggia, Riva Ligure, Santo Stefano al Mare, Laigueglia, Loano, Ranzi, Diano Calderina, Cervo** e **Poiolo**.

Le operazioni di allestimento iniziano il mattino presto con la preparazione dei disegni che prendono vita progressivamente con la posa dei petali. Dopo la preparazione, le vie coperte da questi profumatissimi e coloratissimi tappeti di fiori sono lasciati all'ammirazione degli abitanti della zona e dei turisti che si accalcano intorno a coloro che con passione e maestria infiorano le strade per immortalare queste opere uniche con scatti fotografici.

L'Infiorata così realizzata costituisce il tappeto sul quale viene portato in processione il SS. Sacramento.

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

MUSICA E SPETTACOLO

La HIT LIST di SPAESATO!

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

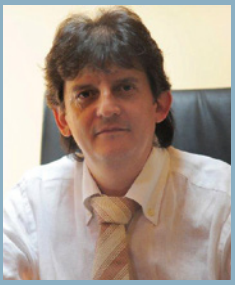
a cura di DJ 'STIVO

1. **These Days** - Rudimental
2. **No Roots** - Alice Merton
3. **God's Plan** - Drake
4. **Una Vita In Vacanza** - Lo Stato Sociale
5. **Nessuno Vuole Essere Robin** - Cesare Cremonini
6. **Il Mondo Prima Di Te** - Annalisa Scarrone
7. **Cara Italia** - Ghali
8. **Il Ballo Delle Incertezze** - Ultimo
9. **Don't Make Me Wait** - Sting
10. **La Prima Volta** - Negramaro
11. **Finesse** - Bruno Mars
12. **Da Sola / In The Night** - Takagi & Ketra
13. **Say Something** - Justin Timberlake
14. **All The Stars** - Kendrick Lamar
15. **For You** - Liam Payne

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

Occhi di ragazza

"Occhi di ragazza, quanti cieli, quanto mare nei tuoi occhi,
occhi di ragazza se vi guardo vedo i sogni che farò,
partiremo insieme per un viaggio per città che non conosco,
quante primavere che verranno che felice mi faranno,
sono già negli occhi tuoi".

È una strana mattina; è passato l'inverno ma la primavera tarda ad affermarsi e così, le strade che portano a quella scuola sono ancora avvolte da una leggera nebbia che ha un che di magico.

Non mi piace andare a parlare nelle scuole alle prime ore di lezione: ho il bioritmo basso e mi sembra sempre di deludere i ragazzi che vengono (sono obbligati) ad ascoltarmi. Questa mattina mi è toccata la seconda ora ed è durissima.

Amo incontrare i ragazzi e provare a trasmettere loro la passione per la democrazia, per la nostra Costituzione e provocarli su temi scottanti e complessi come quelli che affronteremo tra poco: il processo penale, la funzione della pena, il carcere, la pena di morte.

Ci saranno, almeno spero, dibattito e punti di vita diversi.

Se andrà tutto bene riusciremo a discutere ed a sorridere insieme.

Finito il mio intervento (due ore tirate) tornerò alla mia auto, esausto e felice e, senza potermi cambiare la camicia, come al solito madida di sudore, di corsa al lavoro.

È il mio modo di ringraziare, Dio, la fortuna ed il mio Paese per avermi regalato la possibilità di studiare, per aver consentito a Massimo, figlio di operaio e di casalinga, di diventare avvocato.

Sono dodici o quattordici anni che lo faccio, quindici venti incontri l'anno con studenti delle classi elementari, medie e superiori, un bel modo per conoscere le nuove generazioni, per apprezzarle e per … ringiovanire.

Ma oggi, sento che c'è qualcosa di strano nell'aria…

Qualcosa di speciale.

Forse sono solo io che, invecchiando, divento più sensibili alle brume, al sole che vi fa capolino ed alle emozioni che anche stamattina proverò e proverò a far provare.

Eccomi qua.

IL PUNTO DEL TURISTA

L'aula è la solita, i ragazzi mi aspettano seduti, educati come di solito e con quell'aria sospesa tra l'attesa e lo scazzo che si dipinge sui loro volti davanti a qualcosa di nuovo.
Si parte.
Le due ore filano via lisce, si riflette con il sorriso perché, come ho appena finito di dir loro, "le cose dette con un sorriso si ricordano con maggior piacere, e dunque efficacia, di quelle detta e accompagnate da un calcio nel sedere", siamo arrivati al tema della pena.
Il carcere: è giusto, è utile, serve?
Possiamo pensare ad altre forme di pena?
I detenuti hanno diritto all'affettività?
Il carcere è umano?
E tu, in fondo all'aula, con una cuffia, che noi chiamiamo "buriola" che non ti sei mai tolta per tutta la durata dell'incontro rispondi con un "sì", mormorato ma convinto, a quest'ultima domanda.
Ti chiedo perché Tu sia convinta che la detenzione sia pena "umana" e il carcere, per come strutturato e realizzato in Italia possa dirsi umano, ma non mi rispondi e così la domanda resta sospesa per qulache istante nell'aria in attesa che la Tua voce la costringa a cadere.
Suona la campanella.
Le due ore sono finite.
Penso che non comprenderò mai le ragioni di quel Tuo "sì" così convinto, accalorato ed allo stesso modo timido ed appena accennato.
Invece Ti avvicini e, del tutto inaspettatamente, mentre i professori mi stanno parlando, Ti metti davanti alla mia faccia e mi dici: "secondo Lei è giusto che chi abbia subito una

armare ropes
www.armareropes.com
e-mail: info@armare.it
100% MADE IN ITALY

violenza da piccolo non sia aiutato?"
Anche questa volta parli con la convinzione di chi sa ciò che dice; con calma e decisione.
Non Ti serve urlare per farTi capire.
Mi si gelano le vene.
I professori Ti guardano e mi guardano mentre incominciamo a parlare in uno spazio che diventa senza limiti e senza tempo: mi accorgo, ma è solo un attimo, che vogliono dirmi di interrompere un dialogo che pensano possa essere complicato, pericoloso forse dannoso per Te e per me.
Ma non mi interessa.
Ti parlo, Ti guardo diretto dentro gli occhi, abbasso la voce e Ti lascio raccontare la Tua storia.
Non c'è bisogno di aggettivi: è un racconto breve, intenso.
Le lacrime Ti velano gli occhi.
Cerco di spiegarTi che non è colpa Tua ciò che hai subito ma è colpa di chi Te lo ha fatto subire.
Non so per quanto tempo parliamo.
Il tempo, o meglio la sua percezione è relativa.
Un secondo o mezz'ora non importa.
Alla fine mi sorridi, limpida, con ancora qualche lacrima che scende e che hai deciso di non trattenere.
Mi porgi la mano e mi dici "grazie".
Credo di piangere anche io, oppure la mia vista se ne sta definitivamente andando.
Vedo tutto velato.
Ma sotto quel velo, scorgo i Tuoi occhi di ragazza che, con uno "splendido regalo" stanno illuminandosi rendendo brillanti i riflessi delle lacrime.
Resto lì, Ti saluto e Ti sorrido mentre Te ne vai lungo il corridoio che Ti porterà ad una nuova lezione, stordito incapace di comprendere le ragioni di chi Ti ha arrecato un dolore così profondo, del male assoluto di chi non rispetta l'altro, e del perché i Tuoi occhi abbiano deciso di raccontarlo a me.
Ti ringrazio, a bassa voce, per il regalo che hai voluto farmi.
Esco, torno in macchina, e non ce la faccio: devo cantare "occhi di ragazza quanto male mi farete perdonare, l'acqua d'una lacrima d'addio sarà l'ultimo regalo che da Voi riceverò ..."

★★★
HOTEL • RISTORANTE
Marinella
SANREMO - RIVIERA DEI FIORI
Via G. Ruffini, 21 - C.so Raimondo, 143
18038 SANREMO (IM) - ITALIA
Tel. 0184 505900 - Fax 0184 500323
hotelmarinella@hotelmarinella.it
www.hotelmarinella.it

a cura del Dott. TRAPANI

www.trapanigianfranco.it

ALLERGIE, COME FARE PER LO SPORT E COME PREVENIRLE

Una persona che si ammala spesso, quando incomincia a praticare attività sportiva all'aria aperta, anche in inverno e con il freddo, inizia ad ammalarsi di meno di raffreddore, sindromi influenzali e febbre. Allo stesso modo un soggetto allergico se riesce a fare attività sportive che sono piacevoli e si trova bene nell'ambiente che frequenta, vede ridursi in modo notevole la frequenza con la quale incorre in crisi allergiche tipo asma, raffreddore da fieno, o gastroenteriti allergiche.

Le risposte al comportamento del sistema immunitario del bambino e dell'adulto sono state studiate con molta attenzione sia per motivi scientifici che per motivi economici per l'enorme interesse legato alla salute degli sportivi professionisti.

L'esercizio fisico intenso associato ad uno stress psicologico importante, è simile alle situazioni che compaiono in caso di trauma o di infezione acuta con una risposta infiammatoria e di liberazione degli ormoni dello stress (cortisolo, adrenalina e noradrenalina tutti prodotti dalle ghiandole surrenali) e delle sostanze che regolano ed aumentano la risposta infiammatoria. Questa risposta esagerata svolge un effetto soppressivo sulle capacità di difesa dell'organismo (riduce la risposta immunitaria) ed aumenta la sensibilità alle infezioni e la reazione agli allergeni.

