



L'EDITORIALE

Eccoci qui per raccontarvi e spiegare i motivi di questo VOSTRO giornale ITALIANO gratuito a Tenerife: LEGGO@TENERIFE. Noi siamo un gruppo di professionisti italiani che ha deciso di vivere e quindi anche LEGGERE a Tenerife nella nostra lingua, l'ITALIANO! Il nostro e vostro giornale LEGGO@TENERIFE nasce dalla collaborazione di un gruppo di amici italiani che da tempo sentivano la voglia di sfogliare pagine di carta stampata all'estero, in lingua italiana soprattutto, ma anche di ricevere notizie interessanti concrete e divertenti, saranno notizie autentiche, come scintille di Prometeo che, scoppiate dall'incudine della mente e dei fatti reali, cioè dalle profondità dello spirito e dalla materialità dei momenti attuali, si libereranno per raccontare il continuo viaggio appassionante nelle isole dell'eterna primavera.

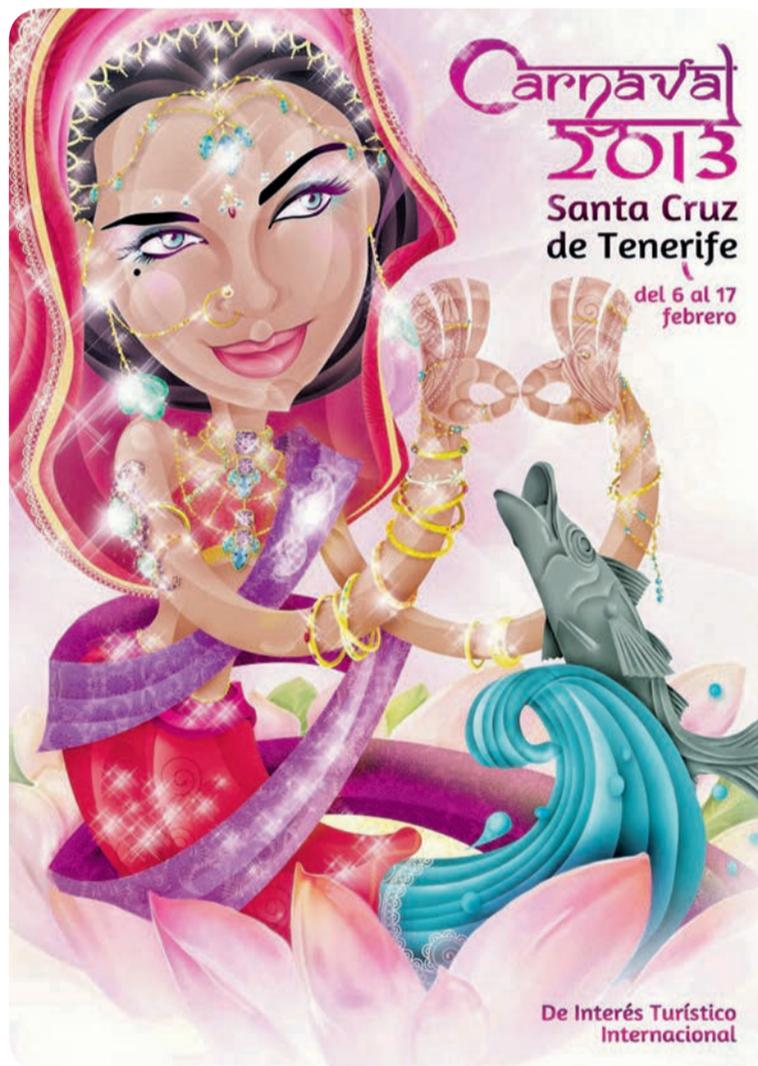
CONTINUA A PAG.2

SPORT

Approfondimenti su
Golf, Bridge e Kayak

CONTINUA A PAG.6 e PAG.7

Carnaval de Santa Cruz 2013: È di scena "BOLLYWOOD"



In genere viene indicato con il nome di CARNEVALE (dal latino "carnem levare"), quel periodo di tempo che intercorre tra il giorno successivo all'Epifania fino al giorno prima del mercoledì delle Ceneri. Anche se i veri festeggiamenti in genere cominciano il 17 gennaio, festa di Sant'Antonio Abate. Dopo il Carnevale di Rio de Janeiro e di Venezia, quello di Tenerife è considerato il Carnevale più importante del mondo. Rio de Janeiro e Tenerife sono gemellate non solo per il Carnevale e probabilmente per il clima, le due città hanno in qualche modo un personaggio in comune: uno dei fondatori di Rio de Janeiro fu Padre Anchieta, originario di Tenerife, precisamente di San Cristobal de La Laguna.

CONTINUA A PAG.10

Quanti soldi servono per vivere di rendita e come investirli al meglio

Prima parte

CONTINUA A PAG.12

- Alcuni Concetti Base per Vivere di Rendita
- Il Calcolo dell'Inflazione
- Vivere di Rendita Avendo un Grosso Capitale Iniziale
- Vivere di Rendita Investendo in Borsa
- Vivere di Rendita Investendo in Immobili

Le nuove disposizioni fiscali per i contribuenti in Spagna:
il MODELLO "720"

CONTINUA A PAG.4

NOTIZIE LOCALI

Paulino Rivero chiude le porte all'immigrazione

CONTINUA A PAG.3

DOVE ANDIAMO A MANGIARE OGGI?

Un Guachinche per respirare aria d'altri tempi

CONTINUA A PAG.9

CUCINA

Le ricette per Carnevale

CONTINUA A PAG.9

VIVERE ALL'ESTERO

- l'Esercizio del diritto di voto dei cittadini italiani
- la Nuova Patente Europea

CONTINUA A PAG.15

il Veterinario risponde

La larva nascosta

CONTINUA A PAG.14



Articolo a PAG.3

eat italy
Sabores de Italia

Specialista in prodotti italiani e gastronomia d'asporto come Lasagne, Pizza, Pasta Cafeteria con dolci e torte artigianali

"La Vita è troppo breve per mangiare e bere male"

Calle Boston, 2
Los Cristianos
Tel.922 789 876

Orario: dalle 9 alle 20
da lunedì a venerdì
Sabato dalle 9 alle 19

L'EDITORIALE

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/357

Il nostro nuovo **LEGGO@TENERIFE** cerca l'onestà dell'uomo che non fa della cultura un'esibizione, ma vive il QUOTIDIANO (inteso sia come giornale che come ora dopo ora vissuta lontano dall'Italia) vivendo all'estero momento per momento, accadimento o notizia che ci farà sorridere. La vita va vissuta sorridendo!
Raccontando e spiegando e fotografando non solo i momenti magici, le tradizioni e i luoghi più incantati delle Isole Canarie, ma anche fatti, le leggi, le regole, i divertimenti e le curiosità per vivere serenamente le Isole dell'eterna primavera, e a tutto questo seguirà

il ragionamento su altre realtà, raccontando anche quello che accade in Italia, sia esso motivo di preoccupazione, di informazione, che gossip, che divertimento, ma anche la nostra cultura italiana: per uscire dal groviglio della monotonia anche in vacanza c'è solo la propria forza di identità!
Mi vengono in mente le parole di un amico poeta veneziano che raccontavano:

*Soltanto la parola senza maschera
sfida il vuoto, la nullità:*

*le parole creatrici
soltanto sfidano il nulla.
ricorda
mia parola
gli attimi di gioia
Racconta*

*la ineguagliabile primavera
dell'amore che solo ci conforta
Scopri, parola, un mondo diverso
...Inventalo se non esiste
Mi parlano gli angeli
e le parole hanno
una voce senza più tempo.*

Ecco noi vogliamo inventare un giornale diverso, un giornale fatto con tutti voi che ci leggerete, e che potrete creare assieme a noi un giornale fatto sulle vostre domande e sulle risposte serie di professionisti in vari settori e su quelle divertenti di gente del popolo, insomma di tutti noi che lo scriviamo, dove ci potranno essere pareri discordanti e ben vengano, dove ognuno di noi e voi potrà esprimere la propria personalità, fatta da sensazioni, gioie, pensieri, domande, risposte

e fotografie. Ci saranno rubriche di appuntamenti con le festività tipiche della cultura Canaria ma anche informazioni su avvenimenti italiani, uno spazio per tutti voi lettori dove potrete scrivere i vostri pensieri, una poesia, una lamentela, un'informazione ma anche una chiacchiera su di un guachinche scoperto per caso tra i monti dell'isola, un angolino ameno sconosciuto ed anche dove potrete chiedere informazioni utili per la quotidianità/burocrazia dell'isola. Aspettiamo le vostre recensioni sui ristoranti dell'isola, sui parchi divertimento, sui campi sportivi, sulle gite e sulla vita notturna, la famosa movida!
Tenerife, quest'isola meravigliosa dove molti italiani hanno deciso di trasferirsi, dove hanno deciso

di lavorare o fare vacanza, dove si godono la loro pensione, dove hanno deciso di cambiare la loro vita, purtroppo non sempre con facilità e non sempre in meglio, ma qui, a Tenerife, anzi alle Isole Canarie, la vita ti sorride anche nelle difficoltà. Qui tutto è un po' più facile che in altri luoghi! Ecco proprio qui vogliamo inventare una voce per tutti NOI italiani, vogliamo dare voce a tutti gli italiani che sono qui per poco, per vacanza o per tanti mesi. Chi desidera far sentire la sua voce può scrivere a info@leggotenerife.com oppure, molto più semplice, telefonare al (0034) 626196125, noi risponderemo con gioia a tutti! A tutti un meraviglioso inizio anno 2013!

© RIPRODUZIONE RISERVATA

• Leggo@TENERIFE •

EDITORE: Associazione Culturale No-Profit "Gli Amici Speciali di Tenerife"

N° Deposito Legal: TF 34-2013

DIRETTORE RESPONSABILE: Franco Leonardi

Tel: +34 626 196 125 - **Fax:** +34 922 748 640

Direzione Grafica: Cristiano Collina

Internet: www.leggotenerife.com

E-mail: info@leggotenerife.com

 [leggotenerife](https://www.skype.com/leggotenerife)

 <http://www.facebook.com/LeggoTenerife>

STAMPATO in 5000 copie presso Tf Print Bermont - S/C Tenerife

DISTRIBUZIONE: Dove si può trovare ?

Nei punti più socialmente rappresentativi dell'isola, municipi, banche, bar, alberghi, ristoranti, palestre, circoli sportivi, centri commerciali, e in genere in luoghi gestiti e/o frequentati da italiani... dove viene distribuito gratuitamente ai primi del mese.

DISCLAIMER: Leggo@Tenerife è pubblicato e stampato mensilmente da "Gli Amici Speciali di Tenerife" - Associazione Culturale No Profit. Annunci, testi, foto o altre parti di questa pubblicazione sono di proprietà degli editori, ad esclusione di: marchi, foto, loghi e immagini di altre ditte/società che in questo caso sono dei legittimi proprietari. Essi non possono essere utilizzati o riprodotti o trasmessi in qualsiasi forma o mezzo senza il permesso scritto dell'Editore. Questo giornale non può essere ritenuto responsabile per i contenuti degli articoli forniti dai nostri collaboratori o inserzionisti. L'Editore si riserva il diritto di rifiutare di pubblicare annunci, testi o elementi pubblicitari. L'Editore non può essere ritenuto responsabile per variazioni sul colore stampato in questo giornale. Non lede le leggi sul diritto d'autore, poiché cita sempre, quando ne è a conoscenza, l'Autore o il titolare dei diritti sull'opera, indicando il relativo copyright ©.

INTERNET: Tutti gli articoli presenti dell'edizione cartacea verranno archiviati anche sul sito www.leggotenerife.com, quindi nello storico si potranno vedere anche quelli dei mesi precedenti. Nel sito si possono trovare inoltre notizie ed informazioni che sul giornale non ci sono: ultima ora, il meteo, l'oroscopo giornaliero, la viabilità e le farmacie di turno, inoltre si avrà l'opportunità di commentare gli articoli, di partecipare ai sondaggi, di scrivere al Direttore e scaricarsi le edizioni nel formato PDF (Portable Document Format).



ROTARY CLUB



TENERIFE SUR



Riunione settimanale presso l'Hotel H10 Gran Tinerfe a Playa de las Americas: tutti i lunedì alle 20,30 nel Salon Adeje

Reunión semanal en el Hotel H10 Gran Tinerfe en Playa de las Americas: lunes a las 20,30 horas en el Salón Adeje

Weekly meetings at the Hotel H10 Gran Tinerfe in Playa de las Americas: every Monday at 8,30 P.M in the Salon Adeje

A Tenerife ci sono bambini che non mangiano!

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/540

Nelle visite che il Rotary Club Tenerife Sud sta effettuando nelle scuole statali i maestri raccontano che alcuni bambini vanno a scuola affamati: si proprio AFFAMATI nel 2013! Molti bambini si SFAMAVANO con l'unico pasto giornaliero nelle mense scolastiche e con il peggioramento della situazione economica (molte famiglie hanno perso sia lavoro che casa) i genitori

non riescono nemmeno più a pagare la mensa. Il Rotary Club Tenerife Sud ha creato la campagna "un niño una comida", e ha già messo a disposizione delle famiglie meno abbienti tutte le risorse su cui poteva contare, almeno per iniziare a pagare i primi pasti scolastici a questi ragazzini. Se anche tu vuoi collaborare contattaci al numero 629.81.47.86 o al numero 922.78.24.10 e fissa un appuntamento per le donazioni e/o il tesseramento come collaboratore.

Le nostre Rappresentanze diplomatico-consolari hanno il compito di assicurare la tutela degli interessi italiani fuori dai confini nazionali ed offrono diversi servizi. I servizi offerti devono essere forniti secondo principi di eguaglianza, imparzialità, efficienza e trasparenza, avendo come obiettivo la tutela dei cittadini italiani rispetto ai diritti fondamentali ed alla libertà personale. La tutela riguarda, ad esempio, i casi di decesso, incidente, malattia grave, arresto o detenzione, atti di violenza, assistenza in caso di crisi gravi (catastrofi naturali, disordini civili, conflitti armati, ecc.), rilascio di documenti di viaggio d'emergenza causa perdita o furto del passaporto

Consolato Onorario d'Italia

Console Onorario: Sig. Silvio PELIZZOLO

Indirizzo: C/. Cruz Verde, 10/2° - 38003 Santa Cruz de Tenerife

Tel. 807.505.883 (Numero a pagamento 1,51€ al minuto)

Fax: 922.241.040 - e-mail: consitatf@gmail.com

Per chi chiama da fuori dalla Spagna: +34 902.502.512

Si riceve su appuntamento, da richiedere telefonicamente

Ambasciata d'Italia

Indirizzo: Calle Lagasca, 98 - 28006 Madrid - Spagna

Tel.: +34 91 4233300 - Fax: +34 91 5757776

Tel.807 505 883 (Numero a pagamento 1,51€ al minuto)

(per questioni consolari il n. fax é +34 91 5546669)

E-mail: archivo.ambmadrid@esteri.it



Paulino Rivero chiude le porte all'immigrazione, sostenendo che non permette di ridurre la disoccupazione

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/416

Il primo ministro Canario, Paulino Rivero, ritiene che sia "fisicamente impossibile" che il mercato del lavoro canario possa assorbire nuovi lavoratori.

Il Presidente delle Isole Canarie, Paulino Rivero, ha detto che nelle isole non sarà possibile ridurre i tassi di disoccupazione, se l'arrivo di stranieri in cerca di lavoro continuerà ad aumentare come ha fatto fino ad ora; per cui ritiene opportuno stabilire certi limiti che consentano di offrire reali possibilità alle persone in cerca di lavoro e unitamente poter fornire un adeguato livello di servizi pubblici.

Nel suo blog personale, Paulino Rivero ha chiarito che i meccanismi di difesa per regolamentare la crescita della popolazione sono "un atto di responsabilità ragionevole e urgente", perché l'aumento costante dei soggetti in cerca di lavoro - causato dall'immigrazione - "continuerà ad impedire che si possa ridurre il tasso di disoccupazione".

Rivero ha ricordato che negli ultimi dieci anni quasi 180.000 stranieri si sono stabiliti nelle isole Canarie e, per il solo 2011, come risultato della migrazione, si sono contati 23.000 nuovi lavoratori. E a questo proposito, ha ribadito che l'economia delle Canarie "non è in grado" di sopportare questi

aumenti di popolazione. Secondo l'INE, le Canarie sono al secondo posto fra le comunità la cui popolazione è maggiormente cresciuta negli ultimi anni, un significativo 22,9%, passando da 1,6 milioni di abitanti nel 2001 a poco più di 2 milioni nel 2012 (+388.178 persone), con un incremento che Rivero attribuisce al fatto che negli ultimi dieci anni hanno raggiunto le isole 178.574 stranieri, raggiungendo il totale considerevole di 276.524 individui. Questi dati, secondo il presidente, obbligano a riflettere "senza allarmismi" e ad aprire un dibattito sulla capacità di accoglienza dell'arcipelago, analizzando quanti posti di lavoro è in grado di

creare l'economia delle isole e individuando gli impatti di questa crescita della popolazione sul territorio e per quanto riguarda la fornitura di servizi pubblici.

A suo parere, questa discussione è "imprescindibile" e non dovrebbe essere "conta-

minata" con accuse "gratuite e ingiustificate", e ha chiarito che "non si tratta di ghettizzare il diverso, ma di stabilire alcuni limiti che permettano di offrire lavoro a tutti coloro che ne fanno adesso richiesta."

"MATERIALMENTE IMPOSSIBILE"

Il Presidente delle Canarie ha detto che la crisi non è stata affatto un deterrente per l'arrivo di migliaia di persone per le isole (NdR: forse esattamente il contrario), il che rende "molto complicato" adeguare il sistema pubblico di servizi essenziali a un simile aumento di popolazione.

Inoltre, egli insiste sul fatto che è "fisicamente impossibile" che il mercato del lavoro canario possa assorbire questo rilevante aumento del numero di lavoratori attivi.

Per invertire questa situazione e riuscire a ridurre la disoccupazione e a garantire dei servizi pubblici sostenibili, Paulino Rivero propone di non tagliare i fondi per il "Plan Integral de Empleo de Canarias (PIEC)" (Piano Integrato dell'Occupazione delle Canarie), che il governo del Partito Popolare ha ridotto da 42 a 10 milioni di Euro, perché questo significa "lasciare migliaia di canari in una situazione di vulnerabilità inaccettabile e ingiusta".

Così, il Presidente ha ribadito la necessità di promuovere una riflessione sulla capacità "di carico" dell'arcipelago, come - ha ricordato - sta già facendo la Commissione Europea che ha allo studio l'impatto della crescita della popolazione sulla fornitura di servizi pubblici essenziali.

NOTIZIE UTILI IN BREVE

La crisi ha distrutto nel 2012 ben 14.300 posti di lavoro nelle Isole Canarie, portando la disoccupazione al 32,96%, risultando al terzo posto fra le Comunità spagnole. Al momento sono senza lavoro alle Canarie 368.400 persone, 202.400 maschi e 166.000 femmine. Santa Cruz con 169.600 disoccupati sta leggermente meglio di Las

Palmas di Gran Canaria, che ne totalizza 198.800. Anche le banche hanno dovuto ridimensionarsi, chiudendo il 15,2% degli sportelli. Da 1493 sportelli esistenti nel terzo trimestre del 2008 si è passati a 1266, nel terzo trimestre dell'anno scorso, secondo i dati pubblicati dal Banco de España.

Stringe la cinghia anche il Carnevale! Quello del 2013 sarà il Carnevale più "asciutto" della storia. Dei 74 posti disponibili per chioschi di birra, hamburger e musica che si potevano installare nelle vie, ne sono stati venduti solo 35, 22 in meno rispetto al 2012. L'Ayuntamiento di Santa Cruz ha così incassato ben 100.000€ in meno del previsto.

La gastronomia Tinerfeña. Tenerife quest'anno sarà presente con uno stand presso FITUR, la fiera del turismo più importante del paese che si svolgerà a Madrid fino al 3 febbraio. I piatti più caratteristici dell'isola accompagnati dall'eccellenza del vino locale saranno i protagonisti di eventi esclusivi!

Lo chef canario Armando Saldanha ha vinto il VII Concorso di Cucina Creativa "Gusti Negrini", manifestazione svoltasi durante il "Fusion" in Madrid. Armando non è di origini Canarie, ma vive qui da molti anni, è uno di quei cuochi che si sforzano di sorprendere ed avere successo! Quest'anno ha ottenuto il successo in una gara che obbligava ad usare prodotti italiani: parmigiano, mozzarella, pancetta e speck! Armando Saldanha ha il suo ristorante, Gastro-Bar, a Santa Cruz de Tenerife presso il Museo de la Naturaleza y del hombre.

L'Ambasciata di Madrid ha ascoltato le richieste della nostra comunità che, per rinnovare un documento d'identità, era costretta a percorrere più di 3000 chilometri e a spendere più di 400 euro per il viaggio. Il 4 e il 5 marzo un funzionario del Consolato sarà a Tenerife per raccogliere le impronte per il rilascio dei passaporti.

Grande opportunità di conoscere meglio le sette isole! Continua fino al 28 febbraio l'eccezionale promozione di Naviera Armas per tutte le destinazioni fra le varie isole Canarie, valida per i residenti nell'Arcipelago. Tutti i biglietti, senza alcuna differenziazione, costeranno 7€ per passeggero e 7€ per veicolo.



Eat Italy è il negozio di specialità italiane a Los Cristianos, unico nel suo stile dove si possono trovare prodotti italiani delle migliori marche, dove si può bere un buon caffè, o prendere una stupenda lasagna alla bolognese, una parmigiana o una pizza fatta in casa. E' solo da provare per credere.

C'è anche un'ampia selezione di vini italiani, tra cui il Prosecco della Carpenè Malvolti (eccellenza italiana), il Sangiovese dei Maestri Cantinieri e il Cannonau di Sella & Mosca e molti altri vi aspettiamo pronti a soddisfare le vostre richieste.

L'indirizzo è in
prima pagina.



Le nuove disposizioni fiscali per i contribuenti in Spagna

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/657

Con il presente articolo saranno analizzati brevemente gli aspetti essenziali del nuovo adempimento fiscale previsto per i residenti fiscali in Spagna.

La legge numero 7/2012 del 29 ottobre ha previsto un nuovo adempimento tributario per i residenti fiscali in Spagna. Si tratta, in realtà, dell'obbligo di informare l'Agenzia delle entrate spagnola (Agenzia tributaria) sui beni e diritti situati fuori dal territorio spagnolo.

In particolare, con il regolamento attuativo RD 1558/2012, del 15 novembre, approvato con il fine di armonizzare la normativa spagnola a quella comunitaria e internazionale in materia di scambio di informazioni, sono stati introdotti tre nuovi obblighi fiscali mediante tre articoli di legge: Art. 42 bis, 42 ter e 54 bis. A seguito dell'introduzione di tali disposizioni normative, il Ministero di Economia e Amministrazione Pubblica **dovrà approvare il modello informativo** dei

beni e diritti situati all'estero nelle prossime settimane, considerando che ha già approvato un progetto del modello "720" già pubblicato nella pagina web dell'Agenzia tributaria. In merito al contenuto dei nuovi obblighi, ricordiamo che le persone fisiche e giuridiche residenti nel territorio spagnolo (incluso gli stranieri residenti), le stabili organizzazioni nel territorio spagnolo di persone fisiche o giuridiche non residenti, e le altre entità indicate nell'art. 35.4 de la Ley 58/2003, del 17 dicembre, sono obbligate ad inviare il modello 720 indicando a titolo informativo l'esistenza fuori dal territorio spagnolo dei seguenti diritti e titoli:

- Titoli azionari, partecipazioni in capitale sociale di entità giuridiche, titoli in fondi patrimoniali
- Conti correnti, conti vincolati e altri tipi di conti a nome dell'interessato o in cui risulta cointestatario, autorizzato, rappresentante o che goda di una procura a gestire

- Obbligazioni
- Assicurazione sulla vita e di invalidità sempre che la compagnia assicurazione sia situata fuori dal territorio spagnolo
- Redditi da capitali
- Beni immobili, diritti reali di godimento e nuda proprietà, multiproprietà.

Quindi, coloro i quali risultano essere residenti fiscali in Spagna dovranno inviare telematicamente all'Agenzia tributaria il modello informativo nel primo trimestre dell'anno. Si precisa però che, per l'esercizio 2012, l'invio del modello 720 si realizzerà nei mesi di marzo e aprile 2013. In merito al regime sanzionatorio previsto per l'obbligo di informare attraverso l'invio telematico del "modello 720" sui conti correnti bancari, attivi, polizze assicurative, e su tutti i beni situati all'estero già brevemente descritti, così come i beni immobili e diritti reali di godimento sugli stessi evidenziamo che:



- In caso di mancato invio delle informazioni sull'esistenza di conti correnti aperti in entità bancarie all'estero è prevista una sanzione di € 5.000,00 per ogni dato o per ogni singolo dato riferito allo stesso conto corrente non dichiarato, incompleto, inesatto o falso, con un minimo di € 10.000 €;
- In caso di ritardo nella presentazione della dichiarazione senza notificazione preventiva da parte dell'obbligato tributario all'Amministrazione è prevista una sanzione di € 100,00 € per ogni dato e insieme

me di dati, con un minimo di € 1.500 €;

- In caso di mancata dichiarazione attraverso i sistemi elettronici, informatici o/e telematici quando esiste l'obbligo di farlo attraverso tali strumenti: €100,00 ogni dato o insieme di dati con un minimo di 1.500 €.

Per ulteriori informazioni in merito potete contattare direttamente lo Studio legale e tributario

CICCONI & ASOCIADOS

(Avv. Michele Paolo Cicconi)



CICCONI & ASOCIADOS

Abogados y Asesores fiscales

Avda. Barranco de las torres, nº10
Ofic.2A, 38670 Los Olivos, Adeje Tenerife
Tel.:922 782 410 - Fax:922 711 566

info@cicconieasociados.com - www.cicconieasociados.com

Baci appassionati e cenette sulla spiaggia: arriva San Valentino

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/550

Il 14 febbraio si festeggia San Valentino, giornata all'insegna di baci appassionati, cenette romantiche sulla spiaggia a lume di candela e passeggiate romantiche mano nella mano tra sussurri di dolci frasi d'amore.

Ma perché l'amore si festeggia il 14 febbraio? In onore di Valentino da Terni (conosciuto anche come Valentino da Interamna), santo e martire cristiano diventato patrono dell'amore per una serie di miracoli da lui scaturiti.

Nelle isole Canarie si usa regalare cesti di prodotti gourmet, cioccolatini, champagne e fiori, proprio gli immancabili fiori. In tutti i gardens o vivai si possono trovare una varietà enorme di orchidee sia in vaso che recise.

Nel comune di Fasnia si or-

ganizza una festività alla Fuente Nueva

- La Zarza, con balli cantati e barbecue. Molti ristoranti in questa giornata propongono menù a tema. San Valentino è solo una volta all'anno, ma piccoli gesti d'affetto e d'amore fanno piacere ogni giorno. Un post-it d'amore sul frigorifero, una colazione sul comodino, un pomeriggio di intimità... Stupite il vostro partner a San Valentino, ma amatelo tutti i giorni.



Harajuku Fashion Walk Un ritrovo diverso per i giovani di Tenerife

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/557

Il passato 3 di gennaio, a Santa Cruz de Tenerife, si è celebrato il primo Tenerife x Harajuku Fashion Walk, una passeggiata lungo le strade della capitale dell'isola per i giovani interessati nella moda giapponese della zona di Harajuku, Tokio, dove si ritrovano mode alternative di qualunque tipo. L'evento, organizzato da Silvia Giambra, un'italiana a Tenerife, ha riunito una ventina di ragazzi e ragazze, uniti per la loro passione per la moda.

Tra di loro, varie ragazze Lolita, una tribù urbana che trova le sue radici nella moda vittoriana e Rococò, dalle ampie gonne al ginocchio, ma con la possibilità di esprimere la propria creatività in mille modi. Il Fashion Walk ha avuto il piacere di avere il gruppo Lolita Secret Garden, promotore della cultura Lolita a Tenerife, durante la passeggiata. Si sono potuti vedere molti altri stili, dal Visual Kei, uno stile ispirato

dal Gothic europeo con la particolarità dei dettagli molto "visuali" e che richiamano subito l'attenzione, al classico Dandy, che riporta l'eleganza maschile di altri tempi, e si è persino potuto vedere un yukata (versione estiva del vestito tradizionale giapponese). Dopo un percorso attraverso le vie principali di Santa Cruz, il gruppo ha fatto tappa al Parque Garcia Sanabria, per conoscere i partecipanti e sperare che si



presentino anche alla prossima edizione di questo Fashion Walk!

E a voi, giovani italiani a Tenerife, se siete interessati, potete trovare tutta l'informazione nella fanpage di Facebook: "Tenerife x Harajuku Fashion Walk".



Se siete amanti del caffè Vi segnaliamo 100 Aromas, il nuovo punto vendita dedicato al caffè di alta qualità. Nasce da un'idea di Alessandro e Patrizia con una passione comune: quella del buon caffè e dello stile nel berlo. È il primo negozio a Tenerife dove trovi le cialde e le capsule per tutti i gusti e adatte a tutte le macchine di caffè in commercio senza trascurare il buon caffè in grani e macinato di marchi prestigiosi. Puoi anche trovare varietà di tè Twinings, dolci della pasticceria Flamigni, tazze in porcellana e vetro oltre ad altri accessori. In offerta una macchina da caffè innovativa per bere un ottimo caffè, tè o tisane in casa o in ufficio. Condizioni speciali per bar e ristoranti. Vi aspettiamo per degustare uno dei nostri caffè!

NOVITÀ

Il negozio dedicato al mondo del caffè, specializzato in capsule

CAFFÈ IN GRANI E MACINATO - TÈ - CIOCCOLATA - GINSENG - GUARANÀ - ORZO - DOLCI - ACCESSORI

100 Aromas

Offerta
CON LA TUA CAFFETTIERA
100 AROMAS
GRATIS
100 CAPSULE

CAPSULE COMPATIBILI CON LA TUA CAFFETTIERA

illy BOGANI CaffèPoli TWININGS NESCAFÉ Dolce Gusto FLAMIGNI CABÚ espresso coffee

CONDIZIONI SPECIALI PER BAR E RISTORANTI

C. C. Gran Sur, piano sup. - Torviscas - Adeje / Tel.: 922 716 331 / Cell.: 661 022 164 / Mail: aromas100@live.com



GOLF » Ti giochi tutto in quei due secondi, NON SPRECARLI!

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/421

Questa rubrica rivolta anche a Voi appassionati di golf riserva uno spazio dedicato a farvi conoscere anche i dettagli tecnici della pratica del Golf, mettendovi a disposizione un appassionato di questa disciplina, il Sig. Cosimo Delfino giocatore dal 1993, co-fondatore del campo pratica Mia Golf, istruttore della Lega Golf UISP; attualmente responsabile ed insegnante per conto del Riviera Golf Resort di San Giovanni in Marignano sia per i corsi collettivi per ragazzi che per adulti, Direttore del Campo pratica il Castello di Montegiove di Fano (PU). Ecco il ghiaccio è sciolto, ora si parla di Golf:

Come principiante forse i consigli di tecnica non li apprezzerai più di tanto perché all'inizio bisogna pensare a troppe cose e nel golf, si sa, più si pensa e peggio è.

Se invece giochi da un po' puoi provare a fare ciò che descrivo qui nella parte che riguarda il backswing, strada facendo imparerai semplici trucchi per "controllare" il tuo backswing corretto. Ovviamente tutte le prove tecniche vanno fatte in campo pratica! Se ti metti a farle in campo sognati di fare una buona partita....

Inizio con la sezione relativa al ritmo di gioco, a come impegni la mente durante il tempo in cui sei in campo, a cosa pensi nei lunghi "tempi morti" fra un colpo e l'altro. Il ritmo del golf è "dominare il pensiero" Il ritmo inteso come tempo di gioco del golf è davvero unico ed è in aperto contrasto con quello della maggioranza degli altri sport. Nel tennis per esempio, se la tua mente si mette a pensare criticamente a cosa sbagli e come dovresti fare il colpo, o comunque è in preda a pensieri negativi, è subito fermata dalla necessità

di rispedire di là dalla rete la palla che sta arrivando.

Ma nel golf hai un mucchio di tempo per pensare! Fra un colpo e l'altro inizia a sfrecciare nella mente un treno carico di pensieri negativi del tipo: "cosa ho sbagliato nel mio ultimo colpo? Come posso correggere il mio slice? Se ora mando la palla fuori limite perdo subito due punti di score..."

C'è un tempo infinito per analizzare nel dettaglio gli errori e diventare confusi, arrabbiati o scoraggiati.

Il tennista è sempre impegnato nell'azione muovendosi in continuazione e colpendo la palla in arrivo.

In 4 ore nel campo da tennis si possono giocare 64 games e circa 400 punti in 1200-1500 colpi separati.

Durante lo stesso tempo nel golf tu tiri (te lo auguro) meno di 100 colpi. Se per ogni colpo di golf impieghi due secondi tu sei impegnato nello swing di gioco solo

tre minuti su 4-5 ore.

La concentrazione nel golf richiede un unico tipo di sforzo.

Prima di tutto, la palla è ferma sull'erba e il ritmo del gioco impone che tu

sia completamente concentrato nell'esatto momento dello swing, e questa è una sfida estrema alla tua abilità di distrarti nei lunghi intervalli fra i colpi.

Durante questi intervalli, infatti, anziché essere "preso nell'azione" sei preso nei pensieri che ti si accavallano nella mente. Quindi la passeggiata tra un colpo e l'altro è una delle parti più critiche del golf!

L'importanza di questo aspetto è generalmente sottovalutata, infatti molti professionisti dicono che i pensieri possono essere rischiosi, ma possono anche portare un beneficio al loro gioco. Negli intervalli pensa solo a come può essere il colpo successivo, che ferro po-



tre-
sti usare, inizia a focalizzare la fase del colpo successivo, la concentrazione non si limita ai 2 secondi del tiro vero e proprio, ma deve comprendere anche la routine, in tutto sono 40 secondi. Durante questi lunghi intervalli fra un colpo e l'altro il tuo equilibrio mentale può essere distrutto dallo slancio dei pensieri negati oppure utilizzato per liberarti dalla tensione dell'ultimo colpo e prepararti al colpo successivo. Il giocatore equilibrato impara ad usare questo tempo per rilassare la mente e prepararla per la totale concentrazione necessaria per i suoi prossimi due secondi di swing.

(Cosimo Delfino)

KAYAK » IL KAYAK DA MARE



PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/561

Il Kayak da Mare moderno è una disciplina nautica sportiva che è la più diretta discendente del Kayak Eskimese o per essere più corretti, delle popolazioni Artiche chiamate INUIT. Il Kayak è una imbarcazione molto filan-

te lunga dai 4,80 mt fino ad arrivare anche a 5,80 mt, e avente una larghezza massima che passa dai 0,50 mt fino a circa 0,60 mt. Uno scafo bellissimo, elegante, che ha un peso medio di circa 25 kg, ma malgrado la sua apparente gracilità può navigare in mare molto impegnativo che per i più esperti può arrivare fino a forza 5!

Molto diffuso come sport nel nord America e nel nord Europa, negli ultimi 15 anni ha avuto una forte diffusione e sviluppo anche in Italia, Spagna, Portogallo e ora comincia anche a farsi vedere nel

nord Africa. Il kayak ha un modo di navigare tanto semplice quanto efficace, usando per la propulsione una pagaia la cui funzione è anche di correggere la rotta, evitare ribaltamenti, ma se proprio capita di rovesciarsi, ci può permettere di eseguire una tecnica chiamata Eskimo, che ci aiuta a ritornare in una posizione normale dello scafo, partendo da sott'acqua. Nato come scafo per la caccia e la pesca dai popoli Inuit, il telaio era costruito con ossa e legni, per poi essere rivestito con pelli di foca per garantire la galleggiabilità e una protezione dall'acqua al suo occupante, il tutto legato con tendini di foca e tricheco. Oggi i moderni kayak da mare sono costruiti con i materiali più moderni che

vanno dalla Vetroresina rinforzata con Diolene, al Carbonio o al Kevlar, resistentissimi e leggerissimi. Ma nonostante questi materiali tecnologici, le linee di navigazione e i principi di costruzione di base sono praticamente rimasti gli stessi. La storia del Kayak da mare è stata stimata in circa 2500 anni, cioè approssimativamente circa 500 anni a.C. Oggi il kayak da mare è uno sport nautico adatto a chi ama l'acqua in genere, il mare e la natura. Con esso possiamo organizzare escursioni sottocosta di poche ore, ma anche escursioni di più giorni con campeggio, fino ad arrivare a veri raid nautici e spedizioni di enorme impegno fisico e mentale. Anche alle Canarie il

Kayak negli ultimi anni si sta diffondendo, in alcune isole in particolare, nonostante il mare qui sia più impegnativo e tecnico rispetto al Mediterraneo. In particolare le isole di Fuerteventura, Lanzarote, Gran Canaria e anche Tenerife, hanno gruppi sportivi e club dove è possibile iniziare la pratica di questo sport, che può essere sportivo agonistico, ma anche solo di tempo libero e piccole avventure. Raccomandiamo a tutti coloro che vogliono avvicinarsi a questo sport, di fare un corso con istruttori qualificati e preparati per imparare i fondamentali. L'esperienza verrà navigando sempre con molta prudenza.

(Stefano De Florio)

Istruttore Kayak da Mare Sottocosta e Guida Marina italiano, dal 1993



Ph. Barbara V.

BRIDGE » LE CARTE SIMMETRICHE

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/565

Carte simmetriche. Con tale definizione facciamo riferimento alle nuove carte da gioco con i simboli (picche cuori e fiori) simmetrici. Carte introdotte da qualche anno, sia a livello nazionale sia internazionale. La FIGB le utilizza nei vari campionati e ci auguriamo che anche i club

privati, almeno per i tornei di un certo livello, facciano altrettanto e vedremo perché.

Ponetevi una semplice domanda: perché questa modifica? La motivazione sull'introduzione di queste nuove carte da gioco non ha bisogno di spiegazione, semmai, procedendo passo-passo nell'analisi, c'è veramente da chiedersi come mai si è arrivati al secondo millennio senza intervenire drasticamente, ciò ovviamente coinvolge i produttori. I semi principalmente coinvolti sono: picche, cuori e fiori. Il simbolo quadri rimane invariato. Le carte principalmente interessate sono le dispari: 1 (Asso) 3 5 7 9, mentre l'unica carta pari è il 6. Segnaliamo che sono state apportate modifiche anche alla dislocazione dei semi all'interno delle carte. Tutti i '7', quadri compresi sono coinvolti.

Complessivamente le carte tradizionali che possono essere utilizzate per fornire informazioni illecite sono 19. Troppi! Per l'Asso di picche la situazione è veramente tragico-comica. Vediamo alcuni esempi.

Figura 1. Nelle carte tradizionali l'anomalia è il simbolo centrale. L'Asso può essere giocato con la punta rivolta verso il basso o verso l'alto, attribuendo ad ognuna di queste circostanze uno specifico significato ... illecito. Volendo è possibile dare ulteriori segnalazioni giocando la carta in orizzontale. Con le nuove carte con il simbolo simmetrico la manovra non è più possibile.

Figura 2. Si noti l'orientamento del simbolo centrale: vale quanto sopra. Che dire: ci sono giocatori che giocano la carta con tanto amore!

Figura 3. Nelle carte tradizionali l'anomalia principale è la posizione del simbolo centrale. La carta può essere giocata con il simbolo collocato in basso o in alto, in alternativa verso destra o sinistra. Valido per tutti i '7', quadri compreso.

Figura 4. Anche il seme di fiori è coinvolto, pur se

Cari amici di Tenerife, ho accettato con entusiasmo la proposta di curare una pagina dedicata al bridge. E' da qualche anno che scrivo di bridge con l'intento di rendere sempre più diffuso e popolare questo sport, nella convinzione che grazie al duplice carattere ludico e formativo questo gioco costituisca un veicolo privilegiato di cultura e socializzazione. E da sempre auspico una maggiore attenzione dei media verso una disciplina agonistica nella quale l'Italia ha raggiunto risultati straordinari, vincendo negli anni tutto quello che c'era da vincere: Olimpiadi, Europei e Mondiali. I nostri campioni sono oggi contesi dai più potenti sponsor mondiali e partecipano con successo agli eventi più prestigiosi. Sono membro della International Bridge Press Association (IBPA), e fondatrice del blog Neapolitan Club (<http://neapolitanclub.altervista.org>), il primo magazine online di tecnica ed attualità bridgistica bilingue, italo-inglese, che si avvale della collaborazione di esperti e giocatori di livello mondiale. Collaboro occasionalmente con altri siti di informazione e con riviste cartacee internazionali. E' proprio con l'aiuto dello staff di Neapolitan Club cercherò di realizzare questa rubrica per Leggo@Tenerife.

L'argomento che proponiamo in questo numero è la modifica delle carte da gioco, introdotta da qualche anno in modo da rendere perfettamente simmetrici i simboli dei semi di picche, cuori, e fiori (le quadri sono già simmetriche) e rendere altresì la vita più difficile agli imbroglioni che da sempre popolano i nostri circoli ed i tornei di ogni livello nella speranza di avviare con la furbizia all'ignoranza della tecnica e che, poco decourteamente, pensano che l'importante sia vincere: ad ogni costo.

 **Laura Camponeschi**

meno visibile rispetto agli altri semi. Notare il simbolo centrale delle nuove carte. Dubitare degli astuti osservatori delle carte del compagno e ...del gioco lento.

Prendete un mazzo di carte e verificate il tutto!

(Michele Leone)

Michele Leone è nato a Gallarate nel 1947. Istruttore FIGB, insegna Bridge da oltre vent'anni. Nel 1995 ha fondato la Scuola Bridge Multimediale. E' stato anche organizzatore e direttore responsabile dei tornei internazionali 'Città di Milano'.

Articolo a cura di
Neapolitan Club:

<http://neapolitanclub.altervista.org>



Figura 1

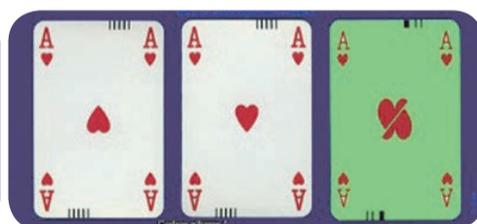


Figura 2

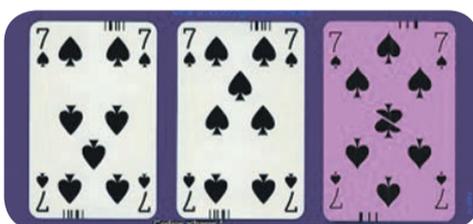


Figura 3

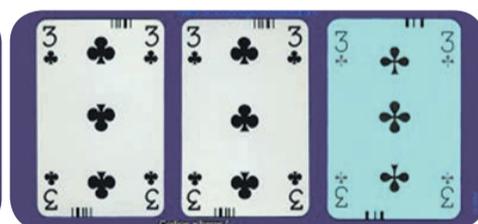


Figura 4



Avda. Antonio Domínguez, 14
Edif. El Navegante, Local 11
El Camisón, Playa de las Américas
Tel.: 922 789 414



Cibo e salute a Tenerife

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/319

Che ci si trovi per una breve vacanza o per chi invece decide di abbandonarsi al clima mite e piacevole per un periodo indefinito, le Canarie offrono svariate opportunità per mantenersi in salute

e dedicarsi all'attività fisica. Il movimento rappresenta uno dei pilastri principali sui quali si basa un corpo sano e in forma, basta una camminata, anche leggera ma fatta con costanza, almeno una ventina di minuti, 2-3 volte alla settimana, magari sulla spiaggia, lontano dalle stra-

de inquinate, respirando invece l'aria di mare che è ricca di sali, come lo iodio, che stimola la rigenerazione cellulare e il turgore dei tessuti, un vero toccasana per il nostro organismo, e perché no, anche per la nostra psiche. E' importante poi impegnarsi abolendo le cattive abitudini voluttuarie, come il fumo e l'alcol, i cui effetti

in sinergia sono altamente dannosi a breve e lungo termine.

Molto si può fare a tavola, curando l'alimentazione, perché mangiare bene significa volersi bene e rappresenta il primo passo nella prevenzione di numerose patologie.

Uno dei vantaggi di vivere in climi tropicali come quello tipico di queste latitudini, è la ricca offerta di cibi freschi e salutari che vengono incontro a chi, pur non rinunciando alla buona cucina, vuole mantenersi in forma.

L'alimentazione tipica canaria risente degli influssi di varie etnie come la cucina africana, sudamericana e naturalmente mediterranea e si basa su molteplici elementi con proprietà rigeneranti e anti colesterolo.

E' impensabile lasciare queste isole senza prima aver provato il cereale più tipico e dal gusto particolare: la fantasia con cui i Canari usano il "gofio" è senza limiti; per esempio viene normalmente accompagnato a una tazza di latte durante la colazione per affrontare al meglio la giornata oppure rappresenta un ottimo sostituto al più comune pane da cucina, accompagnando i pasti principali. E' facile poi ritrovarlo amalgamato al brodo di pesce, il così detto Gofio Escaldado, piatto sostanzioso e al tempo stesso dal sapore delicato. Ma lo si riscontra come ingrediente principale anche nella preparazione di dolci, come la mousse di gofio (farne un uso moderato visto l'elevato contenuto di panna dolce), o del gelato, diventando così un'ottima alternativa a gusti più elaborati e quindi più difficilmente digeribili.

Altra importante fonte di carboidrati di queste isole sono le patate, o papas: le cosiddette "arrugadas" sono di piccole dimensioni e vengono cotte, senza sbucciarle, in acqua molto salata, fornendo in questo modo maggiori quantità di potas-

sio e vitamine del gruppo B, proprio perché non private dell'involucro. Generalmente le si accompagna al "mojo verde" o "rojo", salse elaborate in decine di modi diversi, a base di aglio, olio, aceto ed erbe aromatiche come il cumino, il cilantro, il prezzemolo e il coriandolo, che forniscono un ottimo apporto vitaminico.

Tra i vari alimenti che caratterizzano la cucina canaria non può non essere menzionato il pesce. Iniziamo col dire, in linea generale, che tutti i tipi di pesce forniscono all'organismo nutrienti preziosi, come proteine con un buon valore biologico, sali minerali ed omega3, importanti per eliminare il cosiddetto colesterolo cattivo ed i trigliceridi e quindi preziosi alleati per ridurre il rischio di patologie cardiovascolari.

Sempre dal mare limpido delle isole arrivano i molluschi, i crostacei e i frutti di mare, tra cui i "Burgaos", e l'aragosta canaria, ricchi di vitamina B12 e di ferro, consigliati soprattutto ai bambini e alle donne in età fertile. Per chi non è vegetariano la cucina canaria lascia ampio spazio alla carne, ottima fonte di proteine: il piatto più amato dai locali è il "conejo en salmorejo" (coniglio marinato), la sua carne bianca è preferibile rispetto alle carni rosse che presentano un eccessivo contenuto di lipidi saturi controindicati soprattutto negli individui ipertesi e soggetti ad ipercolesterolemia.

Dulcis in fundo, la frutta, quella che si può reperire su queste isole, rappresenta un vero trionfo di colori e sapori tropicali. Dal più noto platano canario (la banana), ricco di potassio, ai frutti più esotici come la Papaya, i meloni, il mango, o l'avocado, ne vengono raccomandate più razioni giornaliere.

(Valentina Bettella - Università di Ferrara/Gran Canaria)

REIKI terapia alternativa che viene da lontano

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/471

dal giapponese REI e KI che significano "Intelligenza Suprema o Energia Cosmica" ed "Energia vitale dell'uomo, l'energia che permea tutte le forme viventi".

Ormai è risaputo che non esiste solo materia nel cosmo ma esiste

l'energia che non è altro che la materia allo stato sottile o meglio sarebbe dire il contrario, ossia che la materia è energia allo stato più pesante e denso. Partendo da questo concetto possiamo accettare il fatto che tutti gli esseri viventi nascano con la loro energia vitale, in sanscrito chiamata Prana, in cinese Chi o Qi e in giapponese, appunto, Ki. Questa energia vitale ci viene trasmessa al momento della nascita e il nostro compito per restare in salute è mantenerla ad un buon livello e farla fluire in modo equilibrato in tutto il corpo, secondo la medicina cinese attraverso i meridiani energetici (v.di agopuntura, moxa, digitopressione) e secondo le teorie indiane attraverso i chakra. Spesso si creano dei blocchi energetici a causa di traumi emozionali non integrati. Le emozioni dolorose non superate (dispiaceri, abbandoni, lutti, rabbie, rancori, invidie) che restano dentro di noi e non vengono accettate e lasciate andare, creano dei blocchi energetici che nel tempo si trasformano in malesseri e se non interveniamo, vere e proprie malattie. Ci sono casi eclatanti di persone che sono guarite da malattie anche gravi (es. Luise Hay libro "Guarisci il tuo corpo") lavorando e superando i propri blocchi emozionali/energetici. Da quando l'uomo è sulla terra, ogni qualvolta subentra un dolore fisico, l'intuito ci fa mettere le mani sopra la parte dolorante e spesso se restiamo fermi con le mani sentiamo che il dolore si attenua. Reiki lavora nello stesso modo, l'operatore impone le mani su 21 posizioni del corpo e trasmette energia, questa energia entra nella persona che la riceve e in prima battuta aiuta a rilassarsi, poi riequilibra i chakra e infine con il suo passaggio aiuta a sbloccare i blocchi esistenti. Non a caso infatti, può accadere che durante un trattamento qualcuno pianga, che è il primo sintomo di uno sblocco emozionale. Ciò che differenzia Reiki da molte altre tecniche energetiche è che l'operatore non dà energia propria ma fa da canale con l'energia del Cosmo, ossia si mette in una condizione tale da fare da ponte. Il trattamento Reiki dura circa 1 ora e si effettua in un ambiente tranquillo, con luci soffuse, candele musica e, cosa importante, vestiti, l'energia passa e attraversa ogni tessuto. In Italia, so a Milano e in Spagna a Madrid, in alcuni ospedali, già si sta iniziando a trattare i malati terminali con Reiki, per aiutarli come terapia del dolore e perché attraversino il loro stato terminale in modo più sereno e rilassato. E' una terapia molto utile per gli stati ansiosi, per la pressione alta, nei quali ha effetti immediati ma nella mia esperienza decennale di master, ho visto migliorare problemi di ogni genere.

C'è la possibilità di ricevere in modo passivo i trattamenti o, per chi vuole approfondire il discorso e desidera imparare anche a trattarsi da solo, ci sono corsi di una giornata per poter apprendere e ricevere il primo livello. Naturalmente esistono varie branche di Reiki (tipico degli uomini cercare di separare anziché unire), le più famose sono i metodi Usui, Karuna e Tibetano. Usui deriva dal monaco giapponese Mikao Usui che scoprì questa tecnica nei primi del '900, i monaci tibetani la conoscevano già da millenni, e la diffuse anche in occidente. Ad oggi ci sono più di 7000 maestri Reiki che praticano in tutto il mondo e sono molti che aiutano nelle malattie e sostengono nella crescita personale grazie a questa energia. Reiki amplifica le abilità innate, riequilibra lo spirito, rende sano il corpo e in questo modo aiuta a raggiungere lo stato di felicità. Dal 1997 un gruppo di maestri Reiki delle varie tecniche decisero di riunirle e creare un solo Reiki Universale che insegna e pratica i metodi Usui-Karuna e Tibetano insieme. Molto più semplice e più potente. Reiki lavora olisticamente, influenzando su tutti i livelli della nostra vita con il risultato che non attenua solo i "sintomi" ma aiuta a superare le "cause" del malessere.

Carla Federici Master Reiki Universale dal 2004.

Responsabile di Asociación Bienestar Tenerife Terapias Alternativas.

www.bienestartenerife.blogspot.com

Tel. 647054115



Dove andiamo a mangiare oggi?

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/374

In un guachinche! chiamato "El Cordero" nel paese di Guargacho.

Questo guachinche (più o meno un agriturismo italiano) si trova sul lato destro della strada andando da Las Chafiras verso Guargacho, è molto popolare tra i canari, lo si vede facilmente dalla strada perché ha un piazzale per parcheggiare le auto abbastanza grande e con tre alberi di Ficus tagliati a forma di pecora.

E' aperto tutti i giorni tranne il lunedì, sia a pranzo che a cena, anzi, come quasi tutti i ristoranti qui a Tenerife, si mangia a tutte le ore dalle 13 in poi. Entrando si ha subito una piacevole sorpresa: il pavimento è di terra rossa battuta, perfettamente liscia e pulita..... sembra un campo da tennis.

I tavoli di varie misure e le sedie di legno sono differenti fra loro, ma tutta la mobilia è vecchio stile, ricorda molto le nostre osterie di campagna degli anni passati, atmosfera piacevolissima che ti fa dimenticare di essere a soli 20 metri dalla strada statale di un'isola turistica molto vivace.

Lo stanzone (molto ampio) sta nella penombra, piante ovunque appese al soffitto e vecchie credenze sui lati, la cucina è in vista, protetta da una vetrata, all'interno della quale si vedono una decina di persone affannate alla enorme griglia.

Passando oltre si raggiunge un patio interno coperto da frasche dove si può



mangiare e (soltanto in questa zona) addirittura fumare, anche questo straripante di alberi e piante in vaso, gabbiette di cocorite "cigolanti" e un bel gattone nero e bianco (sembra gatto Silvestro) che si aggira discreto tra le tavole strappando a tutti i commensali un sorriso e un....pezzettino di cibo! Che meraviglia! Che aria di

altri tempi!

Allora cominciamo ad ordinare:

il menù qui è una grande lavagna appesa a tre metri da terra con su scritto l'infinità di cibi che sono proposti ogni giorno: formaggio bianco, insalate, salsicce, sanguinaccio, ma anche del pesce, come la cernia o i calamari stufati, ma soprattutto un sacco di carne, dalla tipica "carne fiesta" alla carne di capra, alle bistecche e bracioline di maiale e di manzo, le fiorentine anche di vitello, pollo e costine di maiale, coniglio e NATURALMENTE agnello!

E ogni giorno della settimana c'è un piatto particolare, come per la domenica troviamo la Paella mista, il mercoledì il "puchero" (tipico piatto di carne bollita con molte verdure bollite), il venerdì il pesce salato.....

Don Pepe, gentilissimo "omone" sorridente ci consiglia e ci spiega i vari piatti: ci dice gentilmente:

la grigliata mista è così abbondante che per due persone ne basta una sola!

Il servizio è veloce e tutti i camerieri sono gentili e sorridenti, il vino tinto della casa è buono e secco.

Veramente una esperienza piacevolissima e graditissima, anche sul conto, straordinariamente "piccolo" (da 12 a 18 euro a persona).

Un dolce Carnevale con i sapori di casa

Ma siamo già a Carnevale, appena passato il Natale e il Capodanno e già siamo qui a mascherarci. E allora prepariamo i dolci di carnevale: sai, per esempio in quanti modi diversi vengono chiamati? Crostoli (a Treviso e a Vicenza, in Trentino e in Friuli), Chiacchiere di Carnevale (in Lombardia, Sicilia, Campania, Umbria), Galani (a Venezia, Verona e Padova), Frappe (a Roma e Ancona), Rosoni (a Bologna e in Romagna) oppure Bugie (a Genova, Torino e Asti).

Come si fa:

Mettete il burro in un pentolino e fatelo fondere. Versate la farina su una spianatoia, create un cratere nel mezzo e versateci le uova, la grappa, il burro fuso, la vanillina e un cucchiaino di bicarbonato e un cucchiaino di lievito. Amalgamate il tutto fino ad ottenere un impasto omogeneo. Una volta che si è formata una palla di pasta, avvolgetela nella pellicola trasparente e lasciate riposare per un'ora. Trascorso il tempo necessario, stendete la pasta con un mattarello fino a farla diventare una sfoglia sottile, quindi ritagliatela con la rotella nella forma preferita, di solito rettangoli irregolari. Versate l'olio in una padella con i bordi alti e fatelo riscaldare, quando è caldo metteteci i crostoli e fateli friggere finché non sono dorati e hanno formato delle bollicine in superficie. Prendete e sgocciolate i crostoli su un pezzo di carta assorbente. Spolverateli a piacere con lo zucchero a velo e godetevi caldi o freddi.

INGREDIENTI:

1 chilo di farina;
100 grammi di burro;
1 uovo e 3 tuorli;
2 bucce di arancia;
1 bustina di vanillina;
1 cucchiaino di bicarbonato;
1 cucchiaino di lievito;
1 pizzico di sale
4 cucchiaini di zucchero e liquore tipo grappa

Continuiamo a "farcir del male" con il fritto per Carnevale: le frittelle di mele.

Fanno parte della tradizione Trentina e Romana, ma si assaporano in quasi tutta Italia. E' una ricetta semplicissima che a Venezia si prepara non solo per Carnevale, ma anche per Natale e per Pasqua.

Come si fa:

Prepariamo la pastella sbattendo a mano farina, tuorlo, lievito, zucchero, olio e pochissimo sale. Lasciamo riposare questa pastella per un'ora circa. Nel frattempo sbucciamo le mele e le tagliamo a fette orizzontali. Bagniamo le mele con il rum e lo zucchero. Dopo l'ora di riposo della pastella aggiungiamo le mele a pezzetti imbevute di rum e montiamo l'albume a neve e lo aggiungiamo anch'esso alla pastella in modo che non si smonti. Quindi scaldiamo l'olio per friggere. Aiutandoci con un cucchiaino facciamo cadere nell'olio bollente palline di pastella di mele, lasciamole dorare e poi le adagiamo su un piatto coperto di carta assorbente e spolveriamo con zucchero a velo. Servire tiepide.

INGREDIENTI:

150 grammi di farina
15 grammi di lievito di birra
1 cucchiaino di olio extravergine di oliva
1 uovo
100 grammi di zucchero a velo
400 grammi di mele
1 bicchierino di rum
1/2 bicchiere di zucchero
1 lt. olio di semi per friggere

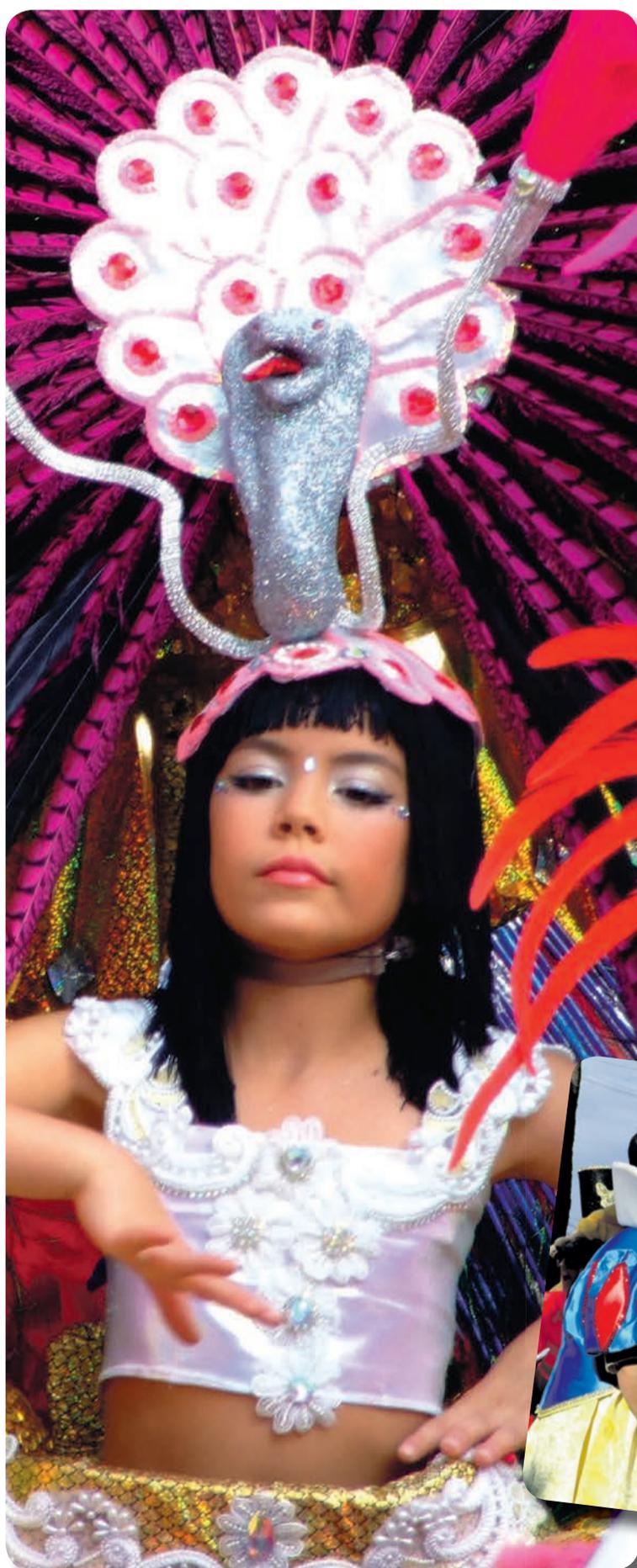
Ristorante Osteria Cicchetteria Veneziana

La Gondola

Avenida de La Habana, 9 – C.C. San Telmo – LOS CRISTIANOS

Fisso +34.922.793372 – Cell. +34.665.039.321
lagondola.tf@gmail.com



Carnaval
2013

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA :
www.leggotenerife.com/580

Continua dalla
prima pagina:

Questa festa viene celebrata qui a Tenerife sin da quando i coloni castigliani e portoghesi la introdussero nell'isola, ma nei secoli passati, così come accadde in Spagna, il Carnevale era una festa mal vista dalle autorità, che temevano che molti delinquenti potessero nascondersi dietro le maschere e soprattutto era considerato una festa troppo profana.

Addirittura nel periodo delle dittature di Primo de Rivera e Franco i festeggiamenti per il Carnevale



Pochi sono gli abitanti di Tenerife che non preparano il loro costume per mettersi in mostra durante questo allegro periodo.

Ogni comune sceglie la regina del suo Carnevale e nel capoluogo avviene il Gran Galà

dell'Elezione della Regina dove viene scelta la regina del Carnevale di tutta l'isola. Le candidate indossano magnifici vestiti chiamati

"fantasías", la cui spettacolarità è merito del laborioso impegno di un sacco di persone e che richiedono un grande sforzo per essere indossati.

Durante i 27 giorni del Carnevale, oltre all'elezione della Regina, gare di bande di strada, processioni, truppe di musicisti ambulanti, società filarmoniche e gruppi divertenti di individui tutti travestiti allo stesso modo e soprattutto la cavalcata impressionante che riesce ad abbinare perfettamente gli stili "Caraibico" ed "Europeo" in un rutilante e colorato spettacolo.

Anche le sfilate sono un altro elemento fondamentale del Carnevale. Carri e tanta

furono proibiti, ma la popolazione trovò il modo di festeggiarlo lo stesso chiamandolo Festa d'Inverno (Fiestas de invierno). Per tutti gli isolani queste feste annuali si risolvono in una esplosione di celebrazioni di gioia collettiva. Le manifestazioni principali si svolgono a Santa Cruz de Tenerife nelle zone vicino al porto dove si balla al suono dei migliori gruppi di Salsa.



Carnaval de Santa Cruz 2013: E' di scena "BOLLYWOOD"



e, se possibile, unirsi alla folla in costume.

Nel 1980 il Carnevale di Tenerife è stato dichiarato Festa di Interesse turistico Internazionale e probabilmente in un breve futuro potrà diventare anche Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità.

Il primo Carnevale di Tenerife a tema venne organizzato nel 1987, il soggetto portante fu l'Antica Roma, e ci fu una partecipazione record di circa 250.000 persone che ballavano sulle note di Celia Cruz in Piazza di Spagna!

gente in maschera si mescolano dando all'isola un'atmosfera di impareggiabile festa. Un'atmosfera festiva che continua notte dopo notte fino al mercoledì delle ceneri quando gli abitanti di Santa Cruz seppelliscono la sardina (Entierro de la Sardina) ponendo ufficialmente termine al Carnevale. Tuttavia, la festa termina il fine settimana seguente conosciuto come "la pentolaccia" (de piñata).

Chiunque abbia modo di trovarsi a Tenerife durante il mese di febbraio non dovrebbe mancare le celebrazioni così vibranti e vivaci,

Bollywood sarà quest'anno il tema portante del Carnevale di Santa Cruz.

L'artista che ha vinto la selezione per la locandina ufficiale del Carnevale 2013, "Ritmo y Color", Waldemar Lemanczyk, per realizzazione della sua opera si è ispirato alle caratteristiche identificative del cinema di Bollywood, alla cultura indù e al Carnevale chicharrero.

Quest'anno il Carnevale di Tenerife inizierà l'1 di febbraio con la grande sfilata "de Murgas" (le Murgas sono dei gruppi di persone, non meno di 35, che sfilano mascherati ed interpretano canzoni e musiche popolari originali) e finirà il 17 febbraio. Continuerà il 6 febbraio con l'elezione della Regina del Carnevale, l'8 febbraio con la Cabalgada Anunciadora (sfilata che da inizio alla grande festa di strada),

il 12 febbraio con il "Gran COSO Apoteosis del Carnaval" che invece si terrà il 16 febbraio a Puerto de la Cruz, il

13 febbraio l'"Entierro de la Sardina" giorno che ufficialmente pone termine alle feste del Carnevale.



PROGRAMMA DEL CARNEVALE 2013

Carnevale a Santa Cruz de Tenerife

- 1 febbraio Finale dei Gruppi (ore 20.30)
- 2 febbraio Tutte le Comparses (ore 20.00)
- 3 febbraio Concorso dei costumi (ore 11.00)
- 3 febbraio Bande musicali (Auditorium ore 17.00)
- 5 febbraio Concerto de Los Fregolinos (Teatro Guimera ore 20.30)
- 6 febbraio Elezione della Regina (Fiera ore 21.30)
- 7 febbraio Festival de La Zarzuela (Teatro Guimera ore 20.30)
- 8 febbraio Cavalcata annunciatrice (ore 19.00)
- 9 febbraio Ritmo ed Armonia, sfilata (ore 20.00)
- 10 febbraio Nifù-Nifà in Piazza del Principe (ore 11.00)
- 12 febbraio Nifù-Nifà (ore 11.00)
- 12 febbraio Il COSO apoteosi del Carnevale (ore 16.00)
- 13 febbraio La sepoltura della Sardina (ore 21.00)
- 14 febbraio Festival dei Gruppi musicali (Teatro Guimera ore 20.30)
- 15 febbraio Gara de La Canzone delle risate (Teatro Guimera ore 21.00)
- 16 febbraio Il COSO dei bambini (ore 18.00)
- 17 febbraio Nizù-Nizà commedia (Piazza del Principe ore 11.00)
- 17 febbraio Gran finale di Carnevale.

Carnevale a Puerto de la Cruz

- 3 febbraio Elezione della Regina infantile
- 7 febbraio Elezione della Regina del carnevale
- 9 febbraio Cavalcata di inizio Carnevale
- 12 febbraio XL Rally del Valle (macchine d'epoca)
- 13 febbraio Sepoltura della Sardina
- 15 febbraio Maratona Maschile
- 16 febbraio Gran COSO apoteosi del Carnevale

Quanti soldi servono per vivere di rendita e come investirli al meglio

In rete leggo spesso la domanda:

“Quanti soldi servono per vivere di rendita?”

ma una risposta chiara non sono ancora stato in grado di trovarla, così mi sono messo a fare due conti per stabilire effettivamente di quanto denaro abbiamo bisogno per ottenere una rendita fissa, e valutare i diversi investimenti che si possono effettuare per smettere di lavorare, scoprendo alcune cose interessanti.

Per “vivere di rendita” non serve avere un capitale immenso, ma fare gli investimenti giusti.

Oggi andiamo a vedere come costruire un investimento che ci permetta di vivere senza lavorare, cioè qual è il modo migliore per far crescere il capitale, investirlo e raggiungere l'indipendenza economica; allo stesso tempo, sommando questa possibilità alla filosofia del vivere

con pochi soldi, cercheremo di ottimizzare al massimo il rapporto denaro/risparmio, e definire in modo chiaro, di quanti soldi stiamo parlando.

Alcuni concetti base per Vivere di rendita

Cosa serve per vivere di rendita?

La risposta è semplice, e sta in un mix di tre concetti fondamentali:

- Avere un capitale da investire (o costruirselo)
- Considerare l'età
- Valutare di quanti soldi abbiamo bisogno per vivere

A questo punto si hanno due soluzioni; o si dispone di grosso capitale dal quale attingere ogni anno, che presumibilmente si esaurirà alla nostra morte, oppure si possiede un capitale inferiore, che va investito, e i cui

interessi devono essere sufficienti a permetterci di vivere di rendita.

In questo secondo caso l'investimento può essere di varia natura e dipende da quanti soldi disponiamo; in seguito vedremo come investire al meglio.

L'equazione da applicare è facilmente intuibile: se per vivere mi servono (per esempio) 12.000 euro netti l'anno (1000 euro al mese), e conto di vivere per altri 50 anni, di quanti soldi ho bisogno, o come devo investire quelli che ho, per avere una rendita di 1000 euro al mese?

In entrambi i casi, va sempre tenuto conto dell'inflazione, perché il nostro potere d'acquisto, col passare del tempo, tende a diminuire, quindi può darsi che tra 30 anni, 1000 euro non siano più sufficienti a garantirci una vita dignitosa.

Questa percentuale di “svlutazione” del nostro ca-

pitale va tenuta in seria considerazione e innalza inevitabilmente la necessità di denaro, allo scopo di vivere di rendita.

Altro requisito fondamentale per vivere felici di rendita, senza lavorare, è riuscire ad investire il denaro nel modo più sicuro possibile, per questo motivo andremo ad analizzare solo quelle tipologie di rendimenti che vengono generalmente considerate a bassissimo rischio.

Francesco

www.smetteredilavorare.it
(FINE PRIMA PARTE)

Nei prossimi numeri troverete:

- **Vivere di Rendita Avendo un Grosso Capitale Iniziale**
- **Vivere di Rendita Investendo in Borsa**
- **Vivere di Rendita Investendo in Immobili**
- **Affittare a studenti**
- **Affittare una Casa Vacanze**
- **Guida all'acquisto di una casa all'estero**

Il calcolo dell'inflazione

Chiedo ancora un pó di pazienza, prima di entrare nel merito dei 3 modi per vivere di rendita, per spiegare bene il concetto dell'inflazione, perché, come detto, è molto importante. Metto una piccola formula, non è necessario capirla, penserò io a fare i conti, ma per i più pignoli:

Quale sarà fra 10 anni il “valore reale” di 1.000.000 di euro che (per esempio) oggi possediamo, ipotizzando un tasso d'inflazione medio del 3% annuo? La formula per calcolare il valore reale (V) di un capitale (C) dopo (N) anni, con il tasso d'inflazione (I), è:

$$V = C / (1 + I/100)^N$$

Quindi, applicandola al nostro esempio:

$$V = 1.000.000 / (1 + 3 / 100)^{10} = 744.000 \text{ euro}$$

Se oggi abbiamo 1.000.000 di euro (un milione), tra 10 anni i nostri soldi avranno subito considerevoli perdite! Incredibile vero? E' per questo che volevo chiarire questo concetto, perché l'inflazione è proprio una brutta bestia, e per tanto va conosciuta.

ASSICURAZIONE UNIVERSALE DEL FUNERALE

(Ndr: l'argomento può sembrare macabro, è un fatto spiacevole ma inevitabile e terribilmente gravoso)

Come leader del mercato Spagnolo, l'assicurazione MAPFRE ha sempre pensato che una copertura assicurativa sul funerale deve andare oltre le semplici spese e costi. In questi momenti tristi e delicati le necessità possono essere molte e diverse tra loro e la tua assicurazione deve essere in grado di rispondere

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: leggotenerife.com/574

con agilità, efficacia e comodità, si vive più tranquilli sapendo che puoi contare su qualcuno nelle situazioni più difficili. Per questo con MAPFRE, da qualsiasi parte del mondo e in qualsiasi momento, con una sola chiamata, un Gestore specializzato si farà carico di tutte le problematiche necessarie per prestare il servizio nel migliore dei modi. Questa assicurazione è stata adattata e modificata per cercare di coprire nel migliore dei modi le necessità dei residenti stranieri nelle Canarie. L'assicurazione sui costi del Funerale è completissima e si adatta a qualsiasi esigenza, è flessibile giacché si possono ridurre o ampliare le prestazioni

in qualsiasi momento, è universale essendo coperto il servizio di trasporto del defunto da qualsiasi parte del mondo, è integrale poiché diamo servizio oltre che ai nostri assicurati anche ai famigliari. Le garanzie e coperture principali sono le seguenti: Gestore di assistenza esclusivo-Obitorio-Scelta tra sepoltura o cremazione-Libera scelta del cimitero-Auto funebre con due corone di fiori-Coordinazione dei servizi-Tramite dei documenti funerari-Aiuto psicologico-Pubblicità nei periodici principali-Assistenza in viaggio (tutto il mondo)-Trasporto della salma al suo paese di origine



MAPFRE

FERDINANDO SCIOLI

Asesor de Seguros N°Registro 46.865

Tel.Móvil: 646.91.91.49 - Fax: 922 37.12.61

Assicurazioni Generali - Auto - Moto - Vita - Infortuni - Mediche - Casa - Negozio - Pensioni
IL VOSTRO AGENTE ASSICURATIVO ITALIANO A TENERIFE

Le sculture di sabbia di Las Vistas

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/425

Un caro amico, Gino Ghioni Barbarossa, pittore, scultore maestro del surrealismo informale, aggirandosi per Los Cristianos ha voluto proporre a tutti noi un suo parere poetico e artistico sulle sculture di sabbia che vengono quasi giornalmente fatte nella spiaggia di Las Vistas.

Gino ha partecipato attivamente alla vita artistica nazionale ed internazionale. Con immenso piacere e onore pubblichiamo ciò che rappresenta il pensiero di uno dei più grandi artisti contemporanei italiani. Un grazie di cuore per il suo "regalo".
Grazie GINO!

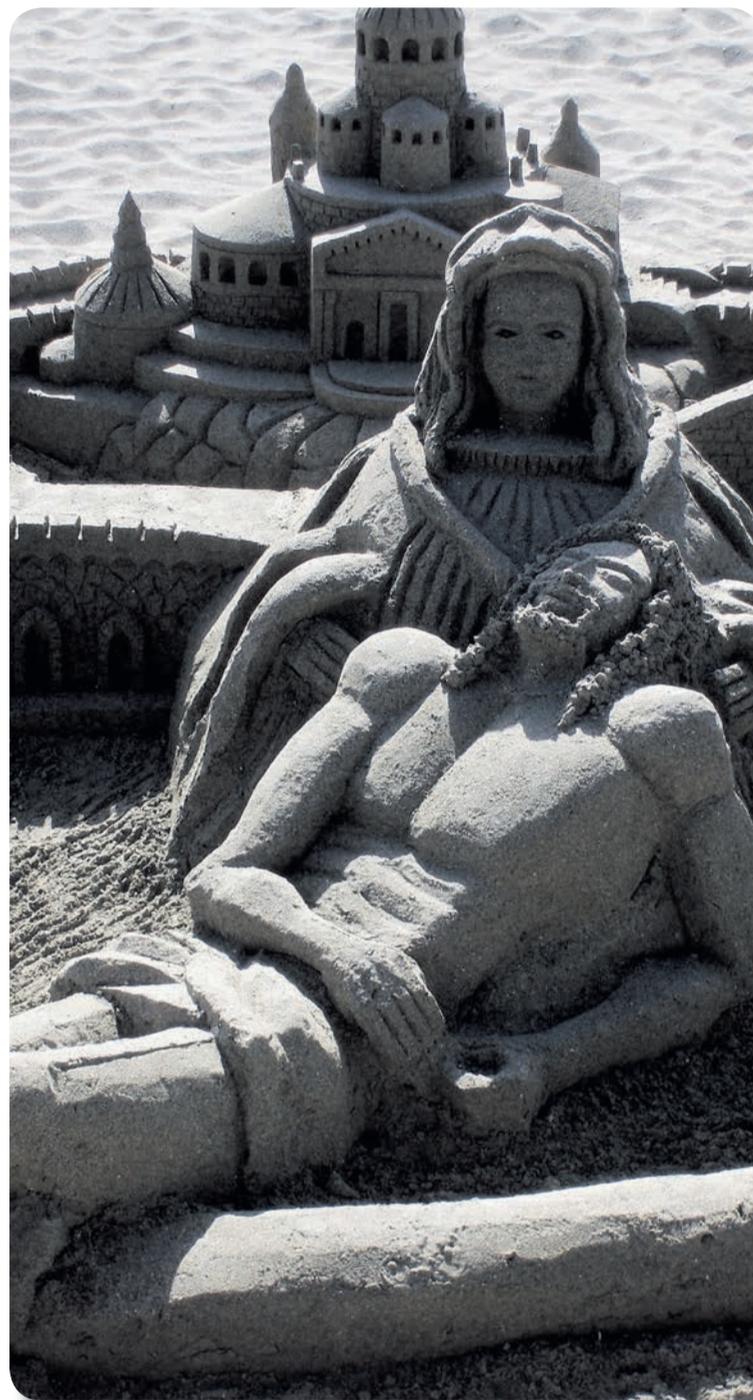
Una Corsa veloce nel vuoto, poi per incanto, cammino

sulla sabbia che mi accoglie dolcemente. Avanti a me il mare, allegro gioca con le onde colorate del tramonto dai mille riflessi rosso dorati. Il giorno dopo, passeggiando sul mare, noto sotto il muretto una scultura di sabbia, dove un giovane sta plasmando gli ultimi particolari. L'opera rappresenta il Cristo in croce; realizzata con devota originalità. Passando oltre, mi appare un enorme coccodrillo a bocca aperta, pronto a divorare una qualsiasi preda. La grossa corda legata attorno al collo viene saldamente stretta dalle mani forti di un misterioso Babbo Natale, è una bellissima scultura, devo dire; a circa duecento metri mi coinvolge emotivamente un gruppo di personaggi seduti ad una gran tavola, in primo piano Gesù, attorniato dai suoi apostoli, vicino si fa spazio sulla sabbia una deli-

cata natività, il bue e l'asinello riscaldano con il loro fiato la sacra famiglia. Annunciano il vicino Natale. Sono delle grandi opere e mi complimento con l'artista. Questi personaggi unici al mondo, ho notato che lavorano come bestie, spalando di qua e di là senza tregua giorno e notte. Sono maschi e femmine, con i volti bruciati dal sole, il loro talento è innato, universale, dove solo loro possono imporre ai tanti, un'arte gioiosa piena di vita, i sentimenti, la generosità, il rispetto ed il sacrificio sono la loro bandiera che vive nei loro cuori, sono personaggi semplici ma veri artisti.

OGGI CONOSCIAMOLI E AMIAMOLI DI PIU'.

(Gino Ghioni Barbarossa
www.ginoghioni.com)



QUADRIFOTO L'ARTE ITALIANA SBARCA A TENERIFE

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/601

Sbarca a Tenerife l'ultima idea nata da Giuseppe Granzo, eclettico artista veneziano che da due anni per il periodo invernale ha scelto Adeje come seconda patria. In Italia ha fondato recentemente Quadrifoto e sta lavorando attivamente per creare una joint venture con le Canarie. Cos'è Quadrifoto? E' un lavoro artistico che permette di elaborare una vostra foto di qualsiasi genere e trasformarla in opera d'arte, il tutto su un supporto di tela intonacata a mano e interamente ritoccata e firmata dall'artista con dei prezzi veramente minimali. Il programma di lancio di questo nuovo prodotto è nato dalla constatazione che nel mondo non esiste un

prodotto analogo se si esclude la produzione di banali posters o quadri ad olio o acrilico. Mancava quindi un prodotto esclusivo, di gusto europeo, distintivo della tradizione italiana in termini artistici.

In sostanza l'attività di Quadrifoto, che fra poco partirà ufficialmente con l'apertura del sito, consiste nella creazione, elaborazione artistica unica e fornitura di grafica d'arte digitale retouché, eseguita su fondi materici e materiali di alta qualità.

Quadrifoto mette a disposizione gli studi dei migliori artisti di "Digital art", disposti ad elaborare ed interpretare, esclusivamente per il committente, in maniera unica e creativa la sua immagine. L'artista cristallizza ed interpreta i gusti del cliente proponendo colori e forme che oltre alla valenza

artistica hanno il valore di scelte d'arredo che esaltano la qualità e la bellezza dell'opera commissionata.

In questo primo periodo di intensa attività sono già state eseguite diverse opere sia nell'ambito dell'arredamento (eseguendo diversi quadri di vari formati) sia opere con soggetto il mondo del golf,

elaborando foto di golfisti e trasformandole in opere d'arte uniche. Alcune di queste opere esclusive raffiguranti un golfista sono state donate al Golf del Sur, dove si possono ammirare.

In Italia Quadrifoto si è già segnalata per aver creato delle collezioni d'arte esclu-

sive per il marchio Harley Davidson e per le creazioni dedicate al mondo degli sposi.

In attesa che il sito sia pronto non esitate a scrivere a Quadrifoto via mail all'indirizzo g.granzo@libero.it, sarete ricontattati per qualsiasi informazione.

Video Idee
info@videoidee.it
602 527743
i video più originali
per i migliori ricordi
delle tue vacanze a Tenerife

Il Cabildo di Tenerife e il Loro Parque trovano casa per 500 cani

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/603

Il Cabildo di Tenerife, nella persona del suo Presidente Ricardo Melchior, ha inaugurato lo scorso 19 dicembre il "Centro de Protección Animal Tierra Blanca", il nuovo rifugio che offrirà dignitosa accoglienza a 500 cani abbandonati.

Il centro, ubicato nella "Finca Valiera" in Fasnia, è gestito dalla "Federación Canaria de Asociaciones

Protectoras de Animales y Plantas" (FECAPAP) ed è stato patrocinato da istituzioni private come Aktion Tier, SOS-Proyectos e Loro Parque.

Su una superficie di 48.000 m2 sorgono due capannoni di oltre 2.600 m2 dotati di compartimenti per animali con un patio all'aria aperta ed una clinica veterinaria. Attualmente il centro accoglie 396 cani ed ha ancora spazio disponibile per ospitare animali abbandonati. La Presidentessa di FECAPAP, Adriana Naranjo, ha denunciato la grave situazione di abbandono di animali definendola "realmente drammatica" però ha aggiunto che, nonostante la crisi, il rifugio

Valle Colino, pure gestito dalla federazione, ha raggiunto le 1.400 adozioni quest'anno. Ha aggiunto inoltre che questi centri creano posti di lavoro e Fasnia ne sarà favorita.

Il Vice-presidente del Loro Parque, Christoph Kiessling, ha affermato che un gruppo di 60 operai del Siam-Park ha lavorato intensamente due mesi per rendere il centro operativo. "Però il nostro lavoro non finisce qui perché occorre curare e alimentare questi animali", ha aggiunto. Da qui la sua esortazione a partecipare e a collaborare al progetto anche economicamente. Il Presidente del Cabildo, Ricardo Melchior, ha aggiunto che "adesso abbiamo un recinto esemplare di cooperazione ed un progetto pilota per le altre isole".

Tierra Blanca: Centro de Protección Animal in Facebook.

Valle Colino: albergue Comarcal in Facebook.

SOS animali!

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/615

La nostra associazione SAN FRANCISCO DE LOS ANIMALES è nata con lo scopo di aiutare il maggior numero possibile di animali abbandonati nel sud di Tenerife e di offrire loro la qualità di vita che meritano, ossia senza paura né sofferenza, e con una famiglia che li accolga nella propria casa. La nostra associazione non ha un proprio luogo di accoglienza ma conta su quello offerto da privati nel sud di Tenerife e all'estero, grazie alla collaborazione dei nostri contatti in Germania, Olanda, Austria e Lussemburgo. Inoltre, organizziamo campagne per la sterilizzazione di tali animali allo scopo di offrire loro migliori condizioni di vita. Dopo che gli animali si sono ripresi mentalmente e fisicamente, li vacciniamo e li sterilizziamo per prevenire parti indesiderati e poi cerchiamo di dar loro alloggio in case di privati selezionati in Germania, Austria, Lussemburgo, Olanda e talvolta a Tenerife. Non è molto difficile affidare cuccioli e/o animali di razza, ma è quasi impossibile farlo per quelli anziani, ciechi, malati o di razza mista. Coi gatti è persino più difficile perché non si ambientano facilmente dopo il sesto mese di vita. Nel 2012 abbiamo sterilizzato 700 animali di cui circa

450 gatti e 250 cani.

I nostri ringraziamenti più sentiti vanno a tutte le persone che hanno cancellato le loro vacanze per dedicare il loro tempo ad aiutare i randagi di Tenerife. Speriamo che tornino presto!

Coloro che sono estranei a questo tipo di attività forse non si rendono conto di quanto lavoro organizzativo richieda una campagna di sterilizzazioni: catturare i gatti, trasportare i cani dai canili o dalle case di accoglienza al posto chirurgico...

La nostra presidente, Jill, si occupa intensamente dei voli e dei passeggeri. L'anno scorso abbiamo inviato all'estero 260 animali in totale; 20 circa erano gatti che hanno trovato ottimi alloggi in Germania, Lussemburgo, Olanda, Austria, Svizzera e Belgio. 5 di loro hanno trovato alloggio a Tenerife.

Per favore, aiutateci con DONAZIONI di materiale da costruzione (piastrelle, reti metalliche, tegole, blocchi di cemento, transenne, cemento, ecc.) oppure prestando mano d'opera volontaria.

Associazione "San Francisco de Los Animales"

Santa Cruz de Tenerife (sud)
 Iscrizione 4458 NIF:G38540209
 Associato a RSPCA - e-mail: cloudy2005@gmail.com
 Conto Bancario in Caja Canarias: 2065 0047 1914 0008 3801
 (Codice IBAN ES64 2065 0047 1914 0008 3801 - Codice BIC/SWIFT CECAESMM065)

Meticolosamente addestrato l'uomo può diventare il miglior amico del cane.
 Ford



Filaria: il nemico invisibile del cuore del cane

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/622

La filariosi è una malattia molto conosciuta dai proprietari di cani che vivono nelle isole Canarie. La filaria è trasmessa da una specie di zanzara che vive in zone umide e temperate, ci sono due zone della Spagna che sono ad elevato rischio di filariosi, la costa mediterranea spagnola e la Comunità delle Isole Canarie. Essa colpisce soprattutto i cani, ma possono anche essere infettati altri animali come i gatti e i furetti. La filariosi canina non è considerata una zoonosi (cioè non si trasmette

agli esseri umani). Il ciclo inizia quando una zanzara punge un cane e quindi entra in contatto con il sangue infetto. Nel sangue di questo animale sono presenti microfilarie di dimensioni sufficientemente piccole da penetrare nel sistema digestivo della zanzara, dove queste larve immature evolvono in una fase larvale infettiva e vengono inoculate sempre da una puntura di zanzara ad un altro cane. Da qui si evolvono e crescono fino ad arrivare al sistema circolatorio e poi al cuore, dove raggiungono l'età adulta. I suoi effetti sul corpo parassitato dipendono dal numero di vermi adul-

ti presenti nel cuore e nei grandi vasi cardiaci. (fino a 250 vermi). La prevenzione è attualmente la migliore arma contro le malattie parassitarie. Se si riesce a interrompere il ciclo del parassita si impedisce il suo sviluppo e quindi la sua diffusione. Oggi ci sono diversi trattamenti alternativi di prevenzione, che il vostro veterinario vi potrà consigliare.

(Dott. Antonio Lima Martin)
tonyvet73@hotmail.com





L'Esercizio del diritto di voto dei cittadini italiani residenti all'estero

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/398

I cittadini residenti all'estero e regolarmente iscritti all'AIRE hanno diritto di esercitare il voto per tutte le consultazioni elettorali e referendarie che si svolgono in Italia. Per le consultazioni amministrative, nonché per l'elezione diretta del presidente e del consiglio regionale e per le consultazioni referendarie di carattere locale, gli elettori all'estero ricevono una cartolina-avviso, che consente loro di poter rientrare in Italia per prendere parte al voto. In occasione delle elezioni dei membri del Parlamento europeo spettanti all'Italia, gli elettori residenti nell'U.E. ricevono un apposito certificato elettorale per votare nei seggi istituiti "in loco" nel Paese di residenza. Gli elettori italiani residenti in Paesi non appartenenti all'U.E. ricevono, invece, la cartolina-avviso per il rien-

tro in Italia ai fini del voto. Per il rinnovo del Parlamento italiano e per le consultazioni referendarie a carattere nazionale, è stata istituita, dalla Legge 459/2001, l'apposita circoscrizione estero per l'elezione di sei senatori e dodici deputati, per la quale gli elettori all'estero possono esprimere il proprio voto per corrispondenza. In questi ultimi casi l'elettore all'estero riceve dall'Ufficio consolare di residenza un plico contenente il certificato elettorale, le schede elettorali ed una busta affrancata recante l'indirizzo dell'Ufficio consolare stesso. L'iscrizione all'AIRE (Anagrafe Italiani Residenti all'Estero) entro il 31 dicembre dell'anno precedente alla consultazione elettorale è la condizione necessaria per poter esercitare il diritto di voto all'estero per corrispondenza. La lista degli elettori aventi il diritto di votare all'estero viene infatti compilata dal Ministero

dell'Interno sulla base dei dati presenti al 31 dicembre nei registri AIRE esistenti presso i Comuni italiani. Tali registri vengono aggiornati dai Comuni sulla base delle domande effettuate dai cittadini prima dell'espatrio (pre-iscrizioni AIRE) ovvero a seguito delle richieste trasmesse dai Consolati (iscrizioni e modifiche AIRE). E' tuttavia possibile che, nonostante l'iscrizione all'AIRE sia stata regolarmente effettuata/richiesta entro il 31 dicembre, il cittadino residente all'estero non risulti inserito nella lista degli elettori aventi il diritto di votare all'estero e che pertanto non riceva dal Consolato il plico elettorale. Una tale situazione non preclude tuttavia la possibilità di votare all'estero. Il Consolato è infatti autorizzato ad ammettere al voto all'estero tutti i cittadini i cui nominativi siano stati per qualsiasi motivo omessi dall'elenco elettori predispo-

sto dal Ministero dell'Interno, se dimostrano di essere iscritti all'AIRE o se la loro iscrizione sia stata chiesta dal Consolato entro il 31 dicembre dell'anno precedente alle elezioni. La richiesta di ammissione al voto deve pervenire al Consolato entro l'11°giorno antecedente le votazioni in Italia ed è subordinata al rilascio da parte del Comune italiano della dichiarazione di inesistenza di cause ostative al voto.

I cittadini cancellati dalle liste elettorali per irreperibilità o coloro che, per qualsiasi motivo, sono stati omessi dall'elenco degli elettori all'estero, possono comunque votare per corrispondenza, presentandosi presso gli Uffici consolari competenti per residenza, entro l'undicesimo giorno antecedente la data delle votazioni, per domandare di essere reinscritti all'AIRE e poter esercitare così il diritto di voto per corrispondenza. A tal fine l'Ufficio consolare deve richiedere, entro 24 ore, al Comune che ha effettuato la cancellazione o che do-

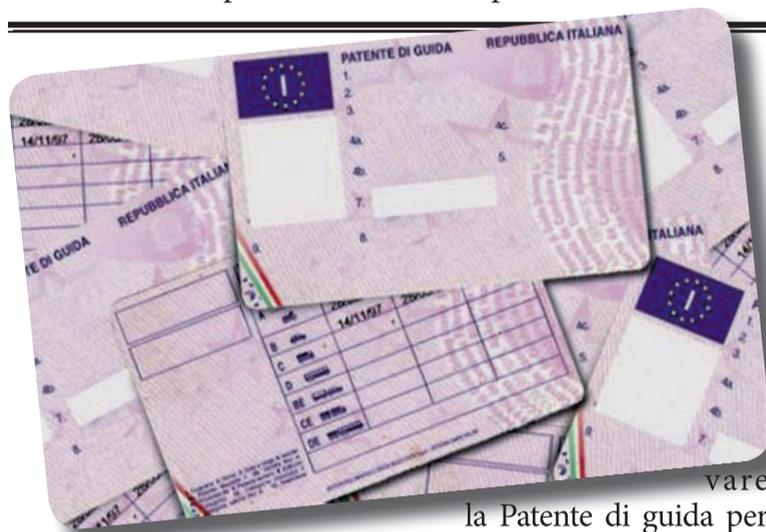
il CONSOLE INFORMA



Il Consolo di Tenerife, Silvio Pellizzolo, in vista delle prossime elezioni politiche previste per febbraio 2013, invita tutti i cittadini italiani iscritti all'AIRE ad esercitare il loro diritto-dovere di voto così come stabilito dalla Costituzione italiana. Per qualsiasi informazione invita i cittadini a visitare la seguente pagina: http://www.consmadrid.esteri.it/Consolato_Madrid/Archivio_News/elezioni2013.htm costantemente aggiornata dal Consolato generale di Madrid.

vrebbe iscrivere il cittadino omesso dall'elenco elettori, la dichiarazione che attesti la mancanza di impedimenti al godimento del diritto elettorale attivo.

(FONTE:http://www.interno.gov.it/mininterno/export/sites/default/it/temi/servizi_demo-grafici/scheda_005.html)



Adeguamenti per i conducenti stranieri residenti in Spagna

rivolgere ad un centro medico autorizzato portando una fotografia per rinnovare la patente ma continuando a detenere anche il documento originale rilasciata dal proprio paese d'origine (che per molti paesi è senza scadenza). Si verrà quindi inseriti all'anagrafe dei patentati spagnoli e si sarà soggetti al sistema di punti come qualsiasi altro conducente spagnolo. Per chi lo desidera, si potrà fare volontariamente, anche prima dei due anni.

Il vantaggio di questa opzione è che la patente di guida spagnola sarà concessa senza la necessità di visita me-

dica. In caso di sequestro della patente, l'originale verrà inviato alle autorità del Paese di emissione.

La misura interesserà più di un milione di patentati della comunità (in particolare rumeni, bulgari, italiani, portoghesi, tedeschi, francesi e inglesi) che per lo più vivono in Catalogna (18%), Madrid (16%), Andalucía (15%), Valencia (14%), Isole Canarie (6%) e in Irlanda (5%). Il rinnovo della patente di guida sarà obbligatorio per tutti i residenti in Spagna da 2 anni.

La multa per i trasgressori sarà di 200€.

il Successo

a 3 anni il successo e' non pisciarsi addosso a 12 avere tanti amici a 18 avere la patente a 20 fare tanto sesso a 35 avere molti soldi..A 50 avere molti soldi a 60 avere ancora relazioni sessuali a 70 avere ancora la patente a 75 avere tanti amici a 80 non pisciarsi addosso



PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/630

È scaduto il termine entro il quale è obbligatorio rinno-

INTERNET CALL

- Connessione a internet 1 ora 1,50€
- Chiamate Europa 0.10€/minuto
- Velocità a 20 Mb/s con Wi-fi
- Skype e stampa biglietti aerei
- Personale amichevole e disponibile

Tel. & Fax 922 987626

Vieni a trovarci in C/Juan XXIII, N°26 - Los Cristianos - Arona

I miracolati del boom

In un periodo economico difficile come l'attuale, spesso mi viene in mente il boom economico di circa 35-40 anni fa. Allora la lira vinceva l'Oscar per la moneta più solida; la produzione industriale saliva in un anno di oltre il 20% Altri tempi. In quel tempo (uso la forma dei Vangeli della Chiesa) alcune persone abili, intelligenti, intraprendenti... ed anche un po' corsare furono miracolate da questo boom. Riuscirono a togliersi la fame atavica, comprarsi la macchina, la prima e la seconda casa ed a vedere il mondo. Tutte cose impensabili per i loro avi.

Ecco ora le storie di sei protagonisti, tutti ovviamente del settore dell'abbigliamento, dove io ho lavorato per molti anni.

Comunque anche negli altri settori il processo era sempre lo stesso.

I nostri sei amici riuscirono a partire dai loro settori sempre grazie al lavoro a domicilio, utilizzando casalinghe con vecchie macchine da cucire risalenti anche al secolo prima, poco pagate e con nessuna assicurazione. I nostri sei riuscirono ad accumulare quel plus-valore di marxiana memoria che consentì loro, nella seconda fase, di ampliare l'attività e portarla su basi più moderne e competitive.

Contribuirono così all'industrializzazione della nazione, anche se di problemi ne crearono assai.

Un encomio solenne lo meritano le loro mogli che pur mandando avanti casa, figli, suoceri... furono per i loro mariti delle partner eccezionali. Si improvvisarono stiliste, tagliatrici, venditrici, esperte di marketing e pubblicità, contabili. Collaborarono al massimo con i mariti anche... con liti furibonde.

Durante il boom economico italiano di imprenditori ne partirono in migliaia o decine di migliaia. Dei nostri ne arrivano alle meta cinque, il sesto fu fregato dal demone del gioco. Poi negli anni Sessanta e Settanta la selezione fu durissima: rimasero solo i più competenti e più bravi, quelli che durante il periodo del boom avevano risparmiato e non scialacquato tutto quello che gli era venuto in tasca.

Dei nostri miracolati uno era torinese, gli altri cinque toscani.

Vorrei raccontare l'habitat in cui si muovevano a quel tempo i nostri miracolati nella mia regione.

A quell'epoca poco meno del 50% della popolazione lavorava nell'agricoltura. Le giovani colone per preparare il famoso "corredo" per quando si dovevano sposare erano costrette a ricorrere a lavori extra poderali. Il più comune era quello di lavorare a giornata presso i pagliaioli. In ottobre essi seminavano la paglia, le giovani zappavano il terreno. In maggio sbarbavano le piantine, in giugno le imbiancavano, in luglio la sfilavano in settembre-ottobre con mamme e nonne facevano la treccia. Questo era il semilavorato che costituiva la base

per i famosi cappelli di paglia di Firenze, cappelli che nel secolo XIX avevano conquistato il mondo. Da tempo il settore ormai languiva con paghe esigue. A partire dalla fine del secondo dopoguerra nelle nostre campagne iniziò il lavoro a domicilio. Furono

prodotti con questo sistema camicie, mutande, pigiami, sottovesti, pantaloni, tute, impermeabili, giubbotti, abbigliamento in pelle, ecc. I salari non erano altissimi però la mole del lavoro era notevole cosicché le giovani si improvvisarono sarte con orari di un'ottantina di ore settimanali ed i risultati si videro dopo pochi anni. Oltre ai corredi si fecero la Vespa, poi la Fiat 600, infine con il partner l'appartamento e qualcuna diventò pure "miracolata". I nostri paesi cambiarono volto: nacquero bei negozi, cinema, sale da ballo... Poi intere famiglie scoprirono le vacanze. Intorno al 1956 il governo volle regolarizzare il settore obbligando le lavoratrici ad iscriversi a particolari elenchi ed i datori di lavoro ad assicurarle. I risultati delle varie leggi non furono eccezionali anche per il fatto che si trattava di giovani scarsamente sindacalizzate e poco interessate alla pensione.

Parafraso Winston Churchill che alla fine del 1940 era rimasto solo a combattere contro Hitler ed aveva sulla testa i bombardieri tedeschi e gli U. Boote gli affondavano quasi tutte le navi, quando ebbe a dire visibil-

mente contrariato (a Yalta aveva la pressione a 300!):

Fucilate tutti i giornalisti che per una notizia da 4 righe ne impiegano 5!

(Lo disse nel senso metaforico, in quanto nella patria della democrazia da centinaia di anni non fucilavano

nessuno).

Io ho voluto contenere queste notizie da 40 righe ... in 4 righe, visto che ci sarebbe stato da scrivere molto di più. Mi auguro che il lettore abbia capito il succo di questi Miracolati.

Tigre31

Chi è Tigre 31?

Tigre 31 nasce in un piccolo paese fiorentino assai famoso per il suo vino.

Egli ha probabilmente qualche goccia di sangue etrusco in quanto questo paese era un microcosmo chiuso: ha conosciuto l'immigrazione da altre regioni solo negli ultimi decenni.

Tigre 31, concluso brillantemente l'Istituto tecnico agrario, si impiegò in tre fattorie come sottofattore (vicedirettore). Poi andò militare nel RGT Garibaldi della divisione Folgore (questa era la seconda Folgore perché la prima fu completamente distrutta ad El Alamein, dove si salvarono solo poche centinaia dei seimila soldati).

Il Tigre diventò scritturale della autosezione, ebbe modo di parlare con gli ufficiali del reggimento i quali per due terzi erano reduci della Seconda Guerra Mondiale e provenivano dalla prima Folgore.

In particolare ebbe contatti con la medaglia d'oro capitano Erriu ed il colonnello Vivarelli, il quale proveniva dalla divisione Garibaldi (che combattè nei Balcani con i partigiani di Tito contro i tedeschi).

Questi ufficiali, con i quali il Tigre discuteva spesso, raccontarono tanti episodi inediti della Seconda Guerra Mondiale.

Finito il militare, a causa della crisi dell'agricoltura, il Tigre passò a lavorare nell'abbigliamento a Viareggio, dove incontrò la sua "metà più bella".

Nel 1957 con la moglie creò una confezione per la produzione della moda mare maschile (beachwear for men).

Fu il primo in Italia a produrre boxer shorts, ad usare per le stoffe i disegni hawayani, le chiusure a strappo, le microfibre, gli stretch, ecc. (si intende nel suo settore di beachwear, non in assoluto).

Molti attori della commedia all'italiana degli anni Sessanta e Settanta indossarono i suoi capi che erano già nei migliori negozi e magazzini italiani.

Con gli anni Settanta l'azienda puntò decisamente verso l'export.

Nei suoi 40 anni di attività l'azienda vendette, tanto o poco, in ben 86 nazioni (i più importanti department stores del mondo furono suoi clienti).

I problemi arrivarono negli anni Novanta con la globalizzazione dei mercati.

Il fatturato incominciò a decrescere perché il costo del lavoro era molto alto ed i produttori del Sud-Est asiatico potevano vendere capi simili ad 1/4 o ad 1/5 dei prodotti del Tigre. L'azienda fu chiusa nel 1997.

Il Tigre è sempre stato un buon trekkingista. Dal 1990 al 26 novembre 2004 ha percorso 40.000 km, pari al giro del mondo.

Quando andava a vendere i suoi prodotti, nei ritagli di tempo, si faceva sempre delle belle camminate, sia stato a Hyde Park a Londra o nel deserto saudita o nella giungla di Singapore o sulla Gold Coast australiana.

Ora si diletta a scrivere quello che ha visto, non trascurando i suoi amati gatti.

Nel 1998 acquistò un computer Apple diventando un passabile informatico.

Nel 2000, con il Giubileo, andò in pellegrinaggio a Roma a piedi suddividendo il percorso in 9 tappe.

Fece 287 km in 56,30 ore alla media di 5 km/h.

Nel 2001 partecipò ad uno scavo di tombe etrusche del periodo orientalizzante con l'Associazione Geoarcheologici nella località di Tolle (Chianciano, SI).

Nel 2002 ricevette la laurea in economia industriale da un'università svizzera.

continua...
(NDR 31 è l'anno di nascita...)

 **La bodega del café**

Cafeteria
Colazione all'italiana!

Aoda Aygo
edif. Patameros, Local 5
Adeje

PIZZA SNACK
Playa de las Americas
CONSEGNA GRATUITA
922 750707

GRAN CANARIA

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/442

Benvenuti in questa meravigliosa isola.

Si, questa meravigliosa isola, che accoglie con un Oceano di mille colori, con le sue palme, la brezza, il Dio Sole, e le pale eoliche.

Appena fuori dall'aeroporto già si può godere di tutta questa natura imponente e non stupitevi se vi sembra di essere in un paesaggio Lunare stando vicino alle pale eoliche... Non ci farete l'abitudine... sarà sempre affascinante vederle.

Gran Canaria, questa piccola Isola che, denominata "Continente in miniatura", non finirà di sorprendervi e di emozionarvi, dalle montagne rocciose alle Dune di Maspalomas, l'aria di montagna che si respira a Teror o Tejeda, il parco naturale del Guayadeque, con le case ed i ristoranti dentro le grotte naturali, Puerto Mogan, chiamata Venezia in miniatura, una cittadina portuale piena di casette bianche e fiori, Fataga, a mezz'ora da Playa del Inglés, vi si aprirà uno scenario di montagne rossicce fino ad arrivare in un paesino che sembra messicano, immerso nel verde (anche i mandorli in fiore in primavera).

E la superba Las Palmas.

Elegante, donna, con un centro città pieno di gente e di vetrine, ma senza stress, e con la lunghissima e vellutata Playa de Las Canteras proprio lì, vicino al centro, e incredibilmente vicina ai 2 magazzini

di "El Corte Inglés", sette piani di shopping ed una "cafeteria" elegante ma accessibile, con lo spazio bimbi.

Al Sud non avrete problemi, c'è qualsiasi tipo di intrattenimento, locali, ristoranti, parchi, spiagge e pure i mercati.

Raccomandatissimo a Maspalomas, nel parcheggio del Centro Commerciale

Faro 2, di fianco

al "Centro de Ocio" il

Luna Park che si vede

dalla strada, (non fate

come me che l'ho cercato

vicino al Faro sul

lungomare...) c'è

un magnifico mercato

dell'usato, si trova veramen-

te di tutto, se si vuole esporre e

vendere, solo bisogna arrivare la

mattina presto e piazzarsi lì nel

prato, si paga una stupidata (mi

hanno detto al massimo 10€), e si

vendono gli "avanzi di casa", fanta-

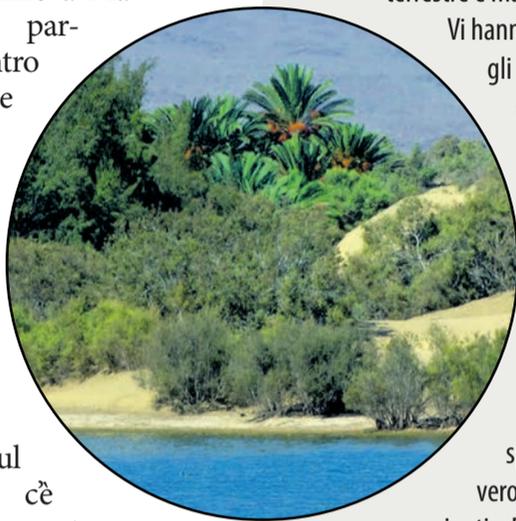
stico per noi acquirenti, giocattoli,

mobiletti, soprammobili, tappeti,-

vestiti... un degno mercatino delle

pulci immerso in un verdeggiante

parcheggio di palme.



Io mi sono innamorata di quest'isola, e decisi di trasferire la mia vita qui, di svegliarmi guardando l'Oceano e di sentirmi felice.

Qui troverete aria pulita, luce, spazi enormi e senso di libertà.

(*Maria Lucrezia Pompili*)

Puerto del Rosario e il turismo

In origine la città si chiamava "Puerto de Cabras", ma da allora si è notevolmente sviluppata diventando un punto di collegamento e di smercio fondamentale, ha più di 20.000 abitanti ed è il capoluogo dell'isola di Fuerteventura dal 1860. La sua posizione, quasi al centro dell'isola, lo rende facilmente raggiungibile con ogni mezzo terrestre e marittimo.

Vi hanno sede tutti gli organi governativi, tutti gli uffici principali, l'ospedale e gli istituti scolastici superiori. La zona del porto è la parte più antica della città, dove incontrare ancora i vicoli e le vecchie case in stile Canario, per poi proseguire sul lungomare, davvero elegante con aiuole curate e perennemente fiorite, dove scoprire, tra una miriade di locali, quello che maggiormente vi ispira per mangiare qualcosa. Puerto sa più di zona industriale e non appare realmente orientata al turismo, anche se il centro commerciale "La Rotonda" e la via centrale sono pronte a ricevere quei turisti il cui motto è "I love shopping". Curioso è giungere in città con la guagua (il bus) di sabato mattina, direttamente al capolinea; il piano superiore del deposito dei bus è un vasto spazio dedicato al mercato dei prodotti agro/alimentari dell'isola, un vero e proprio mercatino di quelli che stavamo cercando da quando siamo giunti a Fuerteventura, dove contadini e pescatori vendono direttamente i loro prodotti. Non rinunciate ad assaggiare olive in salsine a base di pomodoro e peperoni, formaggi di capra freschi e invecchiati, yogurt ai fichi d'india, il tuno indio, dall'inconfondibile colore rosa acceso. Frutta ed ortaggi sempre di stagione e dalle forme, dimensioni e sapori intensi a cui non siamo sempre preparati. Ricordate che acquistare presso il "mercado agrario" vuol dire contribuire a sostenere l'economia locale ed il prodotto interno ed è il miglior modo per gustare, grazie ai consigli di cucina che potete farvi dispensare direttamente dalla signora che vi riempie la borsa, i sapori autentici delle Canarie. Passeggiando, quasi involontariamente si visita il Parque Escultórico, un museo all'aria aperta composto da circa 50 statue, sculture di varie fogge e stili che collocate in vari punti della città ne caratterizzano la via o il quartiere, divenendo veri punti di riferimento e di incontro. Merita una visita la casa-museo del primo esilio del poeta Miguel de Unamuno. Vi è anche un centro di cultura (Casa de la Cultura), dove si svolgono mostre, rappresentazioni teatrali e concerti. Il periodo del carnevale e dei numerosi eventi primaverili è il momento ideale per conoscere un Puerto del Rosario che non ti aspetti. I festeggiamenti hanno inizio la notte prima del martedì grasso e si protraggono per giorni, per culminare con l'elezione della Regina del carnevale. Durante la Grande Parata, i Gruppi di Murga, costituiti da circa 30 uomini in maschera con costumi coloratissimi, propongono una sorta di teatro di strada che coniuga musica, danza e recitazione. Appena fuori città, sulla strada che porta ad Antigua è possibile visitare l'Ecomuseo de La Alcolgida, testimone dei principali aspetti della vita rurale dell'isola, con sette abitazioni tipiche di Fuerteventura. Il museo è dedicato soprattutto ai bambini, che possono osservare come viene macinato il grano nel mulino, la preparazione artigianale del pane e del formaggio, la cura degli animali domestici e il lavoro di vasai e tessitori. Riservate una intera giornata della vostra permanenza a Fuerteventura alla visita di Puerto del Rosario, magari proprio il sabato, da dedicare agli acquisti al mercato agrario per i prodotti locali e nel nuovissimo centro commerciale per chi vuole risparmiare sulle ultime novità nei negozi più "IN".

(<http://www.fuerteventura-canarie.com>)

FUERTEVENTURA

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/436

Nel prossimo numero :

- Lanzarote: "la Tierra del fuego"
- El Hierro: "L'Ecomuseo di Guinea"



ciaoTenerife

Promuovi
la tua attività
sull'Isola

Comunicati mirati all'Area di Tenerife ●

Progettazione & Produzione Siti Internet ●

Manutenzione & Ristrutturazione Siti Internet Esistenti ●

Attività Promozionali e Pubblicitarie sul Web ●

Servizi Fotografici ●

Consulenze Legali relative al Web ●

ATTIVIAMO NUOVE **DINAMICHE CREATIVE** DI COMUNICAZIONE

Il tuo partner sul territorio per comunicare al mondo

info@CIAOTENERIFE.it / Tel. (+34) 689 086 492

Il Museo de La Laguna

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/499



Nel suo piccolo a Tenerife la casa dei Lercaro è un museo che si situa a La Laguna, dove si dice sia stato visto il fantasma della figlia Caterina.

L'età della casa risale alla fine del XVI secolo, originariamente fu costruita come residenza per i Lercaro, importante famiglia di mercanti genovesi, in seguito furono diversi gli usi che furono dati a quest'immobile. Fu dapprima una caserma, poi sede della facoltà di lettere e filosofia, una falegnameria, e così via...fino a quando non fu acquisita dal governo canario per la conversione in un museo, rimasto tale a tutt'oggi.

L'origine della famiglia italiana è evidente in molti elementi dell'edificio, nella facciata, con chiara influenza del manierismo genovese, e negli affreschi decorativi all'interno di ispirazione rinascimentale. Per chi visita l'isola il Palazzo Lercaro è una tappa da non perdere per capirne l'evoluzione politica e sociale tra il XV e XX secolo. All'interno possiamo incontrare numerose vetrine contenenti parte del tesoro patrimoniale dell'isola; ma gli oggetti di gran valore non sono l'unica cosa che si incontra nell'edificio...

Caterina, presunta figlia di Antonio Lercaro, fu obbligata a sposare un uomo molto più vecchio di lei, un uomo che godeva di una buona posizione e di una grande

ricchezza; questo matrimonio di convenienza non fu gradito dalla giovane figlia, che nello stesso giorno in cui si sposò decise di suicidarsi gettandosi nel pozzo che si trovava nel cortile della casa.

Attualmente nel giardino si trova una ricostruzione del pozzo pur essendo solo un elemento decorativo, mentre i dati storici fanno pensare più a un deposito di acqua

presente nella casa e a tutt'oggi presente pur essendo chiuso con un coperchio di cemento.

Secondo la leggenda il suo corpo fu sotterrato in una delle sale del museo, visto che la chiesa negò alla famiglia la sepoltura nel camposanto visto che si trattava di suicidio.

La famiglia Lercaro, dopo la tragedia, si trasferì nel municipio della Orotava...alcuni dissero per fuggire dalla vergogna...altri dall'anima tormentata di Caterina.

Ci sono molte testimonianze che parlano di rumori strani, vetri che si frantumano, oggetti che si spostano da soli, cambi repentini di temperatura, punti dove viene riscontrata una forte carica elettromagnetica ed anche voci ed urla rilevate con tecniche di psicofonia, alcuni affermano addirittura di aver visto l'anima errante della fanciulla vagare per il museo.

Ma Catalina non sembra essere l'unica anima tormentata in quel museo...

Fu contattata una medium, tenuta all'oscuro della storia della giovane; nel momento di entrare si diresse nel fienile e disse che in quella stanza sentiva molto dolore e notava la presenza di tre persone, successivamente entrò nella stanza della cucina dove ebbe un malore, faceva fatica a respirare e dovette uscire all'esterno... Fuori dall'edificio la donna disse che in quella stanza fu

torturata una ragazza e che le furono bruciate le braccia. Non fu trovato nessun documento in cui ci fossero riferimenti su questa storia ma, quando si realizzarono le opere di restaurazione dell'edificio, uno degli operai confessò che durante i lavori si trovarono i resti di tre persone sepolte vicino all'entrata principale.

Erano quelle le tre persone di cui la medium sentiva la presenza?

Ma il museo non è l'unico edificio ove esistono testimonianze di strani fenomeni... vi sono molti altri casi in edifici storici dell'isola.

Un chiaro esempio è la casa adiacente al museo che ospita il consiglio consultivo, dove 36 dipendenti chiesero le dimissioni in meno di due anni, ossessionati dai fantasmi di due anziani che li "invitavano" a lasciare il posto.

Anche l'università della Laguna il luglio scorso ha proceduto a fare una investigazione ufficiale nel museo in cerca di fantasmi e cercando spiegazioni. Secondo i partecipanti all'investigazione tutti i fenomeni che sono stati riscontrati sono spiegabili in modo razionale e naturale, come correnti d'aria che abbassano le temperature, legno del parquet in cattive condizioni e che al passo della gente provoca rumori strani. Anche il fantasma visto spesso nel museo sembrerebbe essere secondo loro un fenomeno di rifrazione tra le vetrine del museo. Però va anche detto che questa investigazione partiva dal presupposto che non si sarebbe trovato nulla di strano e che il periodo di analisi è stato piuttosto ridotto. Quindi se vogliamo essere fiscali e utilizzare il rigore scientifico, l'investigazione dell'università è inconcludente e frettolosa. Non dimostra la presenza di fantasmi ma neppure è una chiara prova della mancanza di essi.

Tra l'altro vorrei far presente che molti vigilanti, (persone preparate a vive-

OROSCOPO FEBBRAIO

ARIETE 21/3-20/4
Ti senti sicuro del calore e della profondità delle tue emozioni. Approfitta dell'energia del Teide per approfondire i rapporti con le persone che ami. Nel mese di febbraio i tuoi poteri di seduzione sono al massimo, e il buonumore ti accompagnerà per tutto il periodo.

TORO 21/4-20/5
L'atmosfera può sembrare un po' opprimente in questo periodo per i nati nel segno del Toro. Ti piace essere libero di fare ciò che vuoi e ti infastidiscono le persone intorno se non si mettono a tua disposizione. Ma nell'ultima settimana di febbraio una piacevole sorpresa ti farà tornare il sorriso.

GEMELLI 21/5-20/6
Questo mese di febbraio non sarà necessariamente un brutto periodo, ma si devono risolvere alcuni aspetti della vita familiare. Non cercare di illuderti te stesso. Ottimo periodo per fare progetti sul futuro.

CANCRO 21/6-22/7
Febbraio è il mese dell'anno che preferisci, allora non si rischia di perdere colpi. Nella prima quindicina del mese il buonumore e la gioia faranno sì che tutto ti sembrerà molto facile, approfittane! Nella seconda quindicina del mese bisogna tornare con i piedi per terra.

LEONE 23/7-22/8
All'inizio del mese il Leone starà sulle spine, difficile mantenere la calma in ogni momento. Fortunatamente dal 12 febbraio i progetti prenderanno forma. A partire dalla seconda quindicina del mese tutto tornerà sereno e piacevoli incontri si affacceranno sulla vostra vita.

VERGINE 23/8-22/9
Relax! La tua vita coniugale ti farà sperimentare gioie inattese tramite eccezionali condizioni astrali. Il tuo cuore sarà in festa. Se ti senti solo divertiti con gli amici. Se, inoltre, siete della seconda decade, avrete davanti a voi un periodo con tutte le possibilità di mettere in risalto le vostre capacità!

BILANCIA 23/9-22/10
Potrete trascorrere una vacanza/weekend felice. Lavoro e denaro: fate ordine sulle vostre carte al fine di vedere con chiarezza e capire cosa deve essere fatto per migliorare l'attività. Siete sulla buona strada per partire in quest'anno nuovo con il piede giusto!

SCORPIONE 23/10-21/11
Ritroverete il gusto delle relazioni, contatti, spostamenti, curiosità intellettuale (una particolare disposizione per l'arte, quasi una scoperta di questo inverno), molte idee... Effettivamente, il cielo è un grande cantiere, nascerà una novità professionale.

SAGITTARIO 22/11-21/12
Se allarghi la tua cerchia sociale, o semplicemente rivedi i vecchi amici, nuove possibilità ti si apriranno. Non farti sopraffare dal cattivo umore altrimenti anche i problemi più semplici ti possono sembrare enormi. Se c'è un Gemelli o una Vergine nel cerchio, potrebbe essere che ti diano qualche buon consiglio - quindi forse dovresti ascoltare.

CAPRICORNO 22/12-19/1
Si spera che abbiate gradito l'inizio anno 2013 per svuotare la testa e ricaricare le batterie. In realtà, vi troverete immersi improvvisamente nel bel mezzo dell'azione. Sarai intraprendente, hai buone carte da giocare e la perseveranza è la soluzione migliore per ottenere risultati migliori, è il momento di aggiornare i progetti in corso. Sviluppare obiettivi di strategia e impostare azioni specifiche da rispettare.

ACQUARIO 20/1-18/2
Questo è un momento di novità nella vostra vita. Hai voglia di metterti in proprio in una nuova direzione, ad affrontare nuove sfide, non importa quali siano i rischi. Potresti avere dei benefici nel confidarti con qualcuno, a condizione che non ti fidi del primo arrivato. In mancanza di qualcuno, puoi scrivere i tuoi pensieri in un diario e conservarlo in un luogo sicuro.

PESCI 19/2-20/3
Non pensare troppo a lungo su un'occasione che si presenta, decidi al più presto possibile. Dal punto di vista professionale riceverai molti complimenti. Avrai la sensazione di non aver fatto sforzi invano. Riuscirai a deliziare il tuo/a partner e se invece sei single, una piccola festa aiuterà.

re le esperienze più svariate) in vari casi hanno chiesto di essere spostati di servizio dopo aver passato alcune notti nel museo

<http://tenerife.paranormaltour.com>



Per Polizia, Ambulanze e Vigili del fuoco chiamare il numero unico d'emergenza

1-1-2

URGENZE:

Información general del Gobierno de Canarias: 012
Protezione Civile: 922 282 202-922 606 060
Vigili del Fuoco: 080
Guardia Civile: 062
Polizia Multilingue: 902 102 112
Ospedale Universitario de Canarias: 922 678 000
Ospedale de la Candelaria: 922 602 000-902 602 132
Ospedale Las Americas: 922 750 022
Centro medico del sud: 922 791 000
Hospiten Sud: 900 200 143
Hospiten Sud - Ambulanza: 922 751 662
Ambulanza: 061
Croce Rossa: 922 281 800



Farmacie di guardia: per sapere la farmacia di guardia più vicino visita il nostro sito o se possiedi uno smartphone usa il Qrcode qui a lato



Trasporti pubblici:

AUTOBUS-Guaguas-TITSA: 922 531 300

Trasporti Aerei:

Aeroporto SUD (Rejna Sofia): 922 759 200
Aeroporto NORD (Los Rodeos): 922 635635

Trasporti Marittimi:

Fred Olsen: 902 100 107-922 628 252
Naviera Armas: 902 456 500

Servizio Taxi:

Adeje: 922 715 407
Arona-S.Miguel de Abona-Guja de Isora: 922 747 511
Granadilla de Abona: 922 397 475
Puerto de La Cruz: 922 385 818
Santa Cruz: 609 970 858

Carro Attrezzi:

Adeje: 922 780 367
Santa Cruz: 922 211 907
Soccorso marittimo: 900 202 202

UFFICI TURISTICI:

Adeje: 922 750 633
Los Cristianos: 922 757 137
Playa de Las Americas: 922 796 668
Santa Cruz: 922 299 749
El Medano: 922 176 002

ISTITUZIONI:

Cabildo di Tenerife
Plaza de España s/n-Santa Cruz - www.tenerife.es
901 501 901-922 239 500-fax 922 239 704

TV/TDT SAT ANTENNE TELEFONIA RETI

STEFANO
Tel.610 090209

- Installazioni individuali e collettive
- Satellite e digitale terrestre
- Trasferimenti e ampliamenti di impianti esistenti

➔ Preventivi gratuiti

sky tivù sat

DISTRIBUTORE UNICO
SKY ITALIA PREPAGATO UFFICIALE
SERIETÀ - PUNTUALITÀ - PREZZI CHIARI

un po' di ARIAFRITTA (in collaborazione con www.ariafritta.it)

Il carnevale è la festa più gioiosa dell'anno e i dietologi festeggiano il loro patrono: il martedì grasso.

Il 2012 è passato e non sono riuscito a vedere questa famosa Maya. Dev'essere stata una gran gnocca perché tutti parlavano del suo calendario!!

A Tenerife il carnevale si festeggia come in Italia, ma dall'Italia molta gente vuole scappare. Le città sono nevrotiche, sembrano tutti matti. Da quando hanno chiuso i manicomi poi non si capisce più chi è il matto e chi è il sano. Una volta i matti li vedevi fermi sul marciapiede a parlare da soli. Oggi c'è il bluetooth e vedi dei tipi fermi sul marciapiede a parlare da soli! E non capisci più chi è il matto e chi è al telefono!



E allora ti chiedi:ma se sugli altri pianeti c'è una gran pace..... non sarà che il nostro è il manicomio dell'universo?

Troppe cose stanno impazzendo. Il telegiornale comincia col dirti buongiorno e poi ti spiega perché non lo sarà! Non si capisce perché credono che Berlusconi sia un mago! Gli dicono sempre che "deve comparire davanti ai giudici"!

Insomma, in Italia sono cambiati i tempi. Oggi non si dice più "evasore fiscale" ma "diversamente onesto".

Smettiamola di credere alle favole. La bella addormentata nel bosco se non fosse stata bella sarebbe ancora là che dorme! Non ci siamo mai resi conto che la figlia del dottore si trombava tre civette!

Sono proprio cambiati i tempi. Gli sms servono per non comunicare di persona. Le chat servono per non comunicare di persona. I social network servono per non comunicare di persona. E allora non si capisce perché la chiamino "comunicazione globale"! E' tutta aria fritta!! - **Silver**

SUDOKU

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

QUANTI CREDITI MI RIMANGONO ?

quale numero comporre per sapere il credito residuo del telefono cellulare:

- Saldo ORANGE *111#
- Saldo VODAFONE *134#
- Saldo MOVISTAR *133#
- Saldo MAS MOVIL *#113#
- Saldo LEBARA *124#
- Saldo JOIGO *111#
- Saldo JAZZTEL *169#
- Saldo GT MOBILE/LYCAMOBILE *221#

ORARI DELLA S.S.MESSE IN ITALIANO

Parrocchia San Casiano
Las Galletas ore 10.30 dei giorni festivi
Ntra. Sra. del Carmen
Los Cristianos ore 9.00 dei giorni festivi

CRUCIVERBA

1	2	3	4	5		6	7	8	9	10
11						12				
13						14				
15					16					
17				18					19	
									20	
									21	
22	23								24	
25									26	
27									28	

Orizzontali: 1. Meglio che siano coperte 6. Il "gorilla" di Mandrake
11. Poco originali 12. Il contrario di spingere 13. Troia aulica 14. Un vento francese 15. Strada...corta 16. La casa di molluschi e rettili
17. Manca nella roulette francese 18. & Chateaux...una bella catena 19. Una sigla automobilistica sarda 20. Un passo silenzioso e uno sguardo assassino
21. Quelle di marzo furono fatali a Giulio Cesare 22. Comunità autonoma della Spagna 24. il nome di Pompeo Magno 25. Il nome di Lamborghini
26. Un gas, numero atomico 86 27. Possono essere fratture o metastasi
28. Congiuntivo presente del verbo ruminare

Verticali: 1. Non è rimasto in piedi 2. Sabin inventò un vaccino specifico 3. La capitale delle Samoa 4. Negli anni ottanta cantava "Amoureux solitaires" 5. Articolo femminile 6. Un re era Casadei
7. Venanzio vinse l'oro a Praga nel 1978 8. Scorre presso Parma 9. Altare e pappagallo 10. Diffuse in tutto il mondo 12. Non è un decotto 14. Da non frequentare in smoking scuro 16. Un tiranno e un problema invernale 18. Un "attributo" della Renault 19. Nome di tanti vecchi cinema 20. Lady Gaga ne ha milioni 21. Come dire poscia 23. Raggruppamento dei Carabinieri
24. Galleria d'Arte Moderna 26. Il (punto) com dei moscoviti

TENERIFE in un ... ISTANTE !

Le tue fotografie per parlare dell'isola con le immagini e non solo a parole



Mandaci le tue foto: le più belle saranno pubblicate sul prossimo numero e sul sito internet www.leggotenerife.com
Le foto dovranno avere come argomento paesaggi, scorci, particolari, persone, attimi relativi a Tenerife.

Le migliori verranno pubblicate su questa pagina ed inserite sul nostro sito con un link alla tua attività oppure al tuo sito.
INVIARE A:
info@leggotenerife.com

Fotografie di Pasquale Vennari

Giuseppe Giambra Affitti e compravendite immobiliari ed attività commerciali



Tel. (+34) 679 734 380
Email: giambbrasnc@libero.it
skype pinotenerife
www.giuseppegiambra.com



Vendesi Hotel rurale 12 Camere S.Miguel



€ 1.200.000

Nuovo Hotel Rurale vista montagna e vista oceano composto da 12 camere di cui 7 doppie e 5 suite tutte dotate di bagno privato. Reception, appartamento indipendente annesso per custode, ristorante con 60 coperti ammobiliato e cucina equipaggiata, piscina privata 5x10 metri, garage per 8 macchine, situato a 20 minuti da Las Americas

Vendesi Villa indipendente La Caleta



€ 1.800.000

In zona di grande espansione con campo da golf nelle vicinanze e grande centro sportivo all'avanguardia. Villa costruita su nuovo quartiere residenziale di pregio su lotto di 2500 Mq. Piscina privata, grande giardino con palme, superficie di 350 mq composta da 2 camere e 2 bagni piano terra + zona destinata ufficio, piano superiore grande camera di 40 Mq con bagno, enorme terrazza con spettacolare vista sull'oceano, garage, grande salone luminoso

Vendesi Appartamento Malibu Park S.Eugenio alto



€ 95.000

Trattasi di appartamento all'interno di residence ben attrezzato con piscina, campo da tennis, zona giochi per bambini, internet point e ristorante. L'appartamento è composto da 1 camera, 1 bagno, sala, cucina e terrazza. Si vende arredato. Ideale sia per uso proprio che per affittarlo

Vendesi Appartamento Pueblo Canario Residence Viña del mar Playa de las Americas



€ 97.000

Ben ristrutturato appartamento con 1 camera da letto, 1 bagno con doccia, sala cucina aperta con vista alla piscina e al mare. In residence a soli 150 metri dalla spiaggia e dal casinó. Comodo a tutti i servizi quali autobus, taxi, ospedale, farmacia, centro commerciale, supermercato. L'appartamento è dotato di mobili nuovi e ben curato

Vendesi bifamiliare Roque del Conde El madroñal de Fañabe



€ 195.000

Trattasi di bifamiliare nella miglior zona residenziale di Tenerife sud Costa Adeje. È composta da 2 ampie camere e 2 bagni di cui una con bagno in camera e vista al mare. Cucina, ampio salotto con accesso al patio esterno e al giardino. È dotata anche di un altro patio interno con accesso privato e accesso diretto dalla casa al garage chiuso. La proprietà si vende semi-ammobiliata e fa parte di un residence con piscina comunitaria. Possibilità di vendita con inquilino affittuario