



ANNO 1 - Settembre 2013

COPIA GRATUITA

L'EDITORIALE: *Annus Domini 2013*

"al rientro dalle ferie gli italiani dicono e pensano"...

Non ci siamo fatti mancare proprio niente: tranne le "ferie". Non quelle intese come transumanza dalle città verso mare, monti, campagne etc., bensì quelle che alleggeriscono e mitigano lo stress accumulato in oltre undici mesi di lavoro (per chi ancora ce l'ha). Undici mesi trascorsi con l'ansia di un nefasto gioco molto simile al Monopoli, privato delle caselle più ricche e positive; sotto gli ombrelloni ha continuato ad aleggiare il malumore, l'impotenza e lo smarrimento di una società che non sa cosa possa avvenire nelle prossime 24/48 ore, mentre Roma vive di risse, incontri, scontri politici e proclami che, sinora, hanno generato null'altro che un "tutti contro tutti vediamo chi ne esce conciato peggio". Ma peggio ne escono solo quelli che, sotto l'ombrellone, spendendo qualche centinaio di euro duramente strappato alla tassazione più iniqua d'Europa, hanno sperato di liberare il cervello dall'oppressione continua del pensiero di quale gioco stesse preparando loro un governicchio esclusivamente

CONTINUA A PAG.2

Vendita di attrezzature per la ristorazione nuove e usate
Assistenza tecnica

Avd. Los Majuelos 36, La Laguna - Tel. 922 88 44 31
PER CONTATTI IN ITALIANO RIVOLGERSI A MARIO TEL. 663 93 97 99

❖ **Come ricevere la pensione all'estero senza pagare le tasse (italiane)**

ARTICOLO A PAG.12

Questo mese all'interno trovi:

- **Attenti alle clausole sui mutui** ARTICOLO PAG.4
- **Scopriamo i mercatini artigianali**
- **Romerie di Settembre** ARTICOLO PAG.6
- **I farmaci naturali**
- **Una disciplina: Yoga** ARTICOLO PAG.9
- **Il ritorno dei Guachinche**
- **L'inquilino dell'aeroporto** ARTICOLO PAG.10
- **Golf e Rock Climbing** ARTICOLO PAG.13
- **Riapre il Barranco dell'Inferno** ARTICOLO PAG.16
- **Divertendosi con il Geocaching** ARTICOLO PAG.17
- **I vestiti di carta** ARTICOLO PAG.18
- **L'inquietante Casa Fuset** ARTICOLO PAG.22



Mercato immobiliare in mano alle banche

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA :
www.leggotenerife.com/2703

Le Banche promuovono la vendita di case nelle Canarie, costringendo anche il mercato libero a tagliare i prezzi. L'offerta sul mercato, anche attraverso aste e sconti sostanziosi, dello stock di abitazioni che le banche hanno acquisito in seguito ai pignoramenti, gonfia

i numeri delle vendite di case nelle Canarie, con un incremento del 25% rispetto allo scorso anno, ma rafforzando nel contempo il calo dei prezzi. Mentre nel resto del paese le vendite di case continuano la loro inarrestabile caduta, nelle isole sono state registrate 1618 compravendite nel mese di giugno, al primo posto fra le comunità spagnole. Salgono le vendite di case sia nuove che di seconda mano, ma scendono decisamente le operazioni relative alle case popolari. I professionisti del mercato guardano speranzosi la nuova direzione presa dal mercato immobiliare nell'Arcipelago, ma avvertono che non tutto è oro quello che luccica, attribuendo la crescita all'immissione nel mercato delle proprietà degli istituti finanziari, che stanno spingendo le persone a lasciare le loro case e poi le vendono a prezzi stracciati.

Franco Leonardi

Aprire un'attività (che poi rende)

In Italia sta accadendo un fenomeno interessante. A fronte di tante aziende che chiudono cresce la voglia di mettersi in proprio, avviando la propria attività. Qualcuno ritiene che siano gli effetti della disoccupazione, della serie "se nessuno mi dà un lavoro me lo creo io". Di per sé l'approccio sarebbe corretto, se non fosse che a fronte delle oltre mille start up che nascono ogni anno, di media 7 su 10 chiudono senza aver neppure recuperato il capitale investito. Un disastro. Il che significa due cose:
- se non trovavano lavoro forse qualche motivo c'era.
- l'arte dell'improvvisazione è ancora una caratteristica tutta italiana. Certo, qui da noi c'è la burocrazia, la pressione fiscale e bla bla bla, ma queste cose un novello imprenditore dovrebbe metterle in conto prima, non dopo. Non si parte

a fare un'azienda solo perché si ha una buona idea ed un finanziamento europeo. E soprattutto non ci si butta a fare qualcosa di grande se prima non si è dimostrato di saper fare quelle piccole. Cerco di spiegarmi meglio. A chi non trova lavoro consiglio sempre di fare quello che io stesso ho fatto all'inizio: lavori umili. Cameriere, animatore turistico, raccolta della frutta, guardiano notturno. Ho fatto di tutto, e ne sono fiero. In molti casi mi hanno anche sfruttato. Mi andava bene comunque. Perché il mio obiettivo non erano solo quei pochi soldi che mi davano, bensì imparare da ogni esperienza qualcosa e dimostrare che, se volevo, potevo fare quel lavoro meglio di altri. Nessuno mi ha mai licenziato, anzi, spesso mi proponevano condizioni ...

CONTINUA A PAG.2



Spaghetti allo Scoglio, Penne con Gamberi e Pistacchio...

Sono due delle 200 tipi di paste che vi propone il nostro chef Salvatore.

Tutti rigorosamente preparati con prodotti selezionati e importati dall'Italia. Per una indimenticabile

serata fra amici.



Sede Ferraristas
Tenerife Sur



Spaghetti House

Reservazione:
922 10 20 91

Calle Berna, 7 - Los Cristianos
Aperto tutti i giorni de 18:30-22:30

Vassoio di Pasta
x 4 persone **8€**
(per persona)



Splendida
Terrazza



L'EDITORIALE:
Annus Domini 2013

CONTINUA DALLA PRIMA PAGINA

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2706

che aveva a cuore esclusivamente l'integrazione, l'accoglienza, l'antiberlusconismo, l'anti-prorenzanismo. Solo giochi (si, come quelli infantili) di potere, di prevaricazione e soffocamento attuati e sostenuti nei confronti del popolino strizzato sino all'inverosimile, peraltro già pronto come un soldatino a versare, per aumenti

generalizzati, somme ulteriori per servizi e sostegni da Terzo Mondo, mentre il Terzo Mondo che attracca alle nostre coste intenerisce artatamente il pubblico. Ecco coloro che fuggono da governi guerrafondai e dittatoriali in cui non esiste lavoro alcuno. Il Sogno Italiano sta andando in pezzi. Un esempio tra mille? A Milano il costo del trasporto pubblico subirà nel mese di settembre il RADDOPPIO delle tariffe relative al costo degli abbonamenti mensili e annuali, compresi quelli degli "over 65", si avete capito bene, "i pensionati";

molti dei parcheggi destinati ai residenti saranno destinati a parcheggi a pagamento! Osserviamo attentamente due aspetti della questione: chi usa i mezzi pubblici? Dove "abbandoneranno" i residenti di qualsiasi zona della città le loro auto, impossibilitati ad usarle per gli esagerati costi di gestione, assicurazione e area C, il tutto per disincentivare l'utilizzo del mezzo privato etc.? No, no fermiamoci qui! Se la speranza è l'ultima a morire... cerchiamo almeno di sopravvivere! Ecco qualcosa su cui riflettere durante il rientro. Ritorniamo un po' abbronzati, imbronciati e preoccupati, purtroppo neanche tanto stravolti dai fattacci egiziani, nutella dell'informazione estiva e paravento del fancazzismo romano, ma consci di dover mantenere nel profondo del nostro ego la speranza di un gratta-e-vinci risolutore della nostra esistenza.

(dal nostro "corrispondente di guerra" Marco Uzzo)



EDITORE: Franco Leonardi
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
skype: leggotenerife
facebook: <http://www.facebook.com/LeggoTenerife>



STAMPATO in 5000 copie presso TF. PRINT, S.A. Corporacion Bermont - S/C Tenerife
Distribuito in più di 500 punti sparsi per tutta l'isola di Tenerife, e per l'edizione digitale più di 36.000 pagine lette.
Tutta la pubblicità cartacea verrà inserita sul nostro sito gratuitamente.

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 Franco Leonardi Editore. 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 in quella digitale sul sito www.leggotenerife.com, quindi nello storico si potranno consultare anche le edizioni 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. Si avrà l'opportunità di commentare e votare gli articoli, di partecipare ai sondaggi, di scrivere al Direttore e scaricarsi le edizioni nel formato PDF.

PUBBLICITA': Gli unici commerciali autorizzati preposti alla vendita di spazi pubblicitari sono Biancamaria Bianchini, Cristiano Collina, Roberta Tolio e Valeria Albano.

Diffidate pertanto da chiunque altro vi contatti per proporvi qualsiasi iniziativa commerciale relativa a Leggo@Tenerife.



Aprire un'attività (che poi rende)

CONTINUA DALLA PRIMA PAGINA

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2708

economiche migliori per restare o per ricoprire ruoli di maggiore responsabilità. A quel punto decidevo io di andarmene per cercare qualcosa di meglio. Gli atteggiamenti che invece vedo oggi sono due, entrambi sbagliati:
- Si rifiutano lavori umili (perché io "ho studiato", perché io "merito di più" e stupidaggini di questo tipo).
- Si accettano, ma vengono svolti malamente, con un senso di sconfitta e di apatia che rende vana anche quella esperienza. E che ovviamente non porta mai ad una vera evoluzione.

Ecco, in entrambi i casi pensare di essere pronti per aprire un'attività in proprio si rivelerà un fallimento o (nel migliore dei casi) un'esperienza drammatica.

Perché non puoi gestire un ristorante se hai fallito come cameriere. Perché non puoi gestire altre persone se hai fatto fatica ad essere per primo tu disciplinato. Perché non puoi creare un business plan, se non sei stato neppure in grado di farti bastare la tua paghetta mensile.

Ovviamente affermare queste cose nelle aule affollate da aspiranti imprenditori è più pericoloso che starsene con un parafulmini in mano durante un temporale.

Di solito a ribellarsi sono, nel seguente ordine, queste categorie di persone:

1. Sensitivi (io sento che posso farcela!),
2. Vendicativi (dimostrerò a chi mi ha rifiutato che si sbagliava!),
3. Supereroi (vincerò ogni avversità e sconfiggerò il male!) e a seguire tutti coloro che poi, dopo qualche mese, chiederanno aiuto ad amici, parenti o consulenti perché (guarda un po'...) le cose non vanno proprio benissimo. Non mi stancherò mai di dire che PRIMA di aprire un'attività imprenditoriale (dal negozietto che vende cibo biologico per gatti alla società hi-tech che ottiene un "miliardo" di euro a fondo perduto) ci sono dei passi da fare o dei fattori indispensabili da avere, senza i quali è difficile sperare di arrivare al successo.

Fabrizio Cotza
da www.fabriziocotza.it

(NdR il prossimo mese analizzeremo le fasi e la metodologia per poter confidare nel successo della TUA attività imprenditoriale)

Lasciatevi trasportare dalla nostra creatività

Per info e prezzi spazi pubblicitari su leggo@tenerife consultare il sito www.leggotenerife.com oppure inviateci una E-mail a info@leggotenerife.com oppure telefonateci al **626 19 61 25**

Per la pubblicazione gratuita di annunci economici NON COMMERCIALI inviali a:
annunci@leggotenerife.com

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

Notizie FLASH edal Cabildo di Tenerife



● El Camisón ha un parcheggio a pagamento che manca del permesso e che è stato sanzionato durante il consiglio comunale. Ma continua a far pagare chi entra. Qual è la situazione? Dicono dalle alte sfere: "Giusto. Questa attività è stata sanzionata, perché non si può fare, perché il Piano Generale non lo consente, perché è uno spazio in cui non è possibile sviluppare qualsiasi attività. E' vero che a suo tempo è stato dato il permesso per gestire i varchi e il rilascio di biglietti, ma, attenzione, solo per far entrare i proprietari o gli autorizzati, e mai a pagamento.

● La Caixa offre case a buon mercato. I tempi sono duri e troppe persone affrontano il rischio di restare senza fissa dimora o di dover condividere spazi angusti con amici e familiari a seguito della crisi economica. Per venire incontro a questi

problemi, La Caixa, attraverso il suo programma di solidarietà, ha messo a disposizione alcune sue proprietà nelle isole. Saranno disponibili in affitto, a un prezzo fra 85 e 300 euro mensili, un totale di 46 abitazioni in tutto l'arcipelago. Per quanto riguarda Tenerife, si tratta di 20 appartamenti: uno in Arona, uno a Callao Salvaje, quattro a San Miguel de Abona, cinque a Santa Cruz de Tenerife, uno in Tejina, otto a San Isidro.

● Un club sportivo da spiaggia al Palm Mar. Il progetto, che dovrebbe iniziare verso settembre e ottobre, comprende campi da tennis, piscina, solarium con sabbia, lettini, un bar a bordo piscina e una bella zona verde. Sarà situato tra il lungomare, la spiaggia e il residence Los Menceyes, in una concessione demaniale di 50 anni data dal Governo alla famiglia Weytjens in compensazione per l'esproprio di un loro terreno privato. Quindi si prevedono importanti sviluppi economico-turistici, guidati

da un'iniziativa privata, che ha un chiaro obiettivo: rendere più vivibili le condizioni di questo paradiso, una tipica enclave residenziale, cercando di farlo uscire dalla crisi. Purtroppo il progetto non ha l'approvazione di tutti i residenti, ma questa località ha bisogno di completare la sua offerta turistica e residenziale, con attività sportive, per il tempo libero e con dei servizi per il pubblico che oggi mancano, come appunto una spiaggia attrezzata. Si parla di un complesso sportivo e di animazione in spiaggia con un investimento stimato in circa 2,5 milioni di euro, erogato interamente da iniziativa privata. Uno sport & beach club con campi sportivi, piscina con acqua di mare, solarium con sabbia, un impianto di bar sulla spiaggia in un'oasi in riva al mare. Suona come una fantasia... (Ndr il progetto è stato immediatamente bloccato con le solite varie motivazioni populiste/eco-illogiche, ma sembra che la maggioranza dei residenti apprezzi l'iniziativa, che peraltro andrà a occupare un piccolo tratto di litorale che non potrà che migliorare a lavori ultimati. Vi terremo informati...).