Dopo un evento agonistico importante, la durata del periodo nel quale si presenta una maggiore suscettibilità alle infezioni delle alte vie respiratorie può durare dalle 3 alle 72 ore, mentre per altre due settimane aumenta la possibilità di ammalarsi con infezioni batteriche o virali respiratorie intestinali, o causate da herpes virus. Queste due settimane sono definite periodo finestra, in altre parole periodo nel quale il sistema

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

TEAM CINGHIALI MANNARI

TCM

RIDE

YOUR PASSION

WORK
ABBIGLIAMENTO PROFESSIONALE
VIA VELTA 52, SANREMO

Ristorante Pizzeria
MEDITERRANEO
Sanremo

ugoviaggi
Sanremo

HAIR FASHION PARRUCCHIERI
Flavio
SANREMO - VIA CARLE 24 - Appuntamento TEL. 0184.577711

Rostkafè
Dolceacqua (IM)

L'EVIDEO

bar in piazza
Marta e Nicola

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

di difesa dell'organismo funziona di meno, alla fine, però tutto ritorna alla situazione preesistente.

L'esercizio fisico ha sul sistema immunitario un effetto immunomodulante, ovvero ne influenza il funzionamento. Pare ormai dimostrato che l'esercizio fisico breve, intenso e non costante favorisce una maggiore suscettibilità alle infezioni con una temporanea depressione del sistema immunitario, mentre l'esercizio fisico leggero moderato e costante, associato al piacere di praticare l'attività fisica, ad un'alimentazione sana ed equilibrata, è in grado di migliorare l'attività del sistema immunitario e quindi ridurre la suscettibilità alle infezioni e migliorare le reazioni alle allergie. Il meccanismo è lo stesso, gli ormoni dello stress (cortisolo, adrenalina e noradrenalina), i mediatori dell'infiammazione, l'aumento lieve della temperatura corporea, se non stimolati in modo eccessivo possono aumentare le capacità di difesa dell'organismo e modulare la reazione allergica..

Ridurre il rischio di allergie con una sana alimentazione.

L'allergia alimentare ha delle cause multifattoriali, queste possono essere genetiche, ambientali, legate alle abitudini alimentari, ed in ogni caso sono influenzate dal modo di mangiare e dalla qualità del cibo che introduciamo. Spesso con il passare degli anni, si verificano delle modificazioni nelle reazioni verso gli alimenti e queste iniziano dal modo con il quale introduciamo e digeriamo gli alimenti ovvero dallo stress al quale vengono sottoposti i nostri sistemi di tolleranza a livello intestinale.

Per questi motivi la prevenzione delle allergie alimentari inizia da piccoli, convincendo ed abituando il bambino all'uso di alimenti crudi e freschi come frutta e verdura che dovranno essere consumati all'inizio del pasto, per

- ridurre l'introduzione delle calorie,
- favorire l'assorbimento delle vitamine,
- migliorare il transito intestinale

Bisogna evitare alimenti devitalizzati ed irritanti come lo zucchero, il sale bianco, la farina bianca, i fritti, i formaggi stagionati, i salumi, le carni grasse, le merendine, i biscotti farciti con cioccolato, tutte le bevande gasate e dolcificate, i succhi di frutta, gli snack ed i fast food.

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

Il consumo di proteine animali deve essere molto equilibrato preferendo le proteine del pesce, dei latticini freschi, delle carni magre e delle uova.

Per mantenere un buon equilibrio a livello intestinale, bisogna mangiare ed insegnarlo ai bambini, la zuppa di Miso, un alimento della cucina macrobiotica,.

Il Miso è ottenuto dalla fermentazione dei fagioli di soia gialla, acqua e sale, con aggiunta, a volte di orzo, riso o grano saraceno. Il batterio che provoca la fermentazione è L'Aspergillus Oryzae, il quale aiuta a ricostruire ed a mantenere sana la flora batterica intestinale, importante per la produzione degli anticorpi utili contro i virus ed i batteri e per favorire la digestione. Di solito si aggiunge nella minestra di verdure calda e si lascia alcuni minuti perché si mescoli bene con gli altri ingredienti.

Prevenzione delle allergie alimentari con lo svezzamento

Diversi studi fatti nei lattanti per scoprire l'influenza del cibo verso le allergie alimentari, hanno preso come esempio l'influenza del cibo verso la dermatite atopica, l'eczema allergico che colpisce il bambino piccolo, del quale l'alimentazione è solo una delle cause, essendo come tante malattie allergiche dovuto ad un insieme di fattori genetici ed ambientali.

Uno di questi studi eseguiti su una popolazione di 2619 Bambini seguiti dalla nascita fino a due anni di età, e prendendo Informazioni su abitudini dietetiche con questionari compilati dai genitori ogni sei mesi e con visite mediche periodiche, ha dimostrato che l'introduzione di cibi solidi dopo i quattro sei mesi di età è protettiva nei confronti della dermatite atopica anche per i bambini con familiarità atopica. (Zutavern - PediatricS 2006)

Un altro studio per valutare la presenza di associazione tra epoca di inizio dell'ingestione di pesce e rischio di comparsa di malattie allergiche (Kull, Allergy 2006), su una popolazione di 4089 bambini seguiti dalla nascita, fino ai 4 anni con questionari sulla esposizione dietetica e ambientale e sullo stato di salute ogni due mesi fino a due anni, poi annualmente, ed eseguendo a 4 anni un prelievo di sangue per dosaggio IgE specifiche per trofooallergeni (anticorpi specifici contro le allergie alimentari) e aeroallergeni (anticorpi specifici contro le allergie respiratorie), ha dimostrato che non esiste una correlazione specifica tra la tendenza a sviluppare asma, rinite, eczema, sensibilizzazione allergica tra i bambini che hanno iniziato a mangiare il pesce tra il 3° e il 9°mese di vita rispetto a quelli che hanno iniziato a mangiare dopo il 9° mese di vita.

In sostanza sono molto numerosi gli studi che hanno cercato di stabilire una correlazione tra l'introduzione precoce del cibo e la comparsa di malattie allergiche, ma purtroppo i

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

dati sono speso discordanti e fuorvianti, anche se letti e studiati da persone competenti. Quindi i medici dovrebbero proporre un intervento (esempio ritardare dopo l'anno l'introduzione di uovo) solo se vi è una conferma della sua efficacia, ovvero solo se siamo sicuri che aiutiamo il bambino a prevenire le allergie alimentari.

Ai fini della prevenzione delle allergie, quindi non esiste motivo, sostenuto da evidenze scientifiche, per ritardare l'introduzione dei cibi solidi oltre i 6 mesi di vita. Anche se occorre essere vigili perché nel mondo occidentale è stata rilevata la comparsa di allergia al kiwi dopo la sua introduzione nella dieta dei bambini (ovvero dopo la diffusione di questo alimento dalla Nuova Zelanda in Europa), come in Israele, il sesamo è diventato un importante allergene a causa del suo abbondante consumo nel corso del 1°anno di vita.

In pratica l'alimentazione del lattante deve evitare il carico eccessivo e contino di un alimento. Uno studio prospettico nei primi 2 anni di vita ha evidenziato aumento

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

significativo delle patologie respiratorie all'età di 14-26 settimane nei bambini che avevano introdotto alimenti solidi prima delle 8 e fra le 12 settimane, oltre ad una aumentata incidenza di eczema. Forse per modificare la storia naturale dell'allergia alimentare, non bisogna evitare il contatto con l'alimento potenzialmente allergizzante, e nemmeno fare un'esposizione massiccia all'allergene (anche se questa secondo alcuni studiosi può provocare una tolleranza perché distrugge le cellule che possono provocare l'allergia)

Poiché il compito di questo libro è darvi delle certezze e non troppe informazioni che possono confondere, per prevenire le allergie alimentari in accordo con raccomandazioni OMS bisogna iniziare lo svezzamento dal 6° mese, , l'introduzione di alimenti solidi nei primi 4 mesi è associata con un più elevato rischio di malattia allergica, durante i primi sei mesi bisogna fare allattamento al seno esclusivo o con latte preparato appositamente per i bambini.

Dopo questo periodo bisogna introdurre gli alimenti uno alla volta, gradualmente, osservando gli effetti prima di introdurre quello successivo. Molto importante è stare attenti al latte di mucca, uovo,arachidi, frutta a guscio, pesce e crostacei, quindi bisogna valutare con attenzione se il bambino li tollera, e ricordate che non esistono regole generali, ma ogni bambino è un individuo diverso dall'altro. Per questo motivo non dovete dare omogeneizzati misti prima che sia stata accertata la tolleranza a ogni loro ingrediente, e preferire cibi cotti o omogeneizzati quando sia stata dimostrata la loro tolleranza (ad es. per la carne e per i kiwi).

Gianfranco Trapani:
"Il pediatra nel cassetto.
Dalla nascita all'adolescenza:
istruzioni per l'uso"
Giunti Editori - Firenze

www.trapanigianfranco.it

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

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

L'ORA DI RELIGIONE

AMORE 2

a cura di
Don Giuseppe Guaglio

Un sacco di gente usa la parola "amore" secondo le proprie emozioni e sentimenti, qualche volta a copertura dei propri colpi di testa o dei propri peccati. Davanti a queste ambiguità la Parola di Dio ci offre dei criteri di discernimento. Nella scorsa puntata abbiamo preso coscienza del primo: la regola d'oro "non fare agli altri quello che non vuoi sia fatto a te". In questo articolo accostiamo la specificità dell'amore cristiano tramite il meraviglioso capitolo 15 del Vangelo di Giovanni, il discepolo dell'amore, appunto. Proprio per questo l'amore, che per Luca è questione di misericordia, per Giovanni è una relazione radicalmente esigente. L'apostolo più legato a Gesù, quello che Gesù più amava, è il più duro nell'esigere una qualità dell'amore da parte dei cristiani. In questo testo Gesù pone come criterio il suo Spirito di amore in relazione al Padre, questa vita divina così come viene testimoniata dalla sua storia. Il Padre ama il Figlio e il Figlio ama gli uomini come il Padre lo ha amato. Eraclito diceva che "la via all'in su e la via all'in giù sono l'unica e medesima via": c'è un movimento che va dal Padre agli uomini tramite Cristo e un ritorno degli uomini al Padre tramite Cristo. I discepoli vivranno la pienezza della gioia se rimarranno in quello specifico amore, mediato dalla storia di Gesù. Questo sarà possibile osservando i comandamenti di Cristo come Lui ha osservato quelli del Padre. A questo punto sembrerebbe una visione autoritaria, o da precettistica antico-testamentaria. Ma non è così. Subito viene dato il criterio per capire cosa vuol dire amare da cristiani, cioè con la mediazione di Cristo. Il comandamento cui obbedire non è un regolamento moralista ma una relazione vissuta storicamente: "che vi amiate gli uni gli altri, come io ho amato voi". Amiamo davvero quando a nostra volta torniamo ad amare gli altri come il Cristo ci ha amati. La pietra di paragone, immensa e profonda, è l'amore di Gesù. Ma come si fa a sapere come Cristo ci ha amati? Il v. 13 afferma che l'amore al massimo del suo sviluppo è "deporre per gli amici la propria anima". Gesù ha deposto la propria vita per gli amici, allora l'amicizia vive nella storia l'amore reciproco, a somiglianza del dare la vita di Cristo. Questo non significa solo morire: è anche rinunciare, sacrificarsi, mettere l'altro al primo posto, donarsi, e così via. Gesù non ha parlato di teorie dell'amore ma ha fatto opere

BEPPINO OCCELLI®

i sapori dell'eccellenza

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

www.occelli.it

d'amore, ha deposto la sua vita per amore di tutti gli uomini con una serie di gesti. Per questa ragione il Gesù storico dà fastidio e si cerca di svuotarlo, come succede anche al Socrate storico nella tradizione filosofica. L'amore che si fa storia è inquietante nel mondo dei narcisisti. Quando ama come Lui, il credente non è più un servo ma un amico. Essere suoi amici significa fare ciò che comanda. Perché, se deve obbedire a un comando, viene chiamato amico e non servo? Innanzitutto perché il contenuto del comando è una relazione di amore totale e reciproco. Ai servi non si comanda l'amore. Inoltre e soprattutto perché il servo non sa la volontà del padrone, mentre i discepoli conoscono la volontà del Padre rivelata da Cristo. La differenza consiste nel conoscere la parola di Dio che è la forza che lega i discepoli al Signore e tra di loro, nella reciprocità totale. La conoscenza viene nella tradizione del Vangelo. La verità della Parola ci fa liberi e lo scegliere di amare proprio in quel modo storicamente vissuto da Gesù realizza questa verità liberante e riempie il cuore di gioia anche nei momenti umani del soffrire. Il cristiano ricambia l'amore che lo ha scelto amando i fratelli. Così rimane nell'amore di Cristo che a sua volta è un rimanere nell'amore del Padre. Questa differenza cristiana non è opera dei discepoli ma della scelta di Cristo. Non sono i discepoli a scegliere Gesù, come il narcisismo imporrebbe, ma è Lui che li ha scelti come amici facendo conoscere la Parola di Dio perché diventino fecondi, fruttuosi. Il frutto è proprio amarsi reciprocamente fino a deporre la vita per i propri amici. Questo è il restare legati alla vite e dare il frutto che rimane. Il rimanere nell'amore è il rimanere del frutto. Questa è la Chiesa in uscita di cui parla papa Francesco. Nello Spirito di amore è una Chiesa che prega e può chiedere nel nome di Gesù qualunque cosa al Padre. Nel realizzare nella propria storia personale e collettiva l'amicizia che Cristo ha portato in sé, la vita trinitaria, è una Chiesa missionaria. Lo è in modo non invadente ma provocante la libertà dei cuori ad amare, deponendo la vita cui siamo attaccati. I cristiani sono missionari nella prassi proprio quando nella contemplazione sono uomini di preghiera riusciti.

TELMAR

NAUTICA

AERONAUTICA

AUTOMOBILISMO

ALLESTIMENTI
esterni e interni

VERNICIATURA a forno

AVVIATORI

PELLETTERIA

TENSOSTRUTTURE

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

a cura di Santa Pazienza

Frittelle di baccalà

Ecco la ricetta per delle deliziose frittelle il cui protagonista indiscusso è lui il baccalà, uno dei pesci più utilizzati nella nostra cucina tradizionale. Le frittelle di baccalà, ottimo antipasto da gustare direttamente con le mani, non sono altro che bocconcini ottenuti con un impasto lievitato ricco di baccalà a pezzi al loro interno, croccanti fuori e soffici dentro, pronte ad accattivarsi tutti i commensali.

Realizzarle non è affatto difficile ma si consiglia vivamente di mettere a bagno in acqua fredda il baccalà almeno due giorni prima, avendo cura, poi, di lavarlo spesso nel corso delle 48 ore. Ecco la ricetta di queste profumatissime frittelle:

Ingredienti:

- 1 kg di Baccalà
- 300 gr di Farina
- 10 gr di Lievito di Birra
- Acqua Gassata q.b.
- 1 cucchiaio di Prezzemolo Tritato
- Sale q.b.
- Olio per Friggere q.b.

Preparazione

Mettete il baccalà in ammollo per almeno 48 ore cambiando l'acqua ogni 5-6 ore circa, lavatelo bene, togliete la pelle, le lische e tagliatelo a pezzetti.
Asciugatelo con cura con della carta da cucina tamponandolo perfettamente e lasciatelo da parte per dedicarvi alla preparazione della pastella.
Mescolate la farina con il lievito sciolto in poca acqua, l'acqua rimasta, il sale ed il prezzemolo.
Otterrete una pastella dalla consistenza densa ma fluida.
Fatela lievitare per 50 minuti poi unite il baccalà; Scaldate bene l'olio e fate friggere l'impasto a cucchiaiate all'interno di una padella in abbondante olio bollente finché le frittelle assumeranno un colore dorato.
Fate scolare le frittelle sopra della carta assorbente, salate se o ritenete opportuno e servite ancora calde!

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

Spaesato ti segue ovunque!

Scarica l'applicazione

Available on the App Store

Available on the Android App Store

Torta salata di borragine

Ingredienti per 6 Persone:

- 2 dischi di Pasta Sfoglia cruda pronta;
- 350 g di Borragine mondata;
- 300 g di Ricotta;
- 60 g di Prosciutto Crudo;
- 2 Uova;
- 40 g di Parmigiano Grattugiato;
- Noce Moscata, Olio, Sale e Pepe q.b.

Preparazione

Ilmburrate e foderate uno stampo di circa 25 cm con un disco di pasta e tenetelo da parte.

Sbollentate la borragine, sgocciolatela, strizzatela, e passatela nel mixer con la ricotta. Amalgamate al composto le uova precedentemente sbattute con il formaggio grattugiato, un pizzico di noce moscata, sale e pepe.

In una padella scaldate un cucchiaio d'olio, fatevi rosolare le fettine di prosciutto, poi ritiratele e adagiatele nello stampo sulla superficie della pasta.

Distribuite la farcia di borragine e ricotta, sopra le fettine di prosciutto e ricopritela con il resto della pasta sfoglia.

Cuocete in forno caldo a 180° per circa 40 minuti. Ritirate, lasciate riposare alcuni minuti, trasferitela torta sul piatto da portata e servitela.

Mousse al limone

INGREDIENTI PER 8 BICCHIERINI DI MOUSSE:

Per la base:

- 150 gr di Cioccolato Bianco
- 2 Cucchiai di Latte
- 20 gr di Cereali Soffiati
- La scorza di un Limone

Per le mousse:

- 3 Limoni
- 6 Tuorli
- 400 ml di Panna da Montare
- 120 gr di Zucchero
- 3 cucchiai d'Acqua
- 8 gr di Colla di Pesce (4 fogli)

Preparazione

Iniziamo con la preparazione della base passando per qualche minuto i cereali in padella per farli tostare.

Sciogliete a bagnomaria il cioccolato con il latte e la scorza di limone grattugiata.

Poi stendete un foglio di carta forno.

Aggiungete i cereali al cioccolato fuso, mischiateli bene e versate sulla carta forno il composto livellandolo con un cucchiaio creando uno strato sottile ed uniforme oppure se preferite, ricoprite il cioccolato con un altro foglio di carta forno ed appiattite con un mattarello.

Mettetelo in freezer.

Spremete i limoni e filtratene il succo. Mettete il succo di limoni filtrato con 3 cucchiai d'acqua e lo zucchero in un pentolino e fatelo cuocere per qualche minuto, fino a

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

quando lo zucchero non si scioglie.

Con le fruste elettriche, lavorate energicamente i tuorli, unite lo sciroppo e continuate a montare per una decina di minuti, finché non risulteranno chiari e spumosi.

Mettete in ammollo la colla di pesce in acqua fredda per 10 minuti., strizzatela e fatela sciogliere in un pentolino con 2 cucchiai di tuorli montati.

Unite la cremina con la gelatina sciolta al resto dei tuorli.

Montare a neve ben ferma la panna ed incorporarla delicatamente ai tuorli mischiando dal basso verso l'alto.

Versare la mousse in 8 stampini (monouso o in silicone).

Con un coppapasta, ritagliare 8 cerchi dal croccante di cioccolato bianco e porre alle estremità degli stampini.

Porre in freezer per almeno 2 ore.

Passare dal freezer al frigorifero un'ora prima di servire.

Impiattamento:

Servire una mousse al limone su base croccante ad ogni commensale guarnendo il piatto con cioccolato bianco e scorza di limone grattugiati.

DIFFICOLTÀ ●○○

OCCORRENTE: vecchia camicia, forbice, spilli, ago, filo

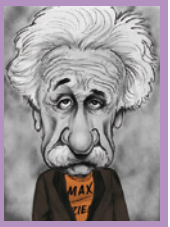
Ecco a voi come si può realizzare una bustina in stoffa, piccola e leggera, da usare come porta banconote, porta occhiali, porta fazzoletti, porta tessere...

- Da una vecchia camicia da uomo tagliate via il polsino;
- Piegate il polsino in due facendo in modo che l'asola corrisponda al bottone e si possa chiudere; fermatelo con degli spilli;
- Cucite i due lati aperti.

E' fatto!

E' così facile che potete divertirvi a realizzarne molte di diversi colori e per molti usi. Buon divertimento!

PERSONAGGIO DEL MESE



a cura di Max

ALICE LOMBARDI

LE DONNE SONO COME IL VINO: SONO SOLO PER VERI INTENDITORI

Ciao Alice, parlaci di te e della tua attività.

Che dire sono una giovane imprenditrice di trent'anni, appassionata del vino e legata alla tradizione familiare. Io mi occupo principalmente della parte amministrativa e commerciale. E' un'attività che mi occupa gran parte della giornata ed è a conduzione familiare e ci sono i miei genitori che sopportano e supportano, loro ricoprono vari ruoli all'interno dell'azienda.

Che cosa vi ha spinto a produrre vino?

È nato quasi tutto per caso. I miei nonni paterni hanno sempre coltivato fiori, nel momento della loro scomparsa ci dispiaceva abbandonare i terreni, ma allo stesso tempo avevamo voglia di qualcosa di nuovo e ci siamo buttati in questa avventura di viticoltori.

La prima piantagione è stata quella del vermentino, all'inizio, non sapendo come potesse andare, piantavamo e basta, la vinificazione avveniva presso terzi specializzati. Poco dopo visto che la attività prendeva piede e ci piaceva, abbiamo iniziato a piantare il rossese ed il pigato. Visto che anche questi andavano bene come produzione ci siamo allargati e creato "la cantina", a quel punto tutto il percorso dall'uva al vino è interamente seguito e gestito da noi.

Alice Lombardi

Da dove si prendono gli stimoli per creare un nuovo vino?

Beh, gli stimoli sono nel porsi sempre nuovi obbiettivi, come ad esempio quest'anno abbiamo voluto creare un nuovo vino un po' particolare il Rossese Affinato in Barrique 10

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

mesi, è stato un azzardo ben riuscito è stato molto apprezzato dalla nostra clientela.

Quindi l'ultima vendemmia è andata bene?

Si molto, abbiamo prodotto 20.000 bottiglie. Sono molto soddisfatta, nel momento della vendemmia c'è molto da fare e scendo anche io in campo a raccogliere, ci si alza presto la mattina però poi a fine giornata ci si ritrova in cantina a mangiare e bere tutti insieme con i braccianti che ci aiutano. Lo stesso accade per l'imbottigliamento, lavoro semplificato dalle attrezzature che comunque ha bisogno di attenzione per la miglior riuscita. In questi vari passaggi, vendemmia ed imbottigliamento, avvengo i controlli di qualità, dai quali derivano le denominazioni DOC ed IGT di cui vado fiera.

Quale è il vino a cui sei maggiormente legata e vi rappresenta?

Sicuramente il vermentino. E' il vitigno più caratteristico delle nostre zone, la mia vigna si trova nella località di Terzorio, tipico borgo ligure. E poi è stato il primo vino con cui è iniziato tutto.

Raccontaci dei tuoi vini e gli abbinamenti consigliati.

C'è appunto il vermentino che è un vino bianco dal colore giallo paglierino, ha un profumo floreale misto a spezie, il suo sapore è fresco, è fine ed elegante, come tasso alcolico siamo sui 12,5-13,5 gradi. Viene affinato in botti di acciaio per almeno sei mesi. E' ottimo per aperitivi e i piatti tipici liguri come le trofie al

PALEX 01845080207

Il tuo barista ci mette il sorriso.
Noi la **Qualità.**

CENTRO LATTE FARALDI

Commercio e distribuzione latte e derivati

Via San Francesco 71, San Remo
tel. e fax: 0184.50.57.11- centrolattefaraldi@libero.it

pesto, brandacujun ed il pesce in genere.

Segue il rossese che un vino rosso di colore rubino, dal profumo intenso, ma delicato con fragranza di rosa, viola e ciliegia. Il suo sapore è morbido con un piacevole fondo amarognolo, la sua gradazione si aggira sui 13-14 gradi, l'affinamento varia dai sei agli otto mesi sempre in botti di acciaio, i suoi piatti forti sono il coniglio alla ligure ed i formaggi stagionati.

Poi c'è il pigato che è un vino bianco secco di colore giallo paglierino, ha un profumo prettamente fruttato, il suo sapore è leggermente sapido, ma finemente elegante, la sua gradazione è di 13-13,5 gradi, la vinificazione avviene come per gli altri in botti di acciaio per circa sei mesi, si accompagna i piatti liguri in particolare la torta di verdura, la sardenaira e la cima.

Mentre il rosato ha un colore ciliegia-lampone,

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

ha un profumo di rosa ed il suo sapore è fresco ed intenso, la sua gradazione è di 12,5-13 gradi, viene affinato in botte di acciaio per 4 mesi, adatto per grigliate di pesce, fave e salame.

Ed ecco l'ultimo arrivato il rossese affinato in barrique. Si tratta di un vino rosso, ovviamente color rosso, profumo particolare al sentore di vaniglia e mela rossa, il suo sapore è caldo e piacevolmente amarognolo, gradazione più alta rispetto agli altri 13-14 gradi, viene passato in barriques per dodici mesi, decisamente adatto per le carni rosse e la selvaggina

Prospettive per il futuro?

Per il futuro mi piacerebbe ampliare maggiormente la mia azienda e farmi conoscere non solo a livello regionale, a tal fine mi sono iscritta ad una associazione nazionale denominata "Le donne del vino", che organizza eventi legati al mondo del vino e che ha come obiettivo quello di diffondere la cultura e la conoscenza dello stesso attraverso la formazione. Quest'anno il tema scelto è "vino & cinema".

Dal 15 al 18 aprile sarò presente come espositrice presso lo stand della Regione Liguria al Vinitaly, grande manifestazione a livello mondiale dove ci sono i più grandi nomi produttori di vino.

Inoltre per farmi conoscere organizzo visite nella vigna ed in cantina dove si possono degustare le nostre produzioni.

Grazie Alice di averci fatto fare un giro virtuale nella tua vigna, è arrivata l'ora dei saluti e dei ringraziamenti.

Grazie a voi di questa opportunità di farmi conoscere, poi ovviamente i ringraziamenti scontati, ma essenziali, vanno alla mia famiglia sempre con me.

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

...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.

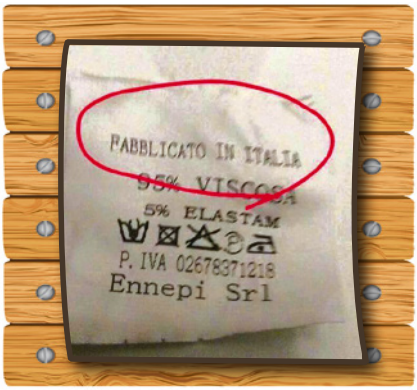
Eccovi il nostro cartello di oggi!

..... LA CONTRAFFAZIONE ....

In questo numero vi proponiamo un tema fino ad ora mai affrontato, quello della contraffazione e della tutela del Made in Italy .....

L'Italia è, da sempre, conosciuta in tutto il mondo per la produzione di eccellenze eno-gastronomiche, per la moda, per l'arte e l'architettura, per la storia e per mille altri aspetti.....

Negli ultimi decenni, però, i paesi dell'Est Europeo e dell'Oriente, soprattutto, stanno cercando di contraffarre ogni cosa, dagli alimenti .... all'abbigliamento ....



Ecco che allora troviamo le mozzarelle finte, il parmigiano che non è neppure un lontano parente di quello "vero" e nostrano, i capi di abbigliamento delle migliori case di moda banalmente copiati e imitati.....

Certo che questi sotto-prodotti, non fanno bene alla nostra economia, in qualche modo danneggiano il "marchio Italia", sono una piaga per i nostri produttori che cercano di portare avanti (tra mille difficoltà) la loro tradizione ed artigianalità nel produrre i loro articoli .....

Oltre al danno per il produttore

Centro Assistenza Tecnica
HELP UFFICIO
Computer - Stampanti - Fotocopiatori
Eliocopiatrici - Fax - Scanner
Help Ufficio di Murelli Davide
Str. carr. San Pietro, 155 - 18038 Sanremo (IM)
Tel. 335 6641171 - www.helpufficio.it

(economico e di immagine) anche il consumatore/utilizzatore ha sicuramente un danno nell'acquistare i prodotti non originali..... quanto meno non hanno la certezza di ciò che acquistano .....

Per non parlare dei generi alimentari che, in caso di mancanza di controllo, potrebbero addirittura arrecare danni alla salute.....

Ma per fortuna i nostri legislatori, la Comunità Europea, impongono alle aziende una precisa regola di etichettatura, di tracciabilità dei prodotti, di indicazione puntuale dei vari paesi di origine del bene acquistato ..... almeno il consumatore riesce ad identificare, a conoscere e ad apprezzare quanto acquista.....

L'etichetta, in fondo che cos'è un piccolo "Cartello Diverso" ..... quindi ..... no comment.....

A presto ai prossimi cartelli .....

SIETE TUTTI INVITATI A MANDARE ALLA REDAZIONE "REDAZIONE@SPAESATO.IT" LE FOTO DI "CARTELLI DIVERSI" CHE CIASCUNO TROVERA' SUL SUO PERCORSO

REMADE IN ITALY
HIGH-END REFIT & REPAIR SOLUTIONS
AMICO &CO
Amico & Co srl • Via dei Pescatori • 16128 Genoa • Italy
T: +39 010 2470067 • F: +39 010 2470552
amico.yard@amicoshipyard.com • www.amicoshipyard.com

PROVERBI LIGURI E SANREMASCHI

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

Avrì u n'à trenta, se ciüvìsse trentün nu' faréva ma' a nisciün.

Aprile ha trenta giorni, se piovesse trentuno non farebbe male a nessuno.

Perchè u sücà i camìne, besögna levàsse e cüverte d'ìntu léitu.

Perché lo zuccaio cresca, bisogna togliere le coperte dal letto. Che arrivi il caldo.

Chi nu' sa' léze a sòu scritüra, u l'è in'àse de natüra.

Chi non legge la propria scrittura è un asino di natura.

Ti parli d'u lùvu e parésce a cùa.

Parli del lupo e spunta la coda.

Càndu tròna avànti au cücu, l'anà a serà bòna d'u tütu.

Quando tuona prima d'aprile, al canti il cuculo, avremo una buona annata sicuramente.

Se ciöve a l'Ascensiùn, l'anà a va' in perdissiùn.

Se piove all'Ascensione, l'annata va in perdizione.

Se u cücu u nu' cànta d'avrì, u ch'u l'è mortu o ch'u sta' pe' möirì.

Se il cuculo non canta d'aprile, o è morto o sta per morire.

Àiga e pan, vita da càn.

Acqua e pane, vita da cane.

...'NDO VAi NELLO?

a cura di... Nello

QUESITO N. 1

In una stanza buia c'è un cassetto in cui sono contenuti alla rinfusa, e non appaiati, 20 calzini di colore bianco e 20 di colore nero, tutti naturalmente della stessa taglia.
Qual è il numero minimo di calzini che dovete prelevare dal cassetto per essere sicuri che all'uscita dalla stanza abbiate almeno due calzini di uno stesso colore?

QUESITO N. 2

Sei in una stanza in cui ci sono tre interruttori; nella stanza accanto ci sono tre lampadine.
Ognuno degli interruttori è collegato con una delle lampadine.
Fra le due stanze è presente una porta chiusa che non ti permette di vedere le tre lampadine e non fa filtrare luce.
Le lampadine inizialmente sono tutte spente.
Puoi utilizzare gli interruttori quante volte vuoi ma puoi entrare nell'altra stanza una sola volta e, richiudendo la porta dietro di te, devi riuscire a determinare quale interruttore corrisponde ad ognuna delle lampadine.

Se non indovinate ve lo diciamo noi!

1 - *Leggendo la traccia dell'indovinello si tende a rimanere ingannati, ma in realtà sono sufficienti solo 3 calzini. Infatti se i primi due sono opposti ce l'abbiamo fatto già con due, se invece i primi due risultassero di colori diversi, il terzo calzino deve essere necessariamente di uno dei due colori e quindi oppositi con uno dei precedenti.*

2 - *Per prima cosa devi accendere una lampadina premendo uno degli interruttori. Dopo un po' di tempo devi premere nuovamente l'interruttore azionato inizialmente, spegnendo così la lampadina. Subito dopo devi premere anche uno degli altri interruttori, accendendo così un'altra lampadina. A questo punto devi entrare nella stanza accanto dove troverai una lampadina accesa e due spente. Alla lampadina accesa corrisponde l'ultimo interruttore azionato, mentre le altre due potranno essere distinte per la loro temperatura. La lampadina prima accesa e poi spenta si sarà infatti scaldata e potrà così essere associata all'interruttore che avevi premuto due volte. La lampadina rimanente sarà associata all'interruttore mai toccato.*

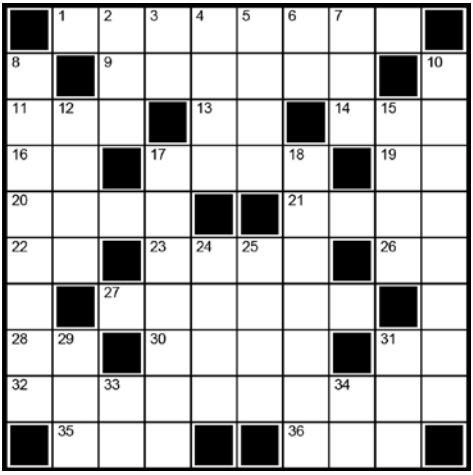
CURRICULI' CURRICULA'

Estratti da vere domande di impiego:

1. "Richiedo un salario commiserato con la mia vasta esperienza".
2. "Ho imporoto Word Perfect 6.0 ed altri progrommi come figli di colculo.
3. "Ho ricevuto una tacca come Venditore dell'Anno".
4. "Interamente responsabile per il fallimento di due (2) istituzioni finanziarie.
5. "Bocciato all'esame per magistrato con voti relativamente alti".
6. "Consiglio al datore di lavoro di non farmi lavorare con altre persone".
7. "Incontriamoci, cosi' potrai meravigliarti della mia esperienza".
8. "Mi farai diventare il tuo Super-Mega Boss in pochissimo tempo".
9. "Sono un perfezzionista, e raramente anzi anzi quasi mai dimentico i dettagli".
10. "Lavoravo per mia madre, finche' non ha deciso di trasferirsi".
11. "Stato civile: Nubile. Non sposata. Non fidanzata. Senza relazioni sentimentali. Senza impegni futuri.
12. "Sono diventato completamente paranoide, non credo in niente e nessuno".
13. "Il mio obiettivo e' diventare meteorologo, ma poiche' non ho un titolo di studio in quel settore, credo che posso anche provare a diventare agente di borsa".
14. "Interessi personali: Donare il sangue. Finora ne ho donati 50 litri".
15. "Ho rivestito un ruolo essenziale nel rovinare un'intera operazione per l'acquisto di una catena di negozi".
16. "Nota: Si prega di non interpretare male il fatto che ho cambiato 14 lavori. Non ho mai dato le dimissioni da un lavoro".
17. "Sposata: spesso. Bambini: svariati".
18. "Ragione per la quale si e' lasciata l'ultima occupazione: Insistevano che tutti gli impiegati andassero al lavoro alle 8:45 ogni mattina. Non potevo lavorare sotto quelle condizioni".
19. "La ditta ha fatto di me un capro espiatorio, proprio come i miei tre precedenti datori di lavoro".
20. "Sono risultato ottavo in un esame al quale hanno partecipato dieci candidati".
21. "Possibili referenze: Nessuna. Ho lasciato un cammino di distruzione dietro di me".
22. "Lingue conosciute: Inglese; ho frequentato corsi fool immersion di livello avanzato".

PASSATEMPIAMO

CRUCIVERBA



ORIZZONTALI

1. Confina a est con l'Austria
9. Dix attore e comico
11. La serie A del basket americano
13. Iniziano il lunedì
14. Kant compagna di Diabolik
16. Preposizione semplice
17. Affolla il set
19. Salgari (iniz.)
20. Segno dell'antico alfabeto germanico
21. Molto difficile a trovarsi
22. Odio a metà
23. Concordie senza guerre
26. Volo in centro
27. Genere di proscimmie del Madagascar
28. Antica lingua provenzale
30. Situata presso Karnak e Luxor
31. In venti dopo la prima
32. Popolano Hanoi
35. Devoto e caritatevole
36. Barzizza che recitò con Totò

VERTICALI

2. Video Graphic Array
3. Due romani
4. Ex calciatore di Chelsea e Cagliari
5. Antica divinità greca
6. ... Alamein in Egitto
7. Donne colpevoli
8. Guidò l'Unione Sovietica dopo Breznev
10. Ha diretto Il Decameron
12. Unità di misura del flusso di dati
15. Lo ricerca chi indaga
17. Comandante di poco conto
18. Erano navi da guerra
24. Chiude l'orazione
25. La governa Raúl Castro
29. Con Ciop nei cartoni animati
31. Cresce col tempo
33. Esercito Italiano
34. Nel riso e nel mais

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

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

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

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

CERVO

(Culturali)

CERVO IN BLU... D'INCHIOSTRO

(Oratorio di Santa Caterina di Cervo)
Appuntamento con la letteratura contemporanea e i suoi protagonisti nell'Oratorio di Santa Caterina di Cervo. La rassegna ha In programma tredici incontri ad ingresso gratuito - fino al 5 giugno - con autori nel panorama della cultura, della letteratura, della musica, della medicina e le loro novità editoriali.
Hafez Haidar, candidato al Premio Nobel per la pace, è ospite della manifestazione giovedì 5 aprile alle ore 17.00. L'autore di "Lezioni di pace. Il Corano, l'Islam, il terrorismo spiegato ai miei allievi" (Imprimatur editore) dialoga con Giovanni Poggio, Dirigente scolastico.
05/04/2018 ore 17.00

SANREMO

(Musica)

ORCHESTRA SINFONICA DI SANREMO: "PIERINO E IL LUPO"

(Teatro Casino di Sanremo)
Pierino e il Lupo - Fiaba musicale Op. 67 per Voce recitante ed Orchestra di Sergei Prokofiev.
Direttore: Andrea Oddone
Voce recitante: Nicola Olivieri
05/04/2018 ore 9.30 e 15.00
06/04/2018 ore 9.30 e 11.00

SANREMO

(Teatro)

GIUSEPPE GIACOBAZZI - IO CI SARÒ

(Teatro Ariston)
"Il nostro è un lavoro fatto anche di viaggi e durante i viaggi ti trovi inevitabilmente a pensare. Quando pensi, pensi a te e a quello che stai vivendo, a quello che hai vissuto e a quello che eventualmente potrà essere il tuo futuro. ... Ho pensato di lasciare un "videomessaggio" che possa spiegare ed eventualmente interagire con i miei possibili futuri nipoti. E per farlo, l'unico modo che conosco, è farlo davanti ad un pubblico".
Per prezzi d'ingresso e info:
www.aristonsanremo.com
06/04/2018 ore 21.15

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

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

VALLECROSIA

(Musica)

PRIMAVERA IN MUSICA - XIV RASSEGNA CONCERTISTICA

(Sala Polivalente "G. Natta")
Per la rassegna "Primavera in Musica" presentata dall'Associazione Musicale G.B. Pergolesi di Vallecrosia, Quartetto ed Ensemble- Musica insieme Archi del Conservatorio "N. Paganini" di Genova. Direzione artistica: M° Carlo Costalbano. Musiche di Mozart e Rossini.
08/04/2018 ore 16.30

SANREMO

(Sport)

65° RALLYE DI SANREMO

(Vie dell'entroterra sanremese)
Torna nella Città dei Fiori per la 65^ edizione il Rallye di Sanremo, organizzato dall'ACI Ponente Ligure. Saranno cinque le gare: il Sanremo, Valido per il Campionato Italiano Rally, il 33° Sanremo Rally Storico, il 32° Rally Coppa dei Fiori, il 10° Sanremo Leggenda e il 3° Eco Rallye valido per la Coppa FIA dell'Electric and New Wnergy Championship.
Per info www.rallyesanremo.it
Dal 11/04/2018 al 14/04/2018

SANREMO

(Musica)

ORCHESTRA SINFONICA DI SANREMO: "DA PARIGI A BERLINO"

(Teatro Casino di Sanremo)
Novità (Prima assoluta) di Rossano Pinelli
- Concerto in Re minore per Violoncello ed Orchestra di Edouard Lalo
1. Prélude: lento, Allegro, Maestoso
2. Intermezzo: Andantino con moto, Allegro Presto
3. Andante, Allegro Vivace
- Sinfonia n° 1 in Do minore Op. 11 di Felix Mendelssohn Bartholdy
1. Andante molto.
2. Minuetto (Allegro molto).
3. Allegro con fuoco.
Direttore: Maurizio Colasanti
Violoncello: Mariano Dapor
12/04/2018 ore 17.00

SANREMO

(Musica)

EUGENIO BENNATO DA CHE SUD É SUD

(Teatro Ariston)
Eugenio Bennato, grande ricercatore della canzone popolare, porta sul palcoscenico una nuova visione della creatività artistica legata alla musica tradizionale, allargando il senso della musica etnica italiana ad un orizzonte più mediterraneo. In questo nuovo spettacolo, insieme a parte di quel ricco repertorio costruito nella sua carriera e assolutamente imprescindibile, presenterà anche il suo nuovo progetto discografico, il nuovo album di Eugenio Bennato che avrà lo stesso titolo del tour teatrale, "Da che sud è sud".
Per prezzi d'ingresso e info:
www.aristonsanremo.com
12/04/2018 ore 21.15

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

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

CERVO

(Culturali)

CERVO IN BLU... D'INCHIOSTRO

(Oratorio di Santa Caterina di Cervo)
Appuntamento con la letteratura contemporanea e i suoi protagonisti nell'Oratorio di Santa Caterina di Cervo. In programma tredici incontri ad ingresso gratuito - fino al 5 giugno - con autori nel panorama della cultura, della letteratura, della musica, della medicina e le loro novità editoriali.
Pierfranco Quaglieni, già presidente del Centro Pannunzio, autore di Figure dell'Italia civile (Golem) dialoga con Giorgio Durante, Docente liceo Vieusseux di Imperia.
14/04/2018 ore 17.00

VALLECROSIA

(Musica)

PRIMAVERA IN MUSICA - XIV RASSEGNA CONCERTISTICA

(Sala Polivalente "G. Natta")
Per la rassegna "Primavera in Musica" presentata dall'Associazione Musicale G.B. Pergolesi di Vallecrosia, quintetto Famiglia Rigotti: Augusto – Viola, Veronica – Violoncello, Virginia (16 anni) – violino, Letizia (14 anni) – Violino, Elio (10 anni) – violino, Diletta (6 anni) – Voce e Pianoforte.
Musiche di: Bach, Mozart, Boccherini, Vivaldi, Brahmas, Schubert, Schumann
15/04/2018 ore 16.30

VALLECROSIA

(Fiere & Mercati)

MERCATINO DELLE PULCI "MERCANTE PER UN GIORNO"

(Grand Vide-Grenier - Piazzale ex mercato dei fiori)
Lo spirito del "Mercante per un giorno" è che chiunque può partecipare vendendo o barattando ciò che non gli serve più, trascorrendo una giornata diversa dalle solite, in compagnia di vecchi e nuovi amici nelle vesti di "mercante per un giorno".
Per info: fb "anticodoc liguria".
15/04/2018 dalle 8.00 alle 19.00

DOLCEACQUA

(Mostre & Esposizioni)

CARRUGI IN FIORE

(Centro Storico)
Il 21 aprile avrà inizio a Dolceaqua la manifestazione Carrugi in fiore che quest'anno avrà come tema "Il gioco e le sue belle espressioni".
Dal 21/04/2018 al 25/04/2018
ore 09.00 - 19.00

SAN BARTOLOMEO AL MARE

(Fiere e Mercati)

ELETTRO MOTOR SHOW - 2A EDIZIONE

(Piazza Torre Santa Maria)
Esposizione di moto, biciclette e go kart elettrici.
I visitatori avranno la possibiltà di effettuare veri e propri Test Drive.
22/04/2018 ore 10.00

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

SANREMO

(Teatro)

PAOLO RUFFINI SHOW

(Teatro Ariston)

Non è solo uno spettacolo, non può restare fedele alle righe di un copione perché l'improvvisazione prende il sopravvento. Si parte dal pubblico, dall'umore che c'è in sala, e si sviluppa un varietà dalla comicità esilarante, che però lascia spazio a momenti di riflessione. Un grande One Man Show scandito dal carisma, dall'autenticità e dalla comicità irriverente di Paolo Ruffini, padrone di casa d'eccezione in grado di creare un mix perfetto tra suggestivi monologhi e partecipazione del pubblico. con la partecipazione di Diana Del Bufalo. con Marco Abbro & Fabiano Pagliara e Veronica Maria Genovese da Ariston Comic Selfie 2017.
Per prezzi d'ingresso e info:
www.aristonsanremo.com
24/04/2018 ore 21.15

SAN BARTOLOMEO AL MARE

(Escursioni)

SUI SENTIERI DEL GOLFO - ANELLO DI VILLA FARALDI

(Villa Faraldi)

Escursione ad anello sull'antica mulattiera di collegamento verso la cresta e la Valle Merula, prima e lungo il crinale, poi. Godremo dell'esplosione di colori che la natura ci regalerà nel pieno della primavera, oltre che degli scorci paesaggistici che solo la Liguria sa regalare.
Distanza 9Km - Dislivello +/- 300m - Durata 4 ore (comprese soste) - Difficoltà E - Pranzo al sacco
Ritrovo: ore 9.30 presso IAT oppure ore 10.00 presso Comune di Villa Faraldi
25/04/2018 ore 10.00

SAN BARTOLOMEO AL MARE

(Mostre ed Esposizioni)

1A ESPOSIZIONE CINOFILA AMATORIALE

(Piazza Torre Santa Maria)

Esposizione Cinofila amatoriale con lo scopo di far conoscere i diversi tipi di cani e le loro peculiari caratteristiche. L'esposizione sarà aperta a tuttyi i tipi di cani, anche meticci, senza distinzione di razza.
Diomostrazioni cinofili.
25/04/2018 tutto il giorno

SANREMO

(Musica)

ORCHESTRA SINFONICA DI SANREMO: "GOUNOD E MENDELSSOHN: GIOIA E VIRTUOSISMO"

(Teatro Casino di Sanremo)

- Ricercare III (Prima assoluta) di Alberto Cara
- Concerto n° 2 in Re minore Op. 40 per Pianoforte ed Orchestra di Felix Mendelssohn Bartholdy
- Sinfonia n° 1 in Re maggiore di Charles Gounod.

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

Direttore: Jacek Rogala
Pianoforte: Alexander Chernov (vincitore concorso Scriabin)
27/04/2018 ore 17.00

SANREMO

(Musica)

BRUNORI A TEATRO

(Teatro Ariston)
La nuova avventura a teatro di Brunori Sas segue un incredibile 2017 che ha visto il cantautore conquistare il pubblico e la critica con l'ultimo album di inediti "A casa tutto bene", certificato disco d'oro, seguito dal grande successo live dell'omonimo tour, con oltre 65.000 biglietti venduti e numerosi riconoscimenti, tra cui la Targa Tenco per la miglior canzone dell'anno con "La Verità", che ha ottenuto anche il disco d'oro. Un percorso tra il riso e il pianto, dove l'unica certezza è...l'incertezza...
Per prezzi d'ingresso e info:
www.aristonsanremo.com
27/04/2018 ore 21.15

DIANO MARINA

(Enogastronomia)

AROMATICA 2018

(Vie del paese)
Torna dopo 7 anni di assenza la manifestazione Aromatica 2018. Basilico, erbe e profumi del Ponente Ligure, giunta alla sua 5^ edizione.
Un evento di qualità che ha lo scopo di valorizzare i prodotti tipici e promuova il territorio (costa ed entroterra), con modalità quanto più eco-sostenibili e in linea con i principi della Dieta Mediterranea.

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

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

L'edizione si svolgerà sabato 28, domenica 29 e lunedì 30 aprile con orario 9,30-23,00 e martedì 1 maggio con orario 9,00-19,00.
Durante l'evento saranno presenti aziende agricole e produttori di tutto il Golfo Dianese e del ponente ligure, produttori di aromatiche e ortaggi della Piana d'Albenga, eccellenze del territorio (presidi slow food e altri prodotti particolari), street food di qualità (con proposte a cura delle erbe aromatiche), aziende di prodotti a base di erbe aromatiche (birra, grappa, essenze, ecc.), piante e alberi da frutto tipici tipici del Mediterraneo, oltre agli espositori istituzionali come il Comune di Diano Marina e gli altri sei Comuni del Golfo Dianese, il Comune di Diano

d'Alba (gemellato con Diano Marina) e il Comune di Cosio d'Arroscia, sede del Museo delle Erbe, e altri ancora.
Saranno altresì ospiti dell'evento chef stellati, giornalisti ed esperti di enogastronomia, food blogger.
Diverse le iniziative che verranno promosse: Appuntamenti culturali (conferenze, presentazioni libri a tema), show cooking, corsi di cucina e di

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

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

preparazione del pesto, menù a tema, aperitivi e snack a tema, visite guidate, trenino con escursioni nell'entroterra, escursioni in mare e attività legate al Santuario dei Cetacei, spettacoli serali, raduno confraternite enogastronomiche, gemellaggio con prodotti d'eccellenza di territori complementari.
Dal 28/04/2018 al 01/05/2108

SANTO STEFANO AL MARE

(Mostre & Esposizioni)

OLTREMARE EXPOSITION

(Porto Marina degli Aregai)
La 2a edizione dell'esclusivo Boat Show della Riviera dei Fiori con esposizione di barche nuove e usate, attrezzature e servizi per la nautica, dimostrazioni sportive e molto altro da scoprire
Dal 28/04/2018 al 30/04/2018

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.

IMPIANTI DI REFRIGERAZIONE

BLASETTA

Via G. Borea, 7 - 18038 SANREMO (IM)
Tel 0184 500632

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

SAN BARTOLOMEO AL MARE

(Escursioni)

SUI SENTIERI DEL GOLFO - PASSO GRILLARINE - PIZZO D'EVIGNO

(ritrovo presso IAT - Piazza XXV Aprile, 1)
Un'escursione che abbraccerà il settore nord ovest del Golfo Dianese per raggiungere la cima che lo domina. Un viaggio tra diversi habitat che ci porterà dalla macchia mediterranea ai boschi di roverella fino ai pascoli alpini attraverso panorami mozzafiato sul golfo e sulla Valle Impero fino alle Alpi Liguri.
Distanza 9Km - Dislivello +/- 300m - Durata 4 ore (comprese soste) - Difficoltà E - Pranzo al sacco
Ritrovo: ore 8.45 presso IAT/ore 9.30 presso Passo del Ginestro
01/05/2018 ore 8.45

SANREMO

(Teatro)

STOMP

(Teatro Ariston)
Senza trama, personaggi né parole, STOMP mette in scena il suono del nostro tempo, traducendo in una sinfonia intensa e ritmica i rumori e le sonorità della civiltà urbana contemporanea. Con strofinii, battiti e percussioni di ogni tipo, i formidabili ballerini-percussionisti-attori-acrobati di STOMP danno voce ai più "volgari", banali e comuni oggetti della vita quotidiana: bidoni della spazzatura, pneumatici, lavandini, scope, spazzoloni, riciclandoli uso della scelta, in un "delirio" artistico di ironia travolgente. STOMP trova la bellezza e la sua essenza nella realtà quotidiana in cui

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

viviamo. Trasforma scope in strumenti, battiti di mani in una conversazione, bidoni della spazzatura in percussioni; il disordine della vita urbana diventa fonte di stupore e ritmo contagioso.
Per prezzi d'ingresso e info:
www.aristonsanremo.com
01/05/2018 ore 21.15

SANREMO

(Musica)

88X2 DUO PER DUE PIANOFORTI

(Teatro Ariston)
Elisa Tomellini e Francesco Grillo si esibiranno al Teatro Ariston di Sanremo, venerdì 4 maggio ore 21.15 in un evento esclusivo che vede i due straordinari pianisti per la prima volta sullo stesso palco in un concerto per due pianoforti. Il repertorio comprende pezzi magnifici di musica classica tratti dall'immenso repertorio per 2 pianoforti (Ravel, Lutoslawski) ma non solo, jazz, musica brasiliana, improvvisazione e composizioni originali scritte appositamente per il duo dallo stesso Grillo.
Per prezzi d'ingresso e info:
www.aristonsanremo.com
04/05/2018 ore 21.15

CERVO

(Culturali)

CERVO IN BLU... D'INCHIOSTRO

(Oratorio di Santa Caterina di Cervo)
Appuntamento con la letteratura contemporanea e i suoi protagonisti nell'Oratorio di Santa Caterina di Cervo. In programma tredici incontri ad ingresso gratuito - fino al 5 giugno - con autori nel panorama della cultura, della letteratura, della musica, della medicina e le loro novità editoriali.
Elisabetta Dami, cretarice di Geronimo Stilton dialoga lei con Massimo Picozzi psichiatra e saggista.
05/05/2018 ore 17.00

DIANO MARINA

(Sport)

#BENEFIT-TIAMO - 3^ EDIZIONE

(Molo delle Tartarughe)
Manifestazione sportiva a scopo benefico. Lezioni di fitness, esibizioni di danza e ginnastica ritmica tenute da

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

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

istruttori qualificati.
Il ricavato delle libere offerte sarà interamente devoluto alla Croce Rossa Italiana - Comitato Locale di Diano Marina.
Organizzazione a cura dell'Asd BeneFit-Tiamo.
Per info: www.benefittiamo.it
06/05/2018 ore 10.00

DOLCEACQUA

(Visite guidate)

VISITA GUIDATA A TEMA: BREA, MONET E MORSCIO

(Centro Storico)
Passeggiata nel paese incantato di Dolceacqua, dedicata ai luoghi di Monet e alle sue opere. Palazzo Luigina Garoscio e la Pinacoteca Morscio.
Visita ai siti d'interesse storico che legano i Doria ai Grimaldi di Monaco.
Ritrovo: ore 15:00 davanti all'Ufficio Informazioni Turistiche di Dolceacqua.
Al termine degustazione di vino presso l'Enoteca Regionale della Liguria.
Durata: 2h.
Costo: Euro 10,00 a persona.
Prenotazione obbligatoria.
06/05/2018 ore 15.00

IMPERIA

(Sport)

48A CORSA AL MONTE FAUDO

(Imperia ed entroterra - partenza da Palazzo Comunale)
La 48a Corsa al Monte Faudo, frutto della collaborazione tra US Maurina Olio Carli e Marathon Club Imperia, si svolge domenica 6 maggio.
In venticinque chilometri si passa dal mare ad un ambiente alpino, attraversando prima su strada asfaltata la zona popolata, Imperia, Caramagna, Dolcedo, Bellissimi fino al passo di Santa Brigida: dalla strada asfaltata a quella sterrata per un percorso immerso nella natura con arrivo al Faudo.
La novità riguarda la gara di 24,9 km che si potrà effettuare con staffetta a due.
Per info: www.imperiacorre.it

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

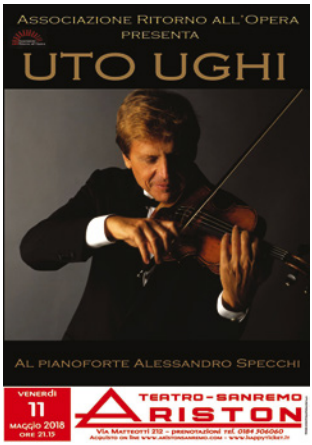
06/05/2018

SANREMO

(Musica)

UTO UGHI IN CONCERTO

(Teatro Ariston)
L'Associazione Ritorno all'Opera presenta Uto Ughi in concerto, accompagnato al pianoforte da Alessandro Specchi.
Per prezzi d'ingresso e info: www.aristonsanremo.com
11/05/2018 ore 21.15



CERVO

(Culturali)

CERVO IN BLU... D'INCHIOSTRO

(Oratorio di Santa Caterina di Cervo)
Appuntamento con la letteratura contemporanea e i suoi protagonisti

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

nell'Oratorio di Santa Caterina di Cervo. Per la Rassegna "Cervo in blu... inchiostro, Carlo Lucarelli, scrittore e ideatore della serie TV Coliandro nonché autore di Intrigo italiano (Einaudi), dialoga con Stefania Sandra, Docente liceo Cassini di Sanremo.
17/05/2018 ore 20.30

LAIGUEGLIA

(Manifestazioni religiose)

INFIORATA DEL CORPUS DOMINI

(vie del centro)
Appuntamento con la tradizionale infiorata: le vie della città si adornano di tappeti colorati fatti di petali di fiori.
31/05/2018

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.

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

CIPRESSA

(Musica)

CIPRESSTOCK - CONCERTO CHIARA RAGNINI

(Torre Gallinara)

All'interno di Cipresstock, Festival di musica agri-rock, Chiara Ragnini

presenta le canzoni del nuovo album "La Differenza", dieci canzoni inedite che raccontano dell'amore con eleganza ma che tagliano dritte come una lama affilata, a cavallo tra elettro pop e canzone d'autore. Dal vivo saranno portate al pubblico anche in chiave acustica.

Chiara Ragnini: voce chitarra
Max Matis: basso
Matteo Ferrando: batteria
02/06/2018 ore 18.00

DIANO CALDERINA

(Manifestazioni religiose)

INFIORATA DEL CORPUS DOMINI

(Sagrato della Piazza della Chiesa di San Giacomo)

Infiorata sul sagrato della Piazza della Chiesa e della canonica in frazione

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

Diano Calderina; alle ore 18,00 Santa Messa e a seguire processione nelle vie del borgo. Disegni a cura di Agostino Ardissone, opera realizzata dal "Gruppo Infioratori Dianesi".
03/06/2018 ore 18.00

CERVO

(Culturali)

CERVO IN BLU... D'INCHIOSTRO

(Oratorio di Santa Caterina di Cervo)
Appuntamento con la letteratura contemporanea e i suoi protagonisti nell'Oratorio di Santa Caterina di Cervo. In programma tredici incontri ad ingresso gratuito - fino al 5 giugno - con autori nel panorama della cultura, della letteratura, della musica, della medicina e le loro novità editoriali.
Conferenza "Madri venute dal mare". Il medico Antonella Ferraiolo racconterà testimonianze vere di donne madri, provenienti dall'Africa.
05/06/2018 ore 17.00

DIANO MARINA

(Feste popolari)

NOTTE BIANCA A TEMA "ORO, ARGENTO E NERO"

(Vie del centro cittadino)
All'interno della manifestazione sportiva "Divertiamoci a Diano - 2 giorni a tutto sport" l'evento collaterale di punta dell'inizio del periodo estivo a tema "Oro, argento e nero".
Dalle ore 18,00 fino a notte inoltrata: aperitivi, specialità gastronomiche "on the road", piatti speciali nei ristoranti, happy shopping, musica live, dj set, esibizioni itineranti.
Organizzazione a cura dell'Associazione Vivi Diano Marina...con Noi.
Informazioni:
Facebook: Notte Bianca Diano Marina
09/06/2018 dalle ore 18.00

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.

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

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

IMPERIA

(Culturali)

INCONTRI DI LETTERATURA E SCIENZA

(Biblioteca Civica "Leonardo Lagorio" - Piazza De Amicis 7)
Letteratura e Scienza... così lontane? Incontri a cura di Daniela Pallastrelli in collaborazione con Liceo "C. Amoretti" e Artistico di Imperia, a partecipazione libera e gratuita aperta a tutti.
Per info biblioim@comune.imperia.it
Fino a maggio 2018.

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

DOLCEACQUA

(Visite guidate)

CASTELLO DORIA - ENOTECA REGIONALE DELLA LIGURIA

(Castello Doria)
Ogni sabato e domenica ore 12
Castello Doria - Enoteca Regionale della Liguria: visita guidata del castello con degustazione di Rossese.
Ulteriori info: www.dolceacqua.it

DIANO MARINA

(Mostre & Esposizioni)

MOSTRA DELLO SCULTORE PABLO ATCHUGARRY

(Palazzo del Parco - Sala Mostre e Convegni "R. Falchi")
Unica mostra in Italia dello scultore Pablo Atchugarry, artista uruguaiano di fama mondiale nonchè cittadino onorario di Diano Marina, organizzata e curata dalla Civiero Art Gallery di Diano Castello.
Fino al 31/12/2018
dalle ore 16,30 alle ore 20,00

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,

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

MANIFESTAZIONI IN PROVINCIA

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.
Il complesso è aperto per le visite ogni lunedì dalle 14.30 alle 17.30; per gruppi di almeno 10 persone è possibile prenotare l'apertura anche in altro giorno/orario.

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

DOLCEACQUA

(Visite guidate)

DOLCEACQUA, TERRA DEI DORIA TRA STORIA ED ENOGASTRONOMIA

(Piazze e vie del paese)
Ogni ultima domenica del mese in occasione del mercatino del biologico e dell'antiquariato, il servizio visitatori del castello dei Doria mette a disposizione una guida per accompagnare in visita i turisti ed interessati alla scoperta di Dolceacqua, il paese incantato che estasiò anche Monet.
Visita ai siti di maggior interesse storico come il Ponte Vecchio, la Parrocchiale di Sant'Antonio Abate, il Palazzo Luigina Garoscio con la Pinacoteca Morscio e la Biblioteca Civica, il Castello Doria.
Si passa per via Castello, ricca di botteghe di artigiani, artisti e cantine.
Al termine della passeggiata degustazione del rinomato Rossese e dei prodotti tipici locali presso l'Enoteca Regionale della Liguria.
Ritrovo ore 15 davanti all'Ufficio Informazioni Turistiche di Dolceacqua appuntamento con i prodotti naturali e locali del mercatino del biologico.
Prenotazione obbligatoria.
Per info: www.cooperativa-omnia.com

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

NUMERI UTILI

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

UFFICI TURISTICI

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

IAT Apricale (stagionale)
via Roma 1
0184 208 641

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

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

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

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

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

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

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

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

SPAESATO PREMIUM LISTING

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

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

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

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

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

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

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

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

BICICLETTE - VENDITA E RIPARAZIONI
DANYMARK - Tel. 0184 501549

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

CARROZZERIE
ELITE - Tel. 0184 506238

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

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

CENTRI ESTETICI
SIMONA- Tel. 0184 506303

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

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

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

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

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

FORNITURE DENTALI
RB FORNITURE DENTALI - Tel. 0183 293461

ZURICH®

PAOLINO ASSICURAZIONI SNC

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

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

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

www.zurich.it

SPAESATO PREMIUM LISTING

GAS - FORNITURA E IMPIANTI
AUTOGAS - Tel. 0184 476394

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

GIOCATTOLI
MARAMEO - Cell. 338 5926636

GOMMISTI
TORTOSA - Tel. 0184 505423-4

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

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

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

IMPIANTI ANTICENDIO
REBORA ESTINTORI - Tel. 0184 508696

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

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

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

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

OREFICERIE
TADDEI - Tel. 0184 500217

CUNEOLUBE

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

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

Shell Distributor

SPAESATO PREMIUM LISTING

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

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

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

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

RISTORANTI - PIZZERIE
CLUB 64 - Tel. 0184 578192

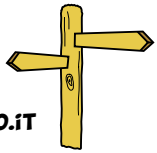
SERVIZI ECOLOGICI E SMALTIMENTI
RSE - Tel. 0184 476378

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

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

TAPPEZZERIE
VITTORIO - Tel. 0184 579376

VETRERIE E SERRAMENTI
VETRERIA SANREMO - Tel. 0184 505491



WWW.SPAESATO.iT

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

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

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

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

PRELÀ