● Il "Golden Mile" e l'Hard Rock Café.

E' in cerca di nuovi stimoli il "Golden Mile", il viale di Las Americas dove c'è la più alta concentrazione di negozi e ristoranti, che misura appunto circa un miglio di lunghezza, da Villa Cortes fino al Vista Sur: praticamente un centro commerciale aperto che ospita mini golf, terrazze, bar, locali notturni, l'Auditorium della Piramide del Mare Nostrum, alberghi di 4 e 5 stelle, appartamenti di qualità, e 420 negozi e ristoranti, con abbondanti posti auto nel piano interrato dei cinque centri commerciali che vi si trovano. "Golden Mile" è un nome di richiamo: chi visita l'isola non dovrebbe ripartire senza vederlo, insieme al Teide, le balene, e le principali aree di intrattenimento. Il presidente dell'Associazione commercianti e imprenditori "Golden Mile", ha contattato il Sindaco e l'Assessore allo Sviluppo Economico del Comune di Arona, per organizzare eventi,

una zona di Exposaldo e installare un mercato artistico e artigianale di qualità, tutto per rilanciare l'attività nella zona. "Il "Golden Mile" deve andare avanti nella pianificazione di progetti, perché il tempo insegna che i centri commerciali smettono di essere tali quando gli altri sembrano più attraenti. Non si può dormire." L'Associazione vuole, tra le altre cose, che le luminarie restino tutto l'anno e non solo nel periodo di Natale, pagandone i costi. Si sta aspettando inoltre che la catena di ristoranti Hard Rock Café apra negli stessi locali della Piramide di Arona, il che certamente darebbe un forte impulso all'area, per la grande attrattiva suscitata in tutto il mondo da queste strutture.



Paladar Pizzeria Piccolo

Questo ristorante nasce nel 1980, diretto da Fernando Bartolomé, Cristian Torelli e Cristian Zampiga, ed è uno dei migliori nel sud di Tenerife, specializzato nella tradizionale cucina italiana. Specializzato in pasta fresca fatta in casa "dalla nonna" e tipici piatti italiani. Oltre al menù ci sono sempre offerte speciali legate al mercato del giorno. Per accompagnare il tutto troverai i migliori vini spagnoli e italiani.

Local 16 B
Tel.922 796788

RESTAURANTE WATERMELON
... y zumos, helados, cócteles y vinos.

Il più rinomato punto di incontro di Los Cristianos, la combinazione ottimale di buon cibo, gran servizio, e una terrazza mozzafiato affacciata sull'oceano. Qui puoi gustare superbe colazioni all'italiana, pranzi, aperitivi e cene, caratterizzati da prodotti freschi e naturali, dai sapori italiani. Water Melon il posto più in per passare una serata d'estate!

Local 8-9 B
Tel.677 848 642

Los Cristianos - Tenerife

Fernando Bartolomé, Cristian Torelli e Cristian Zampiga, sono orgogliosi di invitarvi a provare la vasta scelta di tapas di pesce e di carne, annaffiate dai migliori vini spagnoli e da pasto. Tapas, ottimo vino ed una meravigliosa terrazza vista mare...cosa desiderare di più?

Local 13 B
Tel.678 196 697

RESTAURANTE SAM SAM
PIZZERIA, COCKTAILS, CAFE BAR

Questo ristorante con la sua splendida terrazza direttamente affacciata sulla spiaggia di Las Vistas ti invita a provare le delizie delle sue famose pizze preparate proprio come le vuoi. Troverai insalatone, lasagne e squisiti carpacci. I managers Nadia Vallin e Ivàn Santana garantiscono un servizio di ottimo livello.

Local 20 B
Tel.922 796788

Il Governo delle Canarie avvia la procedura per raccogliere le multe degli affitti illegali

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA : www.leggotenerife.com/2710



Coloro che sono stati multati per aver dato in affitto immobili senza licenza, e non hanno né presentato ricorso né pagato, potrebbero avere già ricevuto una lettera da Rita Hernández, il ministro del Turismo, che stabilisce le procedure di riscossione delle multe. Alcuni però non hanno ricevuto nulla, e ciascuno in questo gruppo ha bisogno di verificare con urgenza se è stato convocato dal Turismo per essere interrogato.

La comparsa deve essere effettuata in orario 9.00-14.00, dal lunedì al venerdì, negli uffici del Turismo a Santa Cruz al 1° piano, numero 35 Avenida de Anaga/Francisco La Roche.

La Signora Hernández dice che **la mancata presentazione**, o, nel caso di coloro che hanno ricevuto le lettere, l'assenza di risposta, **comporterà che il governo procederà unilateralmente con pieno effetto giuridico a recuperare il dovuto.**

Biancamaria Bianchini

Le clausole "suelo" nei mutui sono NULLE, controllate il Vs. contratto

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA : www.leggotenerife.com/2712

Le clausole "suelo" nei mutui sono NULLE, controllate il Vs. contratto

La Corte Suprema spagnola in una sessione plenaria, ha dichiarato invalide le clausole del minimo garantito nei mutui (Ndr in spagnolo clausola suelo), in "mancanza di trasparenza", accogliendo parzialmente un appello che ha sollevato una questione su queste clausole nei mutui. La clausola "suelo" nei mutui significa che il cliente pagherà sempre un interesse minimo prefissato, indipendentemente dal valore del tasso Euribor. Se, ad esempio, un cliente ha stipulato un mutuo con un tasso di interesse variabile pari all'Euribor maggiorato del 2%, ma con una clausola "suelo" del 3%, non pagherà mai meno di questa percentuale, anche se l'Euribor scende sotto l'1%. Si tratta di un meccanismo applicato da alcuni istituti bancari per limitare i rischi derivanti da eccessivi abbassamenti dei parametri di indicizzazione. In questo caso, il mutuante, stabilendo una soglia minima sotto la quale il tasso non può comunque andare, annulla il vero vantaggio dei prestiti indicizzati. La Corte Suprema ha però precisato che la sua decisione non comporta la restituzione di importi già

versati, e che dette clausole si considerano abusive solo in presenza di mancanza di trasparenza nella commercializzazione del mutuo al cliente. Alcune importanti considerazioni da fare:

1 - rimane aperta la porta alle richieste di risarcimento della clausola "suelo" per mancanza di trasparenza rispetto ai mutui sottoscritti con banche, soprattutto perché, molto spesso, queste non hanno dato in modo chiaro al cliente le informazioni relative alle conseguenze economiche, né hanno ben spiegato il funzionamento di tali clausole.

2 - si chiude però la porta alla domanda di restituzione degli importi già incassati dalle istituzioni finanziarie in virtù della clausola annullata, perché, a parere del Tribunale Supremo, la retroattività produrrebbe gravi problemi alle banche, riflettendosi poi direttamente sull'economia del paese (necessità per lo Stato di iniettare più denaro pubblico alle istituzioni finanziarie, data la rilevanza degli importi da restituire alle centinaia di migliaia di persone colpite).

3 - permette agli Istituti Finanziari di continuare ad inserire nei loro contratti di mutuo le clausole "suelo", ma con l'obbligo di informare in modo chiaro e dettagliato i clienti sul loro funzionamento.

Tutte le norme che disciplinano la regolamentazione delle informazioni sui prodotti, e dei regolamenti finanziari in materia di obblighi degli istituti finanziari, sono piena-

mente applicabili sia alle abitazioni, se prima casa o meno, sia per i locali commerciali. Ma le sentenze del Tribunale civile nr. 4 di Orense del 13 maggio 2013, e del Tribunale del Commercio (cd. Juzgado de lo Mercantil) nr. 2 di Malaga del 23 maggio 2013 si sono discostate dalla decisione della Suprema Corte, in quanto hanno sentenziato l'obbligo per le banche coinvolte di restituire gli importi già addebitati in ragione della clausola "suelo". In queste due sentenze, il Giudice ordinario ha riconosciuto la retroattività della dichiarazione di nullità della clausola "suelo".

L'argomento è estremamente interessante, e indubbiamente si è aperto un fronte importante nella battaglia per l'eliminazione della clausola del minimo garantito nei mutui. Speriamo che nei prossimi mesi si continui questa battaglia nei Tribunali, e che i cittadini si rendano conto di disporre di un'occasione unica per recuperare del denaro indebitamente pagato in eccesso, evitando nel contempo di continuare a pagare interessi vessatori, se non sono stati adeguatamente informati al momento della sottoscrizione del mutuo.

Franco Leonardi



Edén
GRAN APERTURA
 ¡Ven a conocer nuestra tienda!

Edén
 Artículos Religiosos

Gran Variedad y Venta de Artículos Religiosos

Calle Grande - Local 41-B. ADEJE 38670
 STA. CRUZ TENERIFE. Tel. 922 78 02 71



ROTARY CLUB
 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

CICCONI & ASOCIADOS



Abogados y Asesores fiscales

Avda. Barranco de las torres, n°10
 Ofic.2A, 38670 Los Olivos, Adeje Tenerife
 Tel.:922 782 410 - Fax:922 711 566

info@cicconieasociados.com - www.cicconieasociados.com

Il galateo a tavola, come mangiare la frutta

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2714

Mangiare bene con raffinatezza ed eleganza, non è un'impresa difficile. Basta rispettare le linee guida del galateo a tavola. Si parla sempre di come disporre le posate, di quale tovaglia utilizzare e quale servizio di piatti tirar fuori, ma cosa dire della frutta? Il galateo a tavola ci indica tutte le buone maniere per consumare la frutta a fine pasto. Partiamo dai frutti base, come le mele, le pesche e le pere, i quali devono essere tagliati in quattro parti tenendo il frutto ben saldo sulla tavola con la mano sinistra. E fate attenzione, il galateo a tavola prevede che siano sbucciati con forchetta, nella mano sinistra, e coltello, nella destra. La banana invece ha un modo del tutto accurato per essere consumato durante un evento formale: si tiene con la mano sinistra, come per gli altri frutti, e si sbuccia con il coltello; utilizzando entrambe le posate si fa a pezzettini e si mangia con la forchetta. Il galateo a tavola vuole che anche i frutti come gli agrumi siano sbucciati e degustati con forchetta e coltello, partendo dalle estremità. I semi devono essere posti su di un cucchiaino e sistemati sul bordo del piatto. Fragole, lamponi e ciliegie si mangiano tenendoli per il picciolo, o con il cucchiaino se serviti come macedonia. L'acidulo ma sugoso kiwi invece deve essere tagliato in due parti identiche e mangiato con il cucchiaino.



IL POMPELMO

IL POMPELMO - Va servito tagliato a metà e con gli spicchi già staccati; insaccheratelo e portatene gli spicchi alla bocca con un cucchiaino.

LA MELA - Tagliatela a metà, poi in quarti; togliete il torsolo. Tagliate i quarti a bocconi sbucciati tenendoli sollevati dal piatto e consumateli via via.

LA PERA - Tagliatela a quarti e, prendendone un pezzetto per volta, sbucciatela e mangiatela a piccoli bocconi. Se il frutto fosse troppo maturo sbucciatelo tenendolo appoggiato al piatto.

L'UVA - Staccate i chicchi uno alla volta e portateli alla bocca. Sputate gli acini nella mano destra quasi chiusa a pugno, e deponeteli sul piatto.

L'ARANCIA - Asportate la calotta superiore e quella inferiore; incidete la buccia a sezioni verticali e staccatela dal frutto; separate gli spicchi e portateli alla bocca. Il MANDARINO, invece verrà sbucciato col coltello tenendo il frutto fra le dita; gli spicchi verranno poi staccati senza l'aiuto delle posate e consumati via via.



LA MELA



LA PERA



L'ARANCIA



L'UVA

E l'anas? Ovviamente il galateo a tavola prevede che il frutto sia presentato direttamente sbucciato e tagliato, pronto per essere degustato e apprezzato in tutto il suo sapore agrodolce.

Bina Binella



Bentornati, oggi coglierò l'occasione per parlarvi di un luogo suggestivo dove ci siamo fermati a mangiare dopo un bellissimo percorso di curve mozzafiato e dirupi impressionanti. Passando per scogliere e spiagge con onde incredibili, ritrovo di surfisti appassionati, si raggiunge in un'ultima sospirata salita, dove

termina l'asfalto e cominciano sentieri percorribili a piedi, un poggio con una scogliera a picco sull'oceano dove ci sono tre ristoranti. A istinto ne abbiamo scelto uno. Forse il colore, forse le dimensioni ridottissime, tre scalini e ti ritrovi in una terrazza con quattro tavolini, o forse è proprio vero che alcuni luoghi racchiudono magia e ti catturano l'anima. L'arredo un po' rustico, un po' hippie, e con un tocco di ritrovo di pescatori, tavoli e sedie realizzati con assi riciclate da barche dismesse, cuscini, quadri, oggetti, mensole per il vino

create ad arte e, dettaglio non indifferente, in una nicchia del muro: "sorpresa"! Una serie di libri di cucina di grandi chef, di grandi ristoranti, non solo ricettari ma anche biografie, potete immaginare l'espressione del mio viso. Chiediamo consiglio per ordinare e piacevolmente la sorpresa continua, i due ragazzi che gestiscono sono dei simpatici padroni di casa, quando ci portano in tavola questo piatto: una sorta di zuppa di pesce a base di merluzzo, patate, taccole, cavolini di Bruxelles. Una zuppa bianca (senza pomodoro),

saporita e delicata allo stesso tempo, il pesce aveva una cottura perfetta e i sapori degli ingredienti erano armonici. Il nome del piatto, "Casuela o Zarzuela", di origine spagnola. Un piatto così semplice, sicuramente l'influenza del luogo, il profumo frizzante dell'oceano che si rompeva sulle scogliere e l'abbinamento con un buon vino, hanno contribuito, ma la vera magia l'ha creata il cuoco, un piatto casereccio, una sorpresa per il palato. Vi propongo una tra le varianti di questa ricetta: brodo di pesce, cipolla, patate, pomodori (se volete aggiun-

gerli), merluzzo, aglio, prezzemolo tritato, peperoni, taccole, cavolini di Bruxelles, olio sale pepe e zafferano. Patate a tocchetti e cavolini cotti per 20 minuti nel brodo di pesce, aggiungere le altre verdure e terminare la cottura. A parte soffriggere la cipolla, l'aglio e il prezzemolo tritati, aggiungere e dorare il pesce dai due lati, aggiungere lo zafferano, salare e pepare. Unire il tutto, ideale sarebbe servirla in una pentola di coccio. E, ricordatevi, le magie hanno sempre bisogno di un tocco personale.

Tia Valeria



Tia Valeria
una brujita en cocina

La magia dell'Anaga,
passando da
Taganana a Benijo



PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2717

Scopri le nostre offerte su
www.theitaliantapas.com



Vendita al banco
e Ristorante

Tutti i giorni Pasta fresca artigianale a Los Cristianos
Laboratorio di pasta e Ristorante

Lasagne - Cannelloni Pasta ripiena - Enoteca

Calle Barranquillo n°3 - Los Cristianos ☎ 922 090 269



Aperto da martedì alla domenica dalle 11.00 alle 16.30 e dalle 18.30 alle 23.30

ANDARE PER... Mercatini artigianali

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA :
www.leggotenerife.com/2721



In questo articolo voglio parlarvi, più che dei mercatini artigianali presenti nell'isola, dell'artigiano stesso, che con il suo sapiente lavoro, sempre contraddistinto da una vena artistica, è capace di creare con le proprie mani oggetti unici e curatissimi. Ma non solo oggetti, si parla di quadri, fotografie ecc... e soprattutto prodotti culinari. Il tutto inizia con una ricerca e molte prove che possono richiedere parecchio tempo, perché non sempre quello che si ha in testa è facilmente realizzabile, e da questo è facilissimo riconoscere l'artista (perché io li reputo tali). Essendo mia moglie artigiana ufficiale a tutti gli effetti, qui a Tenerife ho avuto modo di conoscere questo nuovo mondo, e osservandolo un po' dall'esterno ho colto delle sfumature particolari che mi hanno entusiasmato, soprattutto nel vederli creare. Con l'andare del tempo ho apprezzato le persone, che sono per la maggior parte Canari, ma capaci di aprire le porte e permettere anche a noi "stranieri" di poter partecipare con loro ai bellissimi eventi che caratterizzano, soprattutto, i week end dell'isola. Inglese, Tedeschi, Italiani, Russi, Francesi,



Peruviani ecc... ormai anche l'artigianato locale è diventato "multilingua", ma comunque i "veri" prodotti isolani sono di loro competenza... e ci mancherebbe altro, visto la loro lunghissima tradizione. Fabian, per citarne uno, ha un bellissimo taller (laboratorio) dove crea prodotti in terracotta e successivamente li dipinge con una tecnica antichissima, e nonostante questo è sempre alla ricerca di nuovi stimoli e di nuove tecniche, fino a conoscere quella dei "mastri" giapponesi. Una giornata al lavoro da lui mi ha permesso di capire quanta passione si possa avere nel creare qualcosa (bhè... lo avevo già capito da mia moglie). Passeggiando



per i vari mercatini si possono trovare moltissime cose e nessuna uguale fra di loro. Questo è quello che caratterizza il lavoro artigianale e non quello di grossa importazione (dalla Cina per esempio) e di imitazione che spesso viene spacciato per "fatto a mano". Questo, purtroppo, è veramente una rovina perché abitua le persone a non valorizzare il lavoro manuale e ad accettare un costo adeguato per una creazione e non per un prodotto scarso e costruito in serie. Fermatevi a parlare con gli artigiani per farvi raccontare del loro lavoro, spesso lo apprezzano moltissimo e sapranno spiegarvi cose molto interessanti. Qui al sud è presente una bellissima associazione di artigiani che si chiama Artesur (<http://asociacionartesur.blogspot.com.es/>) dove i membri sono persone semplici, oneste, disponibili e simpatiche, che possono aiutarvi ad intraprendere questa strada

se vorrete fare un tentativo. Per partecipare a tantissimi mercatini, burocraticamente, non occorre nulla, ma all'inizio è difficile farsi conoscere e quindi bisogna avere pazienza e umiltà per entrare in questo ambiente. Successivamente si avrà bisogno del Carnet de Artesano che attesta l'ufficialità del proprio lavoro ed è rilasciato, previo esame in loco, dal Cabildo di Tenerife. Per chi produce prodotti culinari, pane, dolci, miele, mojo ecc... obbligatoriamente, oltre che avere l'attestato di manipolador de alimentos, deve fare richiesta del Numero Registro Sanitario che viene rilasciato dopo una visita dell'ispettore tecnico che vi indicherà le normative e come realizzare un laboratorio in regola con la legge. Giusto per darvi un prezzo, l'uscita dell'ispettore costa BEN 2,24 euro!!! il resto è gratuito... veramente una follia!!!! Quindi vi invito a visitare i bellissimi mercatini presenti sull'isola, alcuni sono annuali, esempio il Pinolere, altri sono in occasione di sagre paesane (Romerie), mentre altri sono anche settimanali o mensili come quello del Mirador del Duque vicino a Playa de las Americas. Ammirate i prodotti, degustate i sapori e parlate con gli artigiani di



questo bellissimo mondo e soprattutto... spendete!!!!!! Acquisterete un prodotto unico, artistico e aiuterete a mantenere queste bellissime tradizioni. Buoni acquisti...

Maxxx

Feste e Romerie di Settembre

L'1 settembre, a *La Laguna*, si terrà una tradizionale festa Canaria: la Romería di Los Baldíos. La giornata sarà piena di musica, cibo, danze e abiti tradizionali. A *Güímar*, il 7 settembre, la processione a El Socorro è uno dei pellegrinaggi più antichi delle Isole Canarie. Esso si sviluppa attraverso le vecchie vie della transumanza degli aborigeni, lungo la parte settentrionale del Malpais. La festa inizia alle 5 del mattino con la processione delle carrozze che si tiene in Avenida Santa Cruz, nel comune di Güímar. Un'ora dopo inizia la Messa in onore della Virgen del Socorro nella chiesa parrocchiale di San Pietro Apostolo. La mattina del giorno 8 si recita il Rosario, e si celebra l'Eucaristia dedicata alle casalinghe, per proseguire alle 11 con la Santa Messa e la processione

con la Sacra Immagine della Madonna di El Socorro. L'8 settembre a Benijos, *La Orotava*, ci sono i festeggiamenti in onore di San Isidro Labrador e Santa Maria de la Cabeza. A Villa de *San Juan de La Rambla* il 14 di settembre c'è la Festa de San José. Il 29 settembre a Geneto, *La Laguna*, si tiene la Romería de San Miguel, che è l'evento più significativo dei festeggiamenti di Geneto. In questo colorato corteo i romeros, vestiti secondo tradizione, salgono su carri addobbati e marcano insieme a gruppi folk e a ballerini, accompagnati da diversi tipi di bestiame. Le persone potranno godere di vino locale e prodotti alimentari, carne essenzialmente arrosto, patate al forno e il gofio canario, offerto dai carri allegorici durante la celebrazione, accompagnata da musica e l'atmosfera rilassata che caratterizza la vita sull'Arcipelago.



PROMUOVI
la tua nuova attività a Tenerife
con un sito internet mirato

Chiama adesso! 689 086 492

Le crociere scartano l'Egitto per le Canarie

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA :
www.leggotenerife.com/2725

La decisione di annullare due degli itinerari della MSC Armonia per il Mar Rosso, in programma per questo inverno, per sostituirli con due nelle Isole Canarie, è un esempio di come si stia evitando l'Egitto vista l'instabilità che soffre il paese arabo. Molti tour operator, che organizzano viaggi in quel paese, hanno scelto di cancellare le prenotazioni o, quando si tratta di percorsi, eliminare le fermate in Egitto per visitare altri paesi. Con una capacità di 2.199 passeggeri, MSC Armonia farà 20 sbarchi a Las Palmas dal 9 novembre 2013 al 22

marzo 2014, circa 40.000 turisti provenienti da svariate nazionalità, soprattutto del nord Europa, con un notevole contributo economico per l'arcipelago. Le destinazioni che hanno beneficiato del deterioramento della sicurezza in Egitto sono Croazia, la Sicilia e le Isole Canarie. Come è accaduto con la primavera araba, l'instabilità politica in Egitto può avere l'effetto di deviare i turisti in Spagna, il che può essere decisivo per superare la crisi del settore. Le Canarie, pur essendo un po' più costose, sono una destinazione turistica sicura da qualsiasi incertezza o avversità geopolitica del tipo egiziano. Santa Cruz de Tenerife e

Las Palmas de Gran Canaria sono al terzo e quarto posto in tutto lo stato per il volume di croceristi ricevuti, 419.420 e 365.120 passeggeri rispettivamente, anche se in calo del 5,7% e del 19,7% rispetto allo stesso periodo del 2012. Durante i primi sei mesi di quest'anno, nel porto della capitale di Tenerife sono finiti 276 crociere, (+10% rispetto al primo semestre dello scorso anno), mentre a Las Palmas de Gran Canaria ne sono approdate 230 (-3, 7%).



La raffineria di Santa Cruz si ferma per difficoltà di produzione nei mercati petroliferi

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2728

E' la prima volta durante tutti gli 84 anni di attività che succede uno stop così importante della produzione per ragioni economiche. La raffineria di Santa Cruz è la maggior riserva energetica di tutte le Canarie ed anche la maggior industria delle Isole. Cepsa aggiunge che la raffinazione del petrolio riprenderà non appena consentito dalle condizioni di mercato, senza però specificare quale sia esattamente il problema economico o quando si riprenderà il lavoro a ritmi normali. Il margine economico per la raffinazione di ogni barile di petrolio è minimo, perché gli introiti si basano sulla produzione di

massa di prodotti differenti, soprattutto combustibili ed oli. A causa dell'attuale situazione sfavorevole, l'azienda, di proprietà del fondo di investimento di Abu Dhabi IPIC (International Petroleum Investment Company) dal 2011, ha deciso di fermare le sue macchine. La raffineria si ferma di solito ogni anno per un breve periodo per la pulizia e la manutenzione, ma non per l'economia e le fluttuazioni del mercato, l'ultima fermata generale tecnica fu nel maggio dello scorso anno. Per tre settimane, in cui si era lavorato giorno e notte, la raffineria aveva intrapreso numerosi miglioramenti sia tecnologici che nelle attrezzature per la pulizia e la manutenzione multipla, performance che di solito non si possono effettuare con le unità di processo



in esecuzione. Cepsa aveva investito più di € 4.000.000.

Il rifornimento sul mercato canario è comunque garantito nonostante queste sospensioni, avendo numerose scorte di prodotti precedentemente immagazzinate anche nelle altre aziende che Cepsa ha nelle isole: Petrocan per la fornitura di navi e Cepsa Aviation per gli aeroporti. Normalmente la Raffineria di Santa Cruz produce 85.000 barili al giorno per un totale di 4,5 milioni di tonnellate annuali, fornendo l'85% di tutto l'arcipelago.

I Canari riciclano 27.356 tonnellate di vetro nel 2012

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2730

Ogni cittadino canario ha riciclato circa 12,9 chili di vetro (l'equivalente di 39 bottiglie di vetro) durante il 2012. Fra tutte le 7 isole dell'arcipelago la migliore è stata La Palma con una media di 19,3 chili pro capite all'anno. Seguono Fuer-

teventura con una media di 18,5 chili e Lanzarote con 18,2 chili di vetro. Alcune società, unitamente al Governo delle Canarie, hanno lanciato una campagna per sensibilizzare ulteriormente le famiglie dell'arcipelago, anche per la carta, il cartone e la plastica. Questa iniziativa è stata denominata denominata "Ecolegas" ed sono stati preparati dei depliant, un cartone animato

per i più piccoli e un sito web esplicativo. Per facilitare la raccolta differenziata Ecovidrio ha aumentato i punti di raccolta per un totale di 182.000 in tutta la Spagna, circa un contenitore ogni 259 abitanti. Ecovidrio è una Associazione senza scopo di lucro, incaricata della gestione del riciclo del vetro in tutta la Spagna. Ricordiamo che il 100% del vetro depositato nei contenitori specifici viene riciclato.

Grande risparmio di tempo grazie all'uso di Internet

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2732

Il Governo offre la possibilità di ottenere le certificazioni di essere in regola con gli obblighi fiscali attraverso Internet, evitando alle imprese di dover andare negli uffici dell'Amministrazione fiscale Canaria. Queste certificazioni sono necessarie per, tra le altre cose, fare contratti con il governo, ricevere sovvenzioni o aiuti, e ottenere le necessarie autorizzazioni

per il trasporto pubblico o privato di persone e merci. La domanda e la spedizione del certificato possono essere fatte sul sito web del Ministero dell'Economia, delle Finanze e Sicurezza www.gobiernodecanarias.org/hacienda, nella sezione Sede Electrónica. Per poter accedere a questa procedura, il richiedente deve avere un certificato elettronico che dimostri la sua identità.

(NdR presumibilmente l'equivalente della nostra PEC - Posta Elettronica Certificata)

La nuova legge costiera in questione

Per Greenpeace, la nuova Ley de Costas, lungi dal rafforzare la protezione del litorale, "consente nuove forme di sfruttamento." La costa, che nella legge precedente è stata vista come una risorsa naturale limitata, diventa nel nuovo testo un'area di "sviluppo economico". I piani urbanistici comunali devono essere rivisti per vietare le costruzioni, i parchi naturali dovrebbero essere rispettati, non si dovrebbe costruire in aree a rischio di cambiamento climatico e si deve promuovere una "tassazione verde" per favorire le migliori città conservate.

I nuovi uffici fiscali a Tenerife

L'Amministrazione fiscale Canaria ha iniziato dal 5 agosto ad offrire servizi negli uffici di Arona, in Avenida Los Sabandeños n° 8, Edificio Charo a Los Cristianos, e a La Orotava, calle Francisco Alfonso Carrillo n° 8, Edificio Retamar, in Las Dehesas. Forniranno documentazione fiscale di tutti i tipi, oltre a servizi di assistenza in generale per i contribuenti, assistendoli anche nella compilazione della dichiarazione dei redditi. Gli uffici rimangono aperti nei giorni feriali dalle 9 alle 14.

Canarie, l'impero del mattone

In base ai risultati presentati dall'organizzazione ambientalista Greenpeace, l'arcipelago è secondo solo all'Andalusia come regione con meno litorale intatto sulla prima linea di costa, e ci sono ben quattro comuni isolani (Mogan, Telde, Puerto del Rosario e San Bartolomé) tra i 10 più urbanizzati della Spagna. Il documento, che può essere consultato sul sito web dell'organizzazione, è stato ottenuto per la prima volta da immagini satellitari, e analizza la situazione dei primi 500 metri di costa spagnola. Greenpeace conclude che l'occupazione del lungomare nelle Isole è stata "massiccia" e che questo processo sarà rafforzato nei prossimi anni dalla nuova legge costiera, che non è altro che un "nuovo strumento per continuare ad urbanizzare la costa". Come esempio significativo, Greenpeace cita San Bartolomé de Tirajana (Gran Canaria), uno dei comuni con un tipo di turismo più "predatorio": il 41% della sua costa è urbanizzata, ben al di sopra della media nazionale, che attualmente è circa al 20%. Per capire la portata della distruzione della costa, Greenpeace sottolinea che è sufficiente constatare che la gamma dei primi 500 metri di costa rappresenta solo il 0,55% della superficie dello Stato. Ma in questo Arcipelago questa fetta rappresenta l'8,24% delle Isole. Per province, Santa Cruz de Tenerife ha occupato il 14% e Las Palmas il 21,1%. A livello comunale, il rapporto dell'organizzazione ambientalista cita Alajeró, Agaete, La Guancha, Sant'Orsola e Los Silos, come i cinque comuni che hanno distrutto più velocemente il patrimonio naturale durante gli anni della bolla immobiliare. Nel contempo, i luoghi più urbanizzati, per percentuale di superficie nei primi 500 metri di costa, sarebbero: Arafo, con il 100% della striscia di 500 metri di urbanizzato, Arrecife, con il 73%, Puerto de la Cruz, con il 71%, Tias, con il 71% e San Bartolomé, con il 70%. Sulla riva opposta, Artenara, con il 83% di territorio protetto, Buenavista del Norte, con il 67%; Santiago del Teide, il 66% e El Pinar, con circa il 65%, sono i comuni con la protezione più efficace secondo le regole di parchi protetti.



**CLÍNICA
Dentalit**

Protesi
Chirurgia orale
Igiene dentale
Odontologia conservatrice
Impianti tecnica mini invasiva
Ortodonzia

1ª visita gratis




**REGALATI
UN SORRISO**

SPECIALISTI IN IMPLANTOLOGIA

Presso la Clinica Dentalit troverai specialisti nella collocazione di impianti con una tecnica mini invasiva, **Flapless** o transmucosa senza dolore.

Calle Mar del Norte n°31 - local 3
Playa San Juan - Guía de Isora
Tel.922/138.887
Móvil: 699.678.321
E-mail: infodentalit@gmail.com
Internet: www.dentalit.es

Orario di ricevimento:
dal lunedì al venerdì
dalle 10 alle 13.30
e dalle 15.30 alle 19.30
per appuntamento il
sabato ed in altri orari

Infradito:



Piaceri e Dispiaceri

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2735

Le infradito possono essere calzate per andare in spiaggia o in piscina, ma non per fare lunghe passeggiate in città. Queste ciabatte leggere non offrono adeguato sostegno e protezione, ma possono procurare dei traumi al piede e di conseguenza compromettere il nostro benessere. Ma, che siano di paglia, di cuoio, di gomma o plastica, le infradito sono sempre più di moda e per alcuni addirittura irrinunciabili, il vero must della stagione estiva, da mettere ai piedi in qualsiasi occasione. Ma se è di gran lunga meglio indossarle che andare a piedi nudi, per esempio, quando si cammina sul bordo di una piscina, nelle camere d'albergo e negli

spogliatoi delle palestre, se indossate troppo spesso, le infradito possono causare una serie di problemi ai nostri piedi. Per esempio, essendo super basse, possono favorire infiammazioni ai metatarsi o della pianta del piede e, non sostenendo adeguatamente l'arco plantare e il tallone, aumentano il rischio di distorsioni. Se però siete tra coloro che non riescono a rinunciare, innanzitutto, meglio preferire i modelli in pelle o in cuoio, che riducono il rischio di vesciche e altre irritazioni. Al momento dell'acquisto, inoltre, verificare che non siano troppo fragili (piegandole da un capo all'altro, sono da scartare quelle che si piegano completamente a metà) e siano della misura giusta, evitando che il piede esca dai bordi. Inoltre, evitare

di indossare lo stesso paio anno dopo anno, se non perfettamente integro. Infine, è sconsigliato metterle ai piedi in previsione di lunghe camminate, lavori in giardino o attività sportive, perché ci rendono più vulnerabili a lesioni, distorsioni e fratture. Insomma, buon senso e attenzione alla salute del piede dovrebbero guidarci al momento della scelta della scarpa da indossare, senza mettere al primo posto sempre e comunque l'estetica e il diktat della moda. La scarpa deve essere infatti comoda, non deve procurare stress al piede e deve proteggerlo, perché un piede sano è fondamentale per la nostra salute. Un uso prolungato del tacco alto, per esempio, compromette una corretta postura, alterando la distribuzione del nostro peso a sfavore

dell'avampiede, creando inoltre problemi alla schiena e alla cervicale. Inoltre l'uso eccessivo di scarpe estremamente basse può causare dolori ai polpacci e tendiniti. Attenzione dunque a scegliere la scarpa giusta per ogni occasione, a seconda delle attività previste nel corso della giornata. Se per andare al mare, via libera alle infradito, per una giornata in montagna meglio la scarpa chiusa, in modo che il piede poggi correttamente sul terreno accidentato. Ben venga, invece, camminare scalzi sulla sabbia o sul brecciolino, per stimolare le articolazioni del piede e contrastare, nei bambini, la formazione del piede piatto.

Michela Del Zot

In caso di scottatura... solare

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2738



Quelli che funzionano meglio? Eccoli qua. Tutti naturali e a costo quasi zero. Immersione nell'aceto: aggiungete una tazza di aceto di vino bianco o di sidro nell'acqua della vostra vasca da bagno (che l'acqua sia fresca, non calda) e sedetevi immergendovi dentro finché riuscite a starci in modo confortevole. Vi aiuterà a ridurre in fretta il rossore della pelle e la sensazione di bruciore e prurito da eritema solare. Quando avete finito, asciugatevi delicatamente ed applicate una crema all'aloè. Il bagno con il the: può sembrare un po' strano questo metodo, ma è molto efficace, fa-

tevi una tazza di the e lasciate raffreddare l'acqua con dentro la bustina in infusione. Usatelo per lavarvi, applicandolo come un tonico sulla pelle. Il dolore della scottatura si attenuerà nel giro di pochissimo. Questo effetto è dovuto ai tannini contenuti nel the, che rallentano il flusso sanguigno, riducendo il gonfiore ed il disagio. La doccia d'avena: riempite un calzino di cotone con dell'avena (il cereale che si usa per la colazione o per fare il pane), chiudete l'altra estremità e appendetela al rubinetto della doccia, facendo in modo che l'acqua vi passi attraverso. Cercate di stare sotto al flusso di acqua filtrata nell'avena per almeno 10 minuti. E' un ottimo rimedio anche in caso di

contatto con l'edera velenosa. Il doposole che guarisce: ad un doposole neutro aggiungete alcune gocce di aloè e di olio di tea tree, poi usatelo normalmente come una normale crema per il corpo. Se le scottature vi danno molto fastidio, applicatelo ogni volta che ne sentite il bisogno, anche di notte, per darvi sollievo. Il bagno frizzante: invece di fare un bagno con solito sapone, provate a fare un bagno frizzante con le bollicine... come?

Aggiungendo una tazza di bicarbonato all'acqua fresca del bagno. Quando uscite, lasciate che la pelle si asciughi da sola: mentre si asciugherà, si raffredderà naturalmente e non sentirete più la scottatura.



The Italian Style

PELUQUERIA UNISEX

Avenida Suecia nº9 - Los Cristianos
Per appuntamenti: Tel. 697 722 174
Orario: dalle 10 alle 14 / dalle 17 alle 21

Anima Il nome scaturisce da molteplici perché:

rappresentazioni dell'essere che si unisce con l'energia diventando materia pensante. Unire, trasformare, concentrare, esprime l'idea del principio astratto di una cosa, descrive il punto di vista e caratterizza l'unità, la potenza, la stabilità, tutti ingredienti necessari. "Anima" è viva solamente quando ha un supporto fisico, il pensiero non può esistere senza, inoltre "Anima" vuole rappresentare con la sua luce la materia pensante dei buildings di Manhattan, Lumpur, Tokyo, Chicago, Abu Dhabi, Riyadh, Delhi e Chicago, Abu Dhabi, Riyadh, Venezia edifici con una forte concentrazione di unità, potenza e vita.

Il nostro Maestro realizza Lampade Artistiche personalizzate fatte completamente a mano partendo dalla realizzazione dello stampo seguendo la fusione del vetro e la sua colorazione fino al montaggio. Le nostre opere d'arte sono certificate e firmate dal nostro Maestro. Ogni creazione è corredata di targa d'argento (a scelta d'oro) con inciso il nome e il numero di produzione che resterà comunque limitata per garantire l'esclusività della stessa.

M.K.T. London Ltd
81, Rosslyn Avenue
SW13 0JY London
United Kingdom
www.artenellaluce.it
info@artenellaluce.it
Tel. +44 20 32872467
UK mob. +44 78 76765664
IT mob. +39 348 4733774



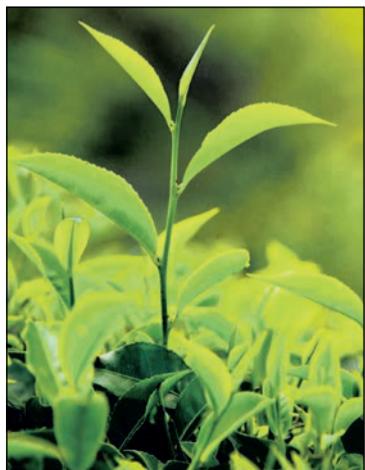
Farmaci naturali: erbe e frutti

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2741

Molti cibi fra i più comunemente usati nelle nostre cucine possono essere dei veri e propri farmaci naturali, come l'aglio e la cipolla, l'origano e la salvia, ed anche le spezie



come la cannella e lo zenzero. L'aglio è considerato un rimedio naturale dalle efficaci proprietà curative sin dai secoli passati. È ricco di antiossidanti, aiuta a prevenire le patologie cardiache e il cancro. Aiuta ad abbassare la pressione sanguigna e nelle infezioni della pelle. L'echinacea è da lungo tempo utilizzata al fine di stimolare il sistema immunitario. È molto utile nella prevenzione e nella cura di malattie stagionali come il raffreddore e l'influenza. Le cipolle hanno potenti proprietà antibatteriche, proprietà diuretiche, che le rendono utili per l'organismo a depurarsi, svolgono un'azione antinfiammatoria e migliorano la circolazione del sangue. L'avocado è stato considerato come un importante alimento da cui ricavare estratti in grado di contrastare quei batteri ritenuti resistenti agli antibiotici, come alcune tipologie di stafilococchi. Dalle foglie di tè verde, oltre alla ben nota bevanda, è pos-



sibile ricavare un particolare polifenolo in grado di agire nel trattamento di batteri come lo Streptococcus e nelle infezioni da E-coli. Lo zenzero rappresenta un vero e proprio toccasana per la salute. Esso può essere consumato fresco, come alimento vero e

proprio, oppure sotto forma di spezia, dopo essere stato essiccato e ridotto in polvere. L'azione benefica dello zenzero prevede il suo impiego nella preparazione di tisane utili per la cura e per la prevenzione di influenza, mal di gola, tosse e raffreddore. Lo zenzero è stato inoltre segnalato tra i dieci alimenti dalle maggiori proprietà anti-cancro. L'origano non è solo un'erba aromatica, ma anche una vera e propria erba medicinale, grazie alle sue proprietà terapeutiche come analgesico, antisettico ed antispasmodico naturale. Poco conosciuto in Europa, il Pau d'Arco è una specie vegetale di origine sudamericana, contenente sostanze ritenute efficaci nel trattamento delle infezioni virali, batteriche e fungine. Esso rafforza il sistema immunitario. Secondo gli esperti di medicina naturale, per le infezioni più comuni dovrebbe essere utilizzato in sostituzione dei farmaci antibiotici. La cannella non è una semplice spezia per insaporire le pietanze dolci, possiede proprietà benefiche utili per la nostra salute. Allevia i dolori mestruali, è un antibatterico naturale, riduce i dolori provocati dall'artrite, contribuisce a regolare il livello di zuccheri del sangue e rappresenta un rimedio naturale contro raffreddore e mal di gola.

Liliana De Crespi
(medico omeopata costituzionalista)

YOGA UNA DISCIPLINA UTILE ALLA SALUTE FISICA E MENTALE

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2744



Ho conosciuto Chiara Altobelli, insegnante di Hata Yoga a Tenerife, ci siamo subito trovate in sintonia per quanto concerne la salute psico fisica, e oltre a collaborare con Asociación Bienestar Tenerife attraverso la meditazione Yoga Nidra per i nostri soci, ha accettato di parlarci dei benefici dello yoga, ed ecco ciò che ci racconta: "Una mente forte in un corpo forte, riassumerei in queste poche parole uno degli obiettivi cardine della disciplina Yoga e sottolineo disciplina. Si perché, sebbene spesso praticato in palestre, accanto alla sala pesi, tra una lezione di aerobica e una di life pump, lo Yoga ha poco a che vedere con lo sport, non prevedendo alcuna forma di competizione o preoccupazione per il risultato finale; pertanto si può praticare a qualsiasi età e senza particolari attitudini personali. Ciò detto, l'esercizio fisico - praticato attraverso posture, le Asanas, antiche migliaia di anni e alla base di molte attività più moderne, come il Pilates - rimane un elemento fondamentale dello Yoga e i benefici per il corpo e la mente sono innumerevoli. A

sostenerlo non solo gli yogi (i praticanti la disciplina) indiani, ma un gruppo sempre più folto di ortopedici, cardiologi e fisioterapisti di questo lato del mondo. Un esempio per tutti? Direi la postura sopra la testa, in sanscrito Sirshasana, la regina degli esercizi Yoga. In verticale con i piedi al cielo, in appoggio su testa e avambracci, il corpo sperimenta una sensazione di leggerezza indescrivibile; la circolazione invertita permette di ossigenare meglio il cervello, mentre le gambe si liberano con facilità del sangue venoso, ricco di anidride carbonica e altre tossine, il cuore pompa sangue con rinnovato vigore, e la colonna vertebrale ringiovanisce; per non parlare dei benefici per i muscoli di glutei, braccia e spalle. Diversamente da quanto si possa pensare, sono poche le controindicazioni di questo esercizio, accessibile ai più. Ma per godersi una buona classe di Yoga non c'è bisogno di cominciare da una postura così impegnativa, che all'inizio può spaventare; esistono migliaia di Asanas, con innumerevoli variazioni per tutti i livelli, età, gusti e attitudini, difficili da riassumere in poche righe, ma tutte interessanti da sperimentare e modellare sul proprio corpo. Però una cosa va detta, tornando alle mie prime parole: Yoga significa unione, a dire, sinergia, equilibrio, armonia tra una mente calma, paziente, con una grande forza di volontà e un corpo tonico e flessibile, che praticando questa disciplina impariamo a rispettare, accettando i suoi limiti e superandoli un passo alla volta, intraprendendo un cammino di crescita lungo una vita. E oltre."



Carla Federici
www.asociacionbienestartenerife.blogspot.com

Il servizio di bagno assistito per disabili, nuova attrazione a El Medano

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2748

Il bel tempo e l'atmosfera speciale della spiaggia di El Medano, così come il suo vasto programma di attività estive, pianificate per i settori del turismo e dello sport della città di Granadilla, la rendono anche quest'anno la destinazione ideale per i turisti locali. Un bonus per l'accoglienza dei visitatori dell'enclave costiera è il servizio di bagno adattato, utilizzato ogni giorno da decine di persone che hanno difficoltà a entrare nel mare. Il capo del servizio di salvataggio, Gaspar Hernandez, dice che la maggioranza degli utenti provengono da altri comuni. "Soprattutto riceviamo

gruppi di anziani di San Miguel", ha spiegato, ma durante l'estate, oltre alla gente del posto con problemi di mobilità, "c'è una grande richiesta da parte dei turisti di tutta l'isola". "Quest'anno diverse aziende private ci hanno contattato perché ci facessimo carico anche dei turisti rimasti "orfani" a causa della sospensione del servizio di assistenza alle persone disabili e alle persone a mobilità ridotta che offriva una volta la spiaggia di Las Vistas a Los Cristianos". Il Consiglio Comunale di Granadilla è consapevole che questa offerta non deve essere limitata solo alla spiaggia di El Medano e ha già adattato l'assistenza ai disabili nella Jaquita e nella Tejita, ottenendo la bandiera

Blu per tutto l'anno in queste tre spiagge. Solo nove bagnini, distribuiti nelle tre aree di intrattenimento, s'incaricano che tutto scorra senza intoppi durante il bagno degli utenti e, pur essendo fortemente aumentata la domanda, questi lavoratori riescono a coprirla per intero. Gli operatori lavorano in questo momento anche nel restauro di sedie adattate per il bagno, che si erano rotte nelle stagioni precedenti. Da quando è entrato in funzione nel 2010, il lavoro è aumentato molto, ma i lavoratori del litorale sono soddisfatti per il numero di utenti di cui si prendono cura ogni giorno, e della gioia che mostrano per essersi gustato il bagno.



Il "ritorno" dei Guachinche

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2750

Il Consiglio del Governo ha approvato il 1 agosto il decreto che disciplina l'attività di marketing e di vendita al dettaglio del vino di produzione propria. Il governo ha preparato la bozza di decreto perché, in assenza di una specifica regolamentazione di questa attività, si è avuta una proliferazione di stabilimenti privi dei requisiti per questo tipo di locali tipici, che tradizionalmente commercializzavano il vino fatto in casa come un mezzo originale per smaltire il surplus del prodotto, e che invece facevano una concorrenza "sleale" all'attività dei ristoranti e bar caffetteria. I locali interessati, operativi al momento della sua entrata in vigore, avranno un periodo di tre mesi di tempo per adeguarsi allo standard preparato dall'Esecutivo per difendere la sopravvivenza di

questi insediamenti tradizionali, e nel contempo evitare la conflittualità con l'attività di ristoranti e bar caffetteria. Il decreto definisce le caratteristiche della commercializzazione del vino di produzione propria, attività che per le sue origini e finalità è considerata marginale e legata alla produzione in aziende vitivinicole di piccole dimensioni, e che si sviluppa, al massimo, per quattro mesi all'anno. In ogni caso, l'attività cessa quando il vino si esaurisce, e la persona che esercita dovrà riferire annualmente al Consiglio l'apertura e la chiusura dello stabilimento. La norma stabilisce che il vino deve provenire da vigneti di proprietà, o gestiti dalla persona che esercita l'attività, e la cantina deve essere registrata nel Registro delle Industrie Agrarie e nel Registro degli imbottiglieri.

L'attività principale di un vero Guachinche è la vendita di vino nostrano, sarà quindi necessario garantire che la qualità del prodotto sia adeguatamente controllata, per cui il titolare dell'attività dovrà dimostrare la provenienza del vino, dalle dichiarazioni di raccolto e di produzione che devono essere presentate in conformità con gli standard europei. Il menu può contenere solo tre diversi piatti culinari, e in più sottaceti, frutta secca e frutta purché coltivati dal titolare dell'attività o prodotti nella zona. L'offerta di bevande sarà limitata al vino di produzione propria e all'acqua. Il personale deve comunque essere in possesso del previsto diploma di manipolazione degli alimenti. La legge contiene anche i requisiti per gli stabilimenti e le strutture in cui si svolge l'attività, che devono avere una adeguata illuminazione e ventilazione, e almeno una toilette con acqua corrente con lavandino e wc, che deve essere in perfetto stato di funzionamento e pulizia. Non manca l'obbligo di esporre un distintivo all'esterno, il modulo di reclamo e il libro di ispezione.

dalla Redazione

(NdR. quindi, IN TEORIA, dal 1 novembre, quando andrete a mangiare in un Guachinche vivrete una reale esperienza agrituristica canaria...controllereмо e vi terremo informati)

Nuova ordinanza:

Disciplinate le installazione di impianti di fonti rinnovabili nell'isola

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2752



Potranno essere utilizzati solo i terreni classificati come rustici, e il Cabildo di Tenerife inizia vietando l'installazione di turbine eoliche a meno di 120 metri di distanza dalle strade dell'isola, oltre a rispettare i 250 metri da un centro abitato e oltre 150 da una casa isolata. Tra le condizioni imposte, la nuova strada d'accesso non potrà superare il chilometro di lunghezza, ed è inoltre vietato l'uso di asfalto, con l'obiettivo di preservare il più possibile lo spazio naturale. Al termine dell'installazione, i tratti di strada non necessari per il funzionamento del parco dovranno essere ripristinati, come dovrà essere ripristinata la vegetazione con specie endemiche, tenendo conto della loro compatibilità con l'ambiente. Questa ordinanza regola anche le infrastrutture fotovoltaiche. La legge stabilisce che tali impianti saranno preferibilmente posizionati in luoghi nascosti e lontani dal traffico, soprattutto se si tratta di zone turistiche o di valore paesaggistico. Sono ritenuti non adatti gli impianti fotovoltaici progettati

sui terreni con pendenza superiore al 25%, a meno che non vi sia una giustificazione per la fattibilità tecnica ed economica del luogo. È stata regolamentata anche la dimensione degli impianti fotovoltaici. Dovranno avere dimensioni adatte per l'integrazione nell'ambiente e per essere assimilati alle strutture delle aree rurali tipiche della zona. In ogni caso, la superficie totale non potrà superare i 20.000 metri quadrati, e lo spazio tra due strutture adiacenti dovrà essere maggiore di 10 metri. Scopo dell'ordinanza è incentivare la produzione di energia pulita sull'isola, regolamentando finalmente le specifiche tecniche per questo tipo di impianti, ma garantendo l'equilibrio ambientale e paesaggistico. Le Canarie sono il territorio della Spagna con più ore di sole e l'utilizzo di parchi fotovoltaici a Tenerife sarà certamente redditizio, perché "molto più economico" rispetto ai metodi elettrici tradizionali.

dalla Redazione

Vive all'aeroporto Tenerife sud Reina Sofia come Tom Hanks in "The Terminal"

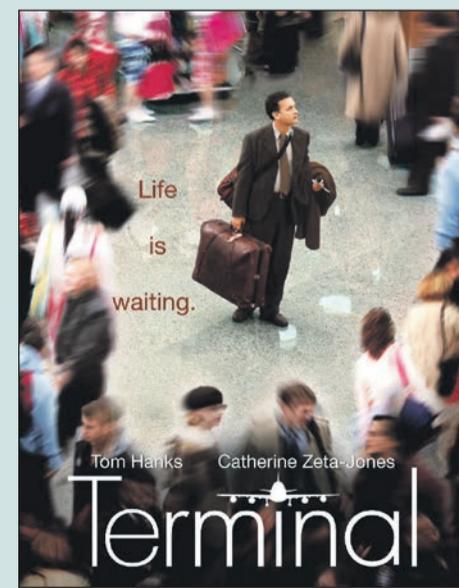
PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2756

Juan Manuel Martin Afonso non sa cosa vuol dire avere una casa. È una delle sei persone senza fissa dimora che "abitano" nel terminal dell'aeroporto Reina Sofia. Lui ha 48 anni e vaga negli angoli dell'isola da quando ne aveva 15, e dopo aver patito una situazione familiare terribile, i suoi genitori lo hanno lasciato per strada. Si è piazzato all'aeroporto Reina Sofia sei anni fa, e passa la giornata tra il rumore degli aerei e il cigolare delle valigie. Nonostante lo stile di vita che conduce, è molto ordinato nell'aspetto e nella pulizia. La sua zona bagno è costituita da una coppia di ombrelloni e borse della spesa che agiscono come un sipario. Si lava la biancheria ogni giorno nei bagni del terminal, per mostrarsi pulito e non disturbare i passeggeri. Per le brutte esperienze che la vita gli ha riservato o i brutti ricordi, Juan Manuel preferisce la solitudine, ed è per questo che da

quando ha iniziato a vivere in strada lo ha fatto all'aperto e in modo appartato; nei giardini dell'autopista, o sotto i ponti dei burroni. "Non mi piace stare con la gente," dice. Attualmente trascorre le notti vicino alle strade di accesso al terminal, dove, a suo modo di vedere, ha il suo spazio, perché all'interno dell'aeroporto l'ambiente non è molto buono per la convivenza. "Ho dovuto lottare con tutti coloro che dormono qui. Vi è un polacco che ci impedisce di vivere, ha cercato di attaccarmi, è fastidioso con tutti, compresi i passeggeri. Ho presentato una denuncia al tribunale di Granadilla, ma inutilmente. Con la voce ferma ha detto che "per vivere il resto della mia vita in strada, preferirei piuttosto non essere nato, a volte non ne posso più di sopportare ubriachi e tossicodipendenti, ma bisogna tirare avanti." Quando gli chiesero perché continua a vivere lì, Martin ha affermato che "le cose fuori sono ancora peggio". "Io non ho un posto dove andare e nessuno con cui parlare, e non voglio

sentir parlare di agenzie assistenziali perché non aiutano nessuno," dice. Il suo sostentamento è basato su 280 euro al mese che riceve per il 68% di disabilità mentale che, secondo lui, è stata causata dai maltrattamenti di suo padre durante l'infanzia. Juan Manuel non teme di denunciare gli abusi e l'abbandono subito dal genitore, di cui non vuole sapere niente. È pieno di dolori per aver dormito sul pavimento per tutta la vita e così non può lavorare. Una volta ha fatto il muratore e l'imbianchino, ma il decadimento fisico e mentale si accumula nel tempo e oggi non può più far nulla. 15 anni fa Juan Manuel ha fatto domanda per ottenere un'alloggio popolare, ma gli è stato negato, quindi dice che "è inutile" e non ha più "speranza per niente." Secondo lui, i senza tetto che vivono sull'isola non ricevono alcun sostegno e gli aiuti sono indirizzati "su coloro che vengono da fuori". Nonostante viva in povertà e nella malasorte, Juan Manuel Martin Afonso è un esempio di sopravvivenza. Il suo sguardo fa

capire che questo santacrucero si è allontanato da tutte le cattive abitudini e si limita a vivere nella pace e solitudine che gli sono toccate in sorte, ma con grande dignità.



Essere mamma a Tenerife

MAMMA ALL'ESTERO:
ISTRUZIONI PER L'USO
seconda parte



PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2758

Da semplice vacanza si trasformò in possibile posto per il futuro e dopo ancora a dimora fissa per il futuro del mio principe. Durante la mia

gravidanza seguii i normali controlli di routine, visita mensile con tanto di ecografia, che nei primi tre mesi sono state tutte spese a mio carico, visto che la mia assicurazione copriva la visita, ma non l'ecografia. Anche al nord, all'ospedale di Nostra Signora de la Candelaria, non accettavano l'assicurazione che avevo e me la sono cavata con... con la mia tessera sanitaria italiana, da non crederci! Ora il piccoletto ha quasi 4 mesi e sprizza di salute e vitalità. Tirando le somme diciamo che dalle prime ecografie all'allattamento e alle notti insonni è stato tutto difficile, ma lo è per tutte le neo mamme, invece facendo il paragone tra Italia e Spagna..., beh il totale delle spese della mia gravidanza, e parlo di visite, ecografie e esami, ammonta

a 1.056 euro e potrebbe sembrare una bella batosta, ma in realtà ho scoperto che è una cosa normalissima, anche per l'Italia. Per quanto riguarda le spese per il bebè non ho speso veramente niente, 300 euro per il trio della chicco che era super scontatissimo, il resto la culla mi è stata prestata, vestiti ne ho presi ben pochi perché da parenti e amici ne ho da vestirlo fino a due anni e veramente ha un guardaroba pieno con più cose di me! Qui i pannolini costano niente rispetto a quello che mi dicono costino in Italia, per esempio io uso già i taglia 4 (9/15kg), il pacco grande convenienza da 102 pezzi costa 15,85 euro e questo pacco mi dura due settimane, ovviamente parlo dei pannolini da discount, quelli che costano di meno ma che vengono dalla stessa fabbrica di quelli di marca. Il Latte. Io allatto a richiesta e fortunatamente ho latte da vendere,

l'allattamento materno si sa è più completo, più buono, più ricco di anticorpi, più tutto e cosa da non sottovalutare il più economico. In Italia purtroppo l'allattamento materno non è per niente incoraggiato e tanto meno non lo è come qui in Spagna, e allora perché qui il latte costa sui 10 euro di meno? Semplicemente perché in Italia il pediatra ci guadagna una fortuna nell'indicare qual è il latte migliore per il bambino, e non incoraggia né sostiene una mamma in difficoltà con l'allattamento, mentre qui tutte le mamme sono invitate dalle infermiere, ostetriche e pediatri a convegni e gruppi di sostegno per allattare al seno. Con tanto di gruppo per l'allattamento materno "La Leche League", fondato da mamme per le mamme nel 1957, per sostegno e supporto, interamente gratuito, utilissimo e con tanto di centralino 24h per con-

sigli o informazioni, anche riguardo ad incontri vicini alla tua città. La Leche League è presente in tutto il mondo, forse semplicemente in Italia scarseggia l'informazione per questo servizio. Che altro, essere mamma all'estero è un po' come quando si fa quell'esclamazione "tutto il mondo è paese", tutti pronti pediatri a dirti cosa fare o cosa non, non fa differenza dove ti trovi, ma ciò che di sicuro fa differenza è il bambino e la madre e per fortuna non siamo tutti uguali! Devo dire la verità, nella mia sfortunata storia-tragedia, per come la vedevo con gli occhi di allora, sono stata fortunata e omaggiata di ben due doni meravigliosi che la vita poteva darmi: il bambino sano e bellissimo e un compagno da sogno.

Wendy Marigo
FINE SECONDA
E ULTIMA PARTE

il GURU racconta...

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2761

Arte desnuda

Ogni luogo possiede una propria carta d'identità... Ricordo



stessa strada, ma quella mattina fu meno famigliare. Una scultura, si, c'era una scultura. Il suo fautore creò un'opera tanto accattivante che riuscì ad attirare il mio sguardo. Del pezzo originale rimase poco, ma credo che l'autore avesse i suoi buoni motivi. Cercai di domandargli il significato, ma non mi prestò attenzione e si dileguò con in mano ancora la ruota. Strani questi artisti; solitari, chiusi, qua-

perfettamente le spiagge che la mattina sapevano di natura e il pomeriggio diventavano centri commerciali. Vedere colossi di pietra e rocce abbracciare spazi infiniti fino a perdersi nel cobalto del mare. La gente composta e indaffarata, manteneva viva quell'isola che tanto piccola appariva sulle mappe, ma enorme da esplorare. Oltre alle bellezze dovute, Tenerife si appropria di arte e creatività, prestandosi a espressioni di pura originalità, dove il pensiero artistico umano trova spazio. Erano le 7,30 del mattino, quasi ora di cominciare a lavorare, mi incamminai... I marciapiedi erano ben curati, puliti e molto spaziosi, tanto da riservare piccoli tratti a opere di vario genere. Per mesi feci la

si a voler nascondere una malefatta. Per altri quattro giorni la scultura rimase là. Giorno dopo giorno sempre più completa. Pezzo dopo pezzo fu terminata. Non vidi più il suo creatore. La domanda mi sorge spontanea; ma perché ha voluto denudare la sua opera? Perché ha voluto lasciare una bici completamente povera, inutilizzabile, priva di tutto...? Ora passeggiando per Tenerife mi capita ancora di vedere altre opere simili... bravo il nostro artista... sempre al lavoro. La chiamerò "arte desnuda", si, credo sia adeguato.
(il GURU Rosso)

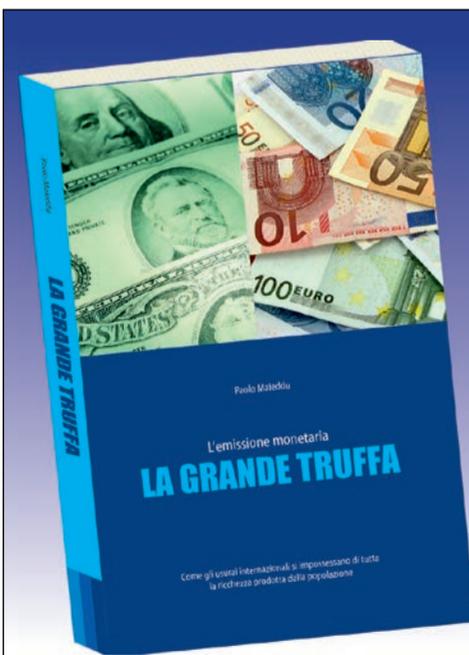
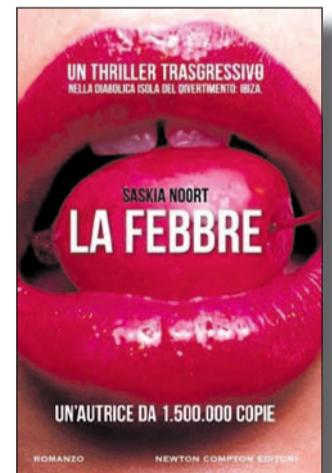


LA FEBBRE "Chela festa abbia inizio..." di Saskia Noort

Ancora un giallo venuto dal freddo, dell'olandese Saskia Noort, ma ambientato nella calda e trasgressiva Ibiza. Un amore recentemente finito, una fresca amicizia con Ellen, una ragazza bella e disinibita, portano la protagonista Dorien a trascorrere una vacanza per molti versi indimenticabile, nella bella isola delle Baleari, meta di turisti alla ricerca di divertimento, spiagge bellissime, feste da 24 ore accompagnate da fiumi di alcool e droga. Questo è lo scenario che dovrebbe fare da sfondo ad un spensierato viaggio all'insegna del divertimento, che porterà invece

le due ragazze a mettere in serio pericolo la loro vita e quella di altre ospiti dell'isola. Il pericolo è rappresentato da un serial killer, che da due anni opera i suoi macabri rituali su donne rese indifese da un cocktail micidiale di alcool e droga, che maschera così i molti omicidi. Il libro si svolge in 48 ore, frenetiche, trasgressive, al ritmo della musica ipnotizzante dei DJ migliori del mondo, che si alternano alle consolle. E' facile perdersi di vista a Ibiza, tutti diventano amici in pochi minuti ed è facile, troppo facile lasciarsi trasportare dalla musica, dall'atmosfera, i freni inibitori e le difese che crollano precipitosamente con massicce dosi di drinks e droga. Ellen scompare all'improvviso senza lasciare traccia e Dorien, stanca e confusa, comincia la sua frustrante ricerca con il giusto presentimento che le sia capitato qualcosa di grave.

Un susseguirsi di incontri fortuiti, una barca in mezzo al mare, porteranno le protagoniste a decisioni importanti che cambieranno per sempre le loro vite. Colonna sonora consigliata per la lettura "Café del Mar".



La Grande Truffa dell'emissione monetaria. Viviamo nel Paradiso Terrestre, il Pianeta dell'Abbondanza, ma siamo tutti angosciati ed indebitati. Con chi?

www.paolomaleddu.com

- Libreria Redhound
- Libreria Barbara
- Library ... Reading up
- Internet Point Gino Calle San Juan XXIII



IL PARADISO TERRESTRE



Il pianeta azzurro

Vaste distese bianche di vapore acqueo con immensi oceani azzurri sottostanti. Scarseggia l'acqua su questa Terra?

Tutto ciò che si trova su questo Pianeta dell'Abbondanza, montagne, foreste, frutti, energia, minerali, fiumi, oceani, sorgenti d'acqua ... appartiene agli esseri viventi che lo abitano. In mezzo a tanta abbondanza di risorse naturali, noi, gli Esseri Umani dotati di intelligenza e Coscienza, padroni incontrastati, permettiamo che ci venga imposta una cultura della scarsità e viviamo perennemente angosciati e pesantemente indebitati.

Con chi?

Come ricevere la pensione all'estero, senza pagare le tasse (italiane...)

Anche se molti non lo sanno, chi decide di cambiare vita e trasferirsi all'estero, può ricevere la pensione di anzianità, senza dover pagare le pesanti tasse che vengono applicate in Italia. Questo significa che, vivendo all'estero, si può percepire una pensione più alta che in Italia. Si tratta di un'operazione assolutamente legale, che permette (giustamente) di evitare di pagare le tasse italiane, per quei servizi dei quali a tutti gli effetti non si usufruisce, in quanto residenti all'estero. Oggi andiamo a vedere come tutto questo è possibile e quali sono i passi che devono essere compiuti, per riuscire ad ottenere il denaro che ci spetta, qualora decidessimo di vivere felici la nostra pensione, in un paese estero.

In quali Stati esteri posso percepire la pensione?

La prima informazione importante da conoscere è quali sono gli Stati esteri che permettono quest'operazione; fortunatamente il Governo italiano ha stretto numerose convenzioni in questo senso, per cui la lista delle Nazioni europee ed extraeuropee che permettono di espatriare e percepire la pensione a regime agevolato, è piuttosto consistente. Inoltre sono state stipulate apposite convenzioni bilaterali con alcune particolari Nazioni, verso le quali l'emigrazione italiana è più forte. (Per le Canarie: *Spagna-Roma 08.09.1977-L. 29.09.1980, n. 663-24.11.1980*). Va specificato che, una parte della tassazione italiana sulla pensione, persiste a prescindere dal Paese estero di destinazione, si tratta delle addizionali comunali e delle addizionali regionali, che si applicano anche a chi risiede all'estero e che sono soggette a piccole variazioni annuali.

Come fare per ricevere la pensione all'estero?

La prima cosa da fare è scaricare,

dal sito dell'Agenzia delle Entrate, i documenti che riguardano la Dichiarazione dei redditi dei residenti all'estero, si tratta di alcuni documenti che devono essere letti con molta attenzione e che spiegano quali sono le caratteristiche che un "non residente" deve soddisfare, al fine di poter usufruire di queste agevolazioni. Il documento più importante però, riguarda le Convenzioni di cui accennavamo prima, e l'elenco, Paese per Paese, degli stati che hanno stipulato un accordo bilaterale con l'Italia, con specificato in quale dei due Paesi il contraente debba pagare le tasse. E' naturale immaginare che, per quei paesi esteri in cui non viene applicata la tassazione italiana, le imposte da pagare sulla nostra pensione siano molto meno pesanti. A questo punto è necessario compilare la Domanda di esenzione dall'imposizione italiana sulle pensioni, il modulo va quindi presentato alla propria sede INPS - provinciale o territoriale - che si occupa del pagamento della pensione: questa provvede a trasferire la nostra pensione all'Ufficio Pensioni Estero di competenza. Per quando riguarda nello specifico le Canarie, per ricevere la pensione

INPS al lordo senza la trattenuta IRPEF, occorre: avere l'empadronamiento e l'iscrizione AIRE da almeno 6 mesi, oltre a una certificazione da parte dell'Agenzia delle Entrate Spagnola (*Hacienda*). Per i pensionati ex-INPDAP (confluiti nell'INPS a seguito della riforma Fornero, la situazione attualmente è confusa (*NdR Italian style...*), ma sembra ci siano buone possibilità che l'Italia in un prossimo futuro riconosca anche a loro questa detassazione. Si consiglia di tenersi aggiornati...

Addio assegno sociale

Ogni anno l'INPS determina le condizioni per le quali, le persone che hanno più di 65 anni, possono richiedere il versamento dell'assegno sociale, cioè una somma in denaro che serve ad aiutare chi percepisce un reddito troppo basso per poter condurre una vita quantomeno dignitosa. Per il 2012 l'assegno spetta a chi percepisce e dichiara un reddito inferiore ai 5.577 euro annui. Purtroppo, chi decide di trasferirsi all'estero e cambiare vita, anche se la sua pensione lavorativa gli garantisce un reddito inferiore a quello richiesto dall'INPS, non può più ricevere l'assegno sociale. Chi dunque ha in-

tenzione di muoversi in questa direzione, deve fare i conti anche con la perdita di questa eventuale entrata.

Come viene versata la pensione all'estero?

Chi ha intenzione di trasferirsi in uno dei paesi dell'Unione europea (Austria, Belgio, Cipro, Finlandia, Francia, Germania, Grecia, Irlanda, Lussemburgo, Malta, Paesi Bassi, Portogallo, Slovenia e Spagna) può richiedere che gli venga versata la pensione in una delle seguenti modalità:

1. Su un conto corrente bancario estero, indicando le coordinate bancarie
2. Su un conto corrente postale estero, indicando le coordinate del conto corrente postale
3. Tramite l'emissione di un assegno bancario in euro

Per chi invece decide di stabilire la propria residenza in uno stato al di fuori dell'Unione europea, le condizioni e le modalità di pagamento possono essere varie. La soluzione migliore (come specificato sul sito dell'INPS), consiste nello scrivere un'email all'Ufficio Pensioni Estero (pensionatiestero@inpdap.gov.it) per richiedere tutte le



informazioni necessarie. La periodicità dei pagamenti rispetta le scadenze classiche delle pensioni pagate in Italia, cioè:

- Mensile, se l'importo della pensione è maggiore di 65 euro.
- Semestrale, se l'ammontare della pensione è maggiore di 5 e minore di 65 euro.
- Annuale, se l'importo totale è minore di 5 euro

Quanti sono i pensionati che scappano all'estero?

I numeri sono impressionanti e il fenomeno, probabilmente anche causa l'attuale crisi economica, è in continua espansione: negli ultimi dieci anni sono quasi mezzo milione gli italiani che hanno deciso di lasciare l'Italia e trasferirsi all'estero, soprattutto in località esotiche. In generale le mete più ambite sono Brasile, Isole Canarie e Repubblica Dominicana, cioè quei luoghi dove la situazione politica, la sanità e più in generale la qualità della vita, permette di vivere felici, senza troppi rischi. Molti meno sono invece i pensionati che, armatisi di coraggio, hanno scelto di cambiare vita verso mete meno sicure, ma decisamente più economiche, come la Thailandia, le Filippine o il Marocco. Vivere all'estero e continuare a percepire la pensione italiana, senza l'esagerata e crescente pressione fiscale applicata nel nostro Paese, può essere un'ottima soluzione per cambiare vita e vivere i nostri ultimi anni, in modo sereno ed economicamente vantaggioso.

Francesco

www.smetteredilavorare.it



IT WORLD
INFOTECNOSOLUTION

HOME | QUIEN SOMOS | SERVICIOS | CONTACTOS

INFORMÁTICA
GRÁFICA
FOTOGRAFÍA
FORMACIÓN

FOTOGRAFIA

- Foto de Eventos y Bodas
- Foto de Empresas y Videos promocionales
- Foto de Deportes
- Video editing
- Still Life

INFORMÁTICA

- Páginas Web
- HW y SW Solutions
- Community Manager
- Web Marketing
- Formación

GRÁFICA

- Marcos y Logos
- Imagen corporativa
- Graficos Editoriales
- Motion Graphics

CONTACTOS

IT - World,
Los Cristianos
38650 Arona
Santa Cruz de Tenerife (ES)

movil - +34 605 480 207
mail - info@itworld.es

Golf - "Spirit of the game"

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/2763

Ben tornati, sperando che il divertimento puro del golf vi sia sempre stato vicino, ma a cappello dell'articolo, permettetemi di far passare un messaggio a chi ancora non è golfista, i vantaggi del Golf: Swing, aria aperta e mente pulita. I vantaggi principali per la salute di chi gioca a golf sono tre: ossigenazione dovuta a lunghe passeggiate dentro i polmoni verdi; tonificazione muscolare, leggera ma assolutamente ben distribuita; diminuzione dello stress data dal fatto che quando giochi proprio non si ha la possibilità di pensare ad altro. Il Golf poi fa bene alle relazioni sociali, aiuta a fare amicizia, fa stringere affari, crea incontri. Ci sono in pratica tutti gli ingredienti per tirare le somme dell'equazione: *golf = benessere*.

La logica prima del divertimento. Il golf è uno sport per signori, inteso nell'accezione sociale del termine, ossia per persone che conoscono le buone maniere e sono in grado di dare valore a lealtà e correttezza. L'ultimo "ostacolo" da superare prima di poter finalmente gareggiare è infatti l'esame sulle regole del golf, conoscere l'etichetta del buon golfista è imprescindibile se non si vuole essere "buttati fuori" dal Marshall, una sorta di bodyguard del campo. All'interno dei manuali delle regole del golf, oltre alle spiegazioni tecniche e vari articoli applicativi, vi sono anche le buone maniere da tenere ben presenti, affinché il tempo passato sul green sia piacevole per tutti i giocatori. Non distrarre o disturbare l'avversario, mantenere il silenzio, dare la precedenza a chi è più veloce

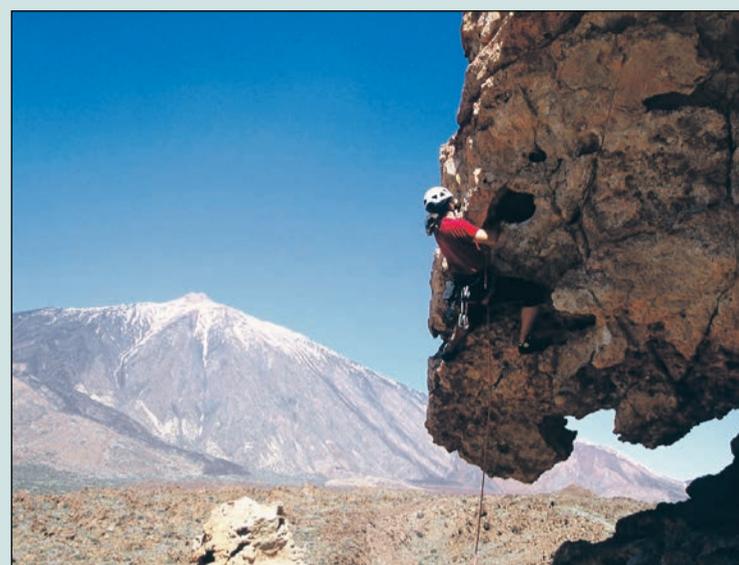
e competente, sistemare il campo se lo si è danneggiato, indossare un abbigliamento consono alla situazione, sono solo alcuni dei principi per socializzare; c'è chi fa amicizia e chi "fa affari" (se scopri di avere in comune con un cliente difficile questa passione, non lasciarti scappare l'occasione di proporgli un incontro di gioco!). A questo punto non ti resta che cominciare a gareggiare per migliorare e abbassare sempre di più il tuo handicap: quel valore numerico che indica il tuo livello di bravura in campo e che ti permette di metterti alla prova anche con persone di livello superiore al tuo. Stanchi di parlare di tecnica... vi accontento subito, parliamo dei vostri errori... forse anche i miei. L'allineamento, sì, ma partendo non da quello che deve essere fatto, ma dagli errori che fate... Molti golfisti prima allineano i loro piedi e poi la faccia del bastone verso il bersaglio. Siccome lo "stance" dei piedi è ciò che determina la direzione di tiro, se si allineano male i piedi, la faccia del bastone non sarà allineata verso il bersaglio e di conseguenza il tiro risulterà sbagliato. Dopodiché, concludono il loro posizionamento allineando i piedi e, di seguito i fianchi e le spalle, facendo attenzione di non alterare la posizione della faccia del bastone durante questa fase dell'allineamento. Quindi ricordatevi: prima allineate la faccia del bastone, poi i piedi ed infine il vostro corpo. I giocatori bravi posizionano prima la faccia del bastone dietro alla pallina, facendo cura al suo allineamento lungo la linea di tiro verso il bersaglio. Molti golfisti sbagliano nel mirare la faccia del bastone quando si preparano per fare lo swing. La continuità di



Rock climbing

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/2765

Il rock climbing o arrampicata, a Tenerife è uno sport diventato sempre più popolare nel corso degli anni, con molti grandi alpinisti che, rendendosi conto del clima che garantisce sole tutto l'anno, hanno scelto proprio quest'isola per i loro allenamenti, soprattutto nei mesi invernali, quando il resto d'Europa è intriso di pioggia, qui gli scalatori possono godere del sole sulle rocce. Tenerife ha riqualficato con eccellenza, negli ultimi due anni, tutti i percorsi di bouldering, sostituendo e controllando tutti gli attacchi predisposti sulle rocce/palestre, per rendere i percorsi sicuri e l'accesso alle torri di falesia molto più facile e soprattutto sicuro. Ora ci sono più di 900 vie preparate sull'isola, che si sviluppano su 20 singoli dirupi. Le più spettacolari di queste sono le Canadas del Capricho, alla base del monte Teide. Spirali spettacolari di roccia vulcanica, più di 80 metri di altezza che si protendono verso il cielo azzurro, rendendo il luogo ideale per gli allenamenti. La seconda zona migliore è la superba Gola di Arico, immersa nella vegetazione delle montagne, è la più grande area di arrampicata di tutta l'isola, e sede delle vie più difficili e professionali. Arico è situata sul letto di un barranco, circondata da boschi di pino ed enormi massi. La gola inferiore, con le sue enormi



pareti strapiombanti fino a 30 metri di altezza, è sede di alcune delle vie più difficili di tutta la Spagna. L'arrampicata sull'isola è adatta a tutti i tipi di scalatori. Le pareti più facili di Arico superiore e Tejina sono ben entro le capacità dei principianti, o per chi voglia almeno una volta assaggiare questo sport. Le pareti inferiori di Arico sono riservate agli scalatori più esperti. E se l'arrampicata sportiva non è la vostra quotidianità, ci sono un sacco di percorsi avventurosi nelle montagne del nord. Intorno a Taganana e Roque Ambro ci sono i posti migliori. Le enormi scogliere di Los Gigantes nel sud sono un'altra buona posizione per i più avventurosi. Si levano in piedi circa 600 metri sul mare, ma dovrebbero essere percorsi solo da alpinisti molto esperti. Il bouldering è veramente decollato in tutto il mondo nel corso degli ultimi anni, e Tenerife non è avara

di palestre naturali. Le gole e i barrancos profondi offrono infinite opportunità. E ci sono almeno otto punti veramente buoni in cui questo sport può essere praticato. Centinaia di scalatori arrivano sull'isola solo per un "masso", lasciando tutti i loro attrezzi a casa, basta avere le scarpe e la borsa del gesso, e magari un cuscino di protezione, permettendoci di viaggiare leggeri, senza troppa attrezzatura! Arrampicatori locali aprono spesso nuove aree organizzando gare. L'unico problema per il turista che vuole arrampicare sull'isola è la mancanza di guide turistiche. Un nuovo libro sta per essere pubblicato, aprendo ulteriori opportunità di far crescere questo sport in avanti nel futuro. E se tutto questo non vi basta, c'è anche una parete artificiale a La Laguna in caso di pioggia.

Jacopo Freschi

questo tipo di errore farà sì che il giocatore, istintivamente, tenterà di aggiustare il suo swing per trovare la giusta direzione di tiro. Per controllare il vostro "stance", eseguite i seguenti controlli in campo pratica:

- Mettete una pallina per terra;
- Mettetevi dietro di essa e pensate mentalmente ad una linea di tiro da voi ad un bersaglio lontano.
- Mettete un'altra pallina ad un paio di metri circa dalla pallina originale. Guardate dal retro della pallina originale per essere sicuri che la seconda sia allineata con la linea di tiro.
- Mettetevi in posizione sulla pallina originale, e mettete dietro di essa la faccia del bastone, facendo attenzione che miri alla pallina seconda. Non guardate al bersaglio in lontananza mentre posizionate il bastone.
- Per ultimo, guardate la vostra

linea di tiro e vedete se il bastone è allineato ad essa. Se notate che, quando vi posizionate per il target lontano, non siete indirizzati giusti, dovrete sviluppare l'abitudine di indirizzarvi verso un target intermedio su tutti i tiri, sia in campo che in pratica. Se seguite questa tecnica su di ogni tiro, comincerete ad eliminare piano piano la compensazione di swing che prima dovevate effettuare per tirare dritto al bersaglio. Siccome le regole non permettono di droppe un'altra pallina in campo, usate come target intermedio foglie, zolle, fiori, ecc... Dopo l'allineamento, un altro punto fondamentale del set up è il grip, che è il termine che sta ad indicare l'impugnatura di una mazza da golf. Un buon grip non è un grip forte, rigido, vi sentirete di aver individuato il giusto grip quando sentirete il bastone come una naturale estensione del proprio

braccio... Il grip è quindi altro fattore fondamentale per la buona riuscita di un colpo del golf, il grip può variare in base a diversi fattori come l'età, la forza e la dimensione delle mani...

Il loft
I golfisti dovrebbero capire che i loro ferri sono stati fatti apposta per mandare la pallina alta in cielo. Il "loft", cioè l'apertura della faccia del bastone, aiuta in questo senso. I golfisti che non accettano questo fatto, inevitabilmente cercano di colpire la palla cercando di alzarla loro stessi verso l'alto. I loro sforzi normalmente fanno in modo che la testa del bastone si muova verso l'alto quando arriva all'impatto con la pallina. Conseguenza ne è che il taglio della testa del bastone colpisce la pallina "in testa", facendola rotolare lungo il terreno, quindi non facendola andare lontano.

Cosimo Delfino

Fuerteventura: Giú le mani dalle Grotte



PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2767

Le Grotte di Ajuy, una formazione naturale sulla riva del mare formata dall'erosione e dalle colate di lava, sono state una popolare attrazione per anni e sono visitate regolarmente da comitive di turisti, così come da singoli escursionisti. Dalla metà di giugno, tuttavia, tra la rabbia di molti, i visitatori sono stati costretti a pagare un biglietto d'ingresso di 7 euro ad una società privata, che dice di essere proprietaria del terreno su cui si trovano. I primi giorni di questa

nuova iniziativa hanno visto molte comitive girarsi e tornare indietro, senza pagare per la visita. Incurante che una serie di istituzioni, come il Cabildo e il Dipartimento Spagnolo delle Coste, abbiano avvertito che il biglietto è illegale, l'azienda ha continuato ad imporlo. Questi fatti hanno spinto quasi 200 residenti locali a mettersi in azione, tra i quali anche Flora de León, una arzilla signora di 80 anni, che si è unita agli altri manifestanti in una marcia pacifica nelle grotte, passando dritti oltre l'improvvisata "biglietteria" del sito senza pagare.

Bina Binella

El Hierro: Immergiamoci nella Grotta del Diavolo

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2770

Il nome stesso denota la fastosità di questa immersione che ci porta in una grotta sottomarina di enorme interesse. Si trova nella località chiamata "Las Calmas", ci si arriva in barca in 15 minuti, questa grande grotta sommersa che ha l'accesso attraverso un grande arco di roccia, ha una profondità di 8 metri. Una volta all'interno si può ammirare come la luce penetra con grande bellezza, sia in un grande buco nella parte superiore della grotta, che attraverso un piccolo lucernario nella parte più interna di essa. Popolano questa grotta incantata grandi pesci istrice chiamati Tamboriles (*Chilomycterus reticulatus*) e aragoste di El

Hierro (*Panulirus echinatus*). Una volta fuori della grotta, c'è un arco poco profondo appena sotto il pelo dell'acqua, e qui si possono incontrare i pesci gallo (*Stephanolepis hispidus*), trovare alcuni carmelitani o Culebrita, pesci tipo le anguille o le murene (*Myrichthys pardalis*), assolutamente innocui, ma che ricordano i velenosi serpenti di mare. Questa grotta è illuminata dalla luce del sole in tutte le sue parti, e si vede molto bene anche il fondo che non è sabbioso o melmoso, ma di roccia, quindi è alla portata di tutti, anche di chi non ha mai fatto immersioni! (Non andateci da soli però, una guida subacquea serve anche per conoscere le maree).

Guglielmo Cancelli



Lanzarote: Salina de Janubio



PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2773

Lo sapevi che a Lanzarote tra poco potresti trovare il sale in farmacia, se già non l'hanno messo in vendita in questi giorni? Non un sale dietetico, curativo e neppure "purgante"... Proprio il sale da cucina, quello ricavato dal mare con i metodi più antichi e collaudati del mondo... Sull'isola esistono ancora alcune saline attive ed una di queste, Salina de Janubio, sarà quella che alimenterà questo canale di vendita col suo sale. La zona di Janubio si trova nella parte sud dell'isola, tra Yaiza e Playa Blanca, affacciata sul lato ovest dell'isola. Un tempo larga insenatura, nella quale esisteva un porto ben protetto, era già allora zona di saline (la densità salina del mare supera i 36 grammi di cloruro di sodio per ogni litro d'acqua). Le eruzioni tra 1730 e 1736 hanno poi modificato la morfologia della zona, chiudendo il golfo al mare e creando la laguna poi utilizzata come bacino per alimentarsi di acqua marina già ben riscaldata dal sole e già con una elevata densità salina. Solo alla fine del XIX secolo, attorno al 1895, la salina prese la sua vera connotazione che vediamo anche ora,

con grandi mulini a vento per far salire l'acqua nelle varie terrazze di riscaldamento, dalle quali poi l'acqua, sempre più densa, scendeva di livello dopo un certo numero di giorni, fino ad arrivare ad una densità di 300 grammi di sale per litro nel "cristallizzatore", dopo alcuni passaggi. Il sale serviva principalmente per la salatura del pesce per la conservazione e per la "salmuera", ossia la miscela che serviva, sui pescherecci, a conservare il pesce pescato fino all'arrivo in porto. La produzione era stagionale, ovvero da maggio ad ottobre, i periodi con maggior concentrazione di sole, elemento indispensabile per tutto il processo di evaporazione e cristallizzazione, lasciando il resto del tempo alla manutenzione e pulizia delle vasche ed al ripristino di tutti i canali di passaggio: la vita dei "Salineros" non era delle più belle, sempre immersi in questa "melma" salata e corrosiva ed esposti al continuo riflesso del sole sui cristalli di sale. Lentamente la raccolta del sale perse la sua importanza ed iniziò una sorta di declino dell'intero sistema Canario della produzione di "Sal Marina". L'utilizzo di frigoriferi sulle barche portò ad una drastica diminuzione della

domanda, rendendo quasi impossibile rendere "economico" il ciclo produttivo, rivolgendosi quindi solo al "piccolo consumo" interno ed a poche flotte di pescherecci. Nel 1994 una sovvenzione del Governo delle Canarie ha dato la possibilità a questa Salina di iniziare un lento ma costante recupero, ed una serie di investimenti della proprietà hanno portato ad un restauro quasi totale dell'impianto ed una ripresa importante della raccolta. Inutile dire l'incanto del posto, sia dal punto di vista paesaggistico che architettonico: la bellezza di questa baia, ora chiusa da una spiaggia di sabbia nera, contrasta con la geometria delle vasche, che si elevano di parecchi metri rispetto al livello della laguna. I colori sono quasi impossibili: il nero della pietra lavica, l'azzurro dell'acqua, il bianco del sale raccolto ed il rosa della "massa salata" che riposa sotto l'acqua... Ed un retaggio del passato che è ancora ben vivo e funzionante... Inoltre è disponibile il negozio della Salina, "Bodega de Sal", aperto al pubblico dalle 9.00 alle 14.00 dal Lunedì al Venerdì, dove è possibile acquistare il vero ed autentico sale della salina.

Pierpaolo Zini

Quinta tappa del torneo di golf Circuito Tenerife - La Gomera

Appuntamento il 7 settembre con la 5a prova del torneo di golf Circuito Tenerife - La Gomera, prova organizzata dalla catena Spring Hotel, che si svolgerà nel green di Las Americas, dove, come tutti gli anni, più di 150 giocatori residenti si sfidano in questa bellissima struttura. Il Grand Hotel Arona coccolerà i suoi partecipanti direttamente sul campo, prima con un grande buffet, ma soprattutto con il grande clou serale: ci sarà

un dopo serata con premiazione e sorteggio di premi. L'importante non sarà essere dei buoni giocatori, ma avere la Dea bendata dalla propria parte per essere estratti come vincitori. Il ricevimento si terrà presso il sontuoso Grand Hotel Arona, a Los Cristianos, dove come ogni anno i giocatori e gli accompagnatori saranno serviti e riveriti, in una eccellente cena e con un gran ballo finale.

Agricoltura transgenica in segreto...

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2775

Nonostante sia il paese con più coltivazioni transgeniche nell'Unione Europea, non vi è alcun registro pubblico della loro ubicazione, ma il governo non intende rendere pubblico il registro delle aziende in Spagna con coltivazioni transgeniche.



Il Ministro delle Politiche Agricole, Alimentari e Ambiente ha ammesso che si è evitato volutamente di rilasciare queste informazioni, per evitare gli atti spesso vandalici che realizzano alcune organizzazioni, ma il Governo e le Comunità Autonome sanno perfettamente dove sono le piantagioni,

le autorizzazioni e le colture. La Commissione Europea, deve stabilire una chiara politica per l'approvazione delle norme sui transgenici e soprattutto regole chiare sulle distanze fra le coltivazioni. Non c'è da preoccuparsi per l'esistenza di colture geneticamente modificate, purché ci siano piani adeguati per la coesistenza delle colture e rispettando le norme relative alle distanze non rappresentano alcun problema per gli agricoltori limitrofi. "In tutto il mondo ci sono le colture GM e non succede nulla", ha dichiarato il Ministro.

Il pomodoro Canario in pericolo

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2777

L'industria del pomodoro Canarie vive "una situazione insostenibile" che potrebbe spingerlo a scomparire, a causa di tagli agli aiuti alla produzione e al trasporto. La graduale eliminazione delle sovvenzioni da parte dello Stato e del governo delle isole Canarie mette in pericolo un settore su cui dipendono più di 15.000 famiglie. Il portavoce del settore sostiene che gli agricoltori hanno ricevuto nel 2009 solo un acconto di finanziamento previsto nell'ambito del Piano Strategico del Pomodoro, e dopo di allora

nessun altro aiuto, quindi non hanno ancora ricevuto 23.000.000 €. Per quanto riguarda le sovvenzioni ai trasporti, c'è un divario di circa dieci milioni che rende quasi impossibile ai pomodori delle Canarie essere competitivi con altre aree. Gli aiuti ai trasporti sono stati ridotti da un 60%, atteso nel 2012, al 25%, e il settore ha raggiunto una situazione estrema che minaccia la sua sopravvivenza. Nel 2000 c'erano 4.500 ettari di pomodori piantati in tutto l'arcipelago e una esportazione di circa 450.000 tonnellate, oggi solo 1.700 ettari per 90.000 tonnellate di export. E' indispensabile che l'Amministrazione defini-



sca una politica agricola che permetta all'agricoltore e al produttore di sapere su cosa contare, visto che oggi ricevono solo promesse.

Zafferano: un tappeto di fiori per il Re dell'Olimpo

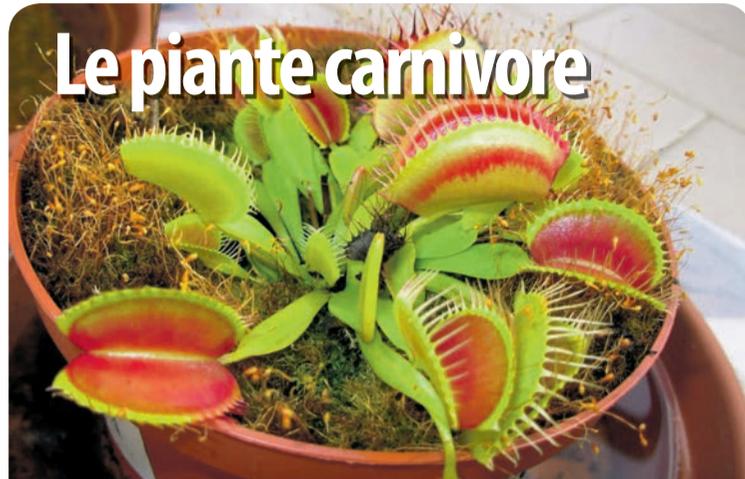
PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2781



Lo zafferano era conosciuto fin da tempi più antichi, era molto amato dagli egizi, che lo usavano per tingere tessuti, per produrre unguenti e profumi, e per insaporire i cibi. Citato anche da Omero nell'Iliade, godeva di grande popolarità presso i greci, secondo i quali i fiori di zafferano (insieme con il loto e il giacinto) servivano da giaciglio a Zeus, re dell'Olimpo. Dioscoride citava invece con una certa precisione le proprietà salutari di questa droga, mettendo in guardia contro le eventuali adulterazioni. Con lo zafferano si produceva anche un famoso unguento, chiamato "croco-magna", che si riteneva efficace per una serie di disturbi.



Le piante carnivore



PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2779

Le piante insettivore che normalmente vengono chiamate piante carnivore, sono delle particolari piante che catturano e si nutrono di piccoli insetti ed animali, al fine di ottenere i nutrienti essenziali per la loro crescita.

Questa caratteristica è il risultato di un adattamento a quegli ambienti, come paludi, torbiere o rocce affioranti, in cui il suolo è povero o privo di nutrienti, che viene così integrato dalla pianta attraverso la digestione delle proteine animali. Per fare ciò utilizzano sistemi di cattura differenti per attirare, catturare e digerire gli insetti: trappole a scatto, a pozzetto, a vischio, a utricolo... L'insetto viene bloccato a contatto con le foglie e viene assorbito dalle piante. Definite così potrebbero sembrare degli esseri mostruosi e pericolosi. In effetti è così, ma gli "animali" di cui queste piante si nutrono sono per lo più insetti, non più grandi di una vespa o di un moscone. Questo è il motivo per il quale spesso si usa il termine piante insettivore, senz'altro meno cruento e impressionante. Queste peculiarità le rendono interessanti: si tratta di predatori, degni di essere parago-

nati ai felini nel regno animale. Ne esistono circa 600 specie diffuse in tutto il mondo, divise in più di una dozzina di generi e in 5 famiglie. Il fascino è davvero irresistibile, anche se non mancano difficoltà nel coltivarle.

Dieci consigli per coltivare una pianta carnivora:

1. Usa acqua leggera - priva cioè di minerali come il calcio
2. Usa torba bionda acida di sfagno - terreno acido
3. Ricorda che adorano l'umidità
4. Non usare concimi - sono piante che vivono in terreni poveri
5. Rinvasa solo se necessario - spesso l'apparato radicale è molto delicato
6. Ricorda che ogni specie ha esigenze diverse
7. Sii paziente - questo vale sempre...
8. Non estirpare esemplari in natura - meglio non darlo per scontato
9. Non occorre dar loro da mangiare
10. Rispetta le tue piante e trattale nel miglior modo possibile. Le piante carnivore non sono difficili, ma vanno capite!

Roberto Espen

Video Idee
+34 634 049925
Video originali e professionali

Tre vecchi "sentieri" di Anaga da sistemare

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA :
www.leggotenerife.com/2783

Il sindaco di Santa Cruz e il Rettore dell'Università della Laguna, hanno firmato un progetto di collaborazione per realizzare un inventario dei sentieri del Parco Natu-

rale di Anaga. Con questo accordo si andrà inoltre a realizzare una proposta di recupero e promozione di tre antichi sentieri di Anaga, un patrimonio molto importante della cittadina, che in questi ultimi anni sono stati trascurati, sia come manutenzione che come promozione turistica.



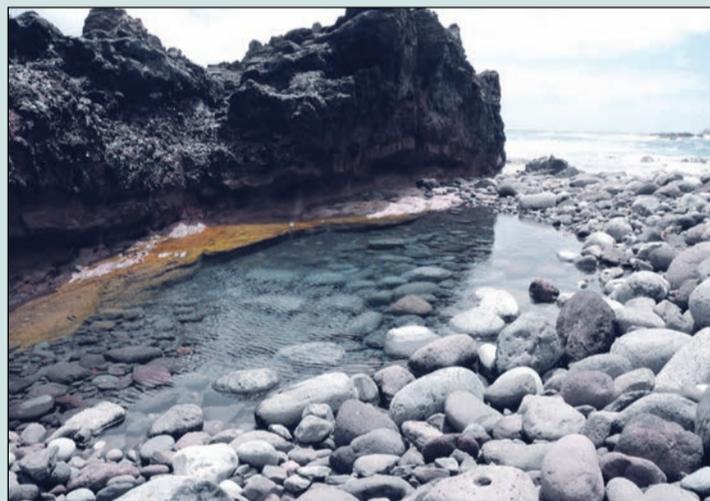
Questi tre sentieri sono uno lungo la costa, uno montano (da Taganana a San Cristobal de La Laguna) e l'ultimo di Abicore (che collega San Andrés con Taganana). Si recupereranno anche altre due importanti costruzioni, come la Hacienda de Cubas e la Parrocchia di Taganana, che sono parte della storia e del patrimonio dell'isola.



BARRANCO DE ANOSMA (PLAYA DE ANOSMA)

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA :
www.leggotenerife.com/2788

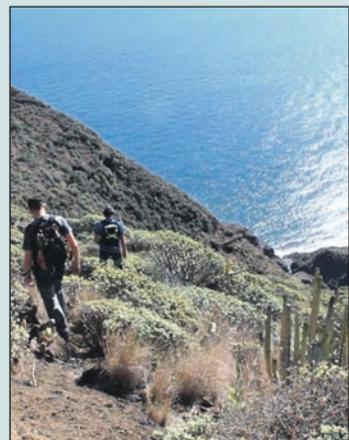
Questa spiaggia non la troveremo su tutte le mappe, però esiste davvero. se guardiamo un atlante o su Google earth vedremo il Barranco de Anosma e la sua spiaggia finale. Siamo in zona Anaga. Per raggiungere l'inizio del percorso si partirà da San Andres o da La Laguna per arrivare fino al Bailadero, piccola frazioncina il cui nome deriva da una leggenda locale, secondo la quale questo era il luogo dove le streghe e le congreghe si riunivano per ballare attorno ad un falò. Arrivati qui continueremo per la strada verso Chamorga arrivando a Lomo de las Bodegas (2 km. prima di Chamorga circa). Proprio in questo piccolo "pueblo" di Lomo de las Bodegas, nell'unica piccola rotonda che troviamo, si



può già vedere il barranco. Qui si può parcheggiare la macchina ed iniziare la nostra gita a piedi. Da qui troveremo una scalinata che raggiunge una strada che ci porta proprio sul fianco del barranco, da dove possiamo cominciare a scendere seguendo il sentiero. Per raggiungere la spiaggia non dobbiamo lasciare il sentiero, che è ben segnalato, fate attenzione a non deviare da esso! Lungo il percorso incontreremo alcuni piccoli tumuli di pietra. Questa escursione non è troppo difficile e faticosa, penso che ci vogliono circa 3 ore per scendere ed altrettante per la risalita. La spiaggia di Anosma è di sassi e scogli, ma si può fare il bagno immergendosi dalla parte sinistra dove i sassi più piccoli ci permettono di entrare in mare senza difficoltà. C'è anche

una piccola piscina naturale nella quale fare il bagno in pace. Questo barranco ha una lunghezza di 5.317 m. e un'altezza di 879 m. La vegetazione che vedrete sarà particolarmente Tabaibas (piante tipiche delle Canarie appartenenti alla famiglia delle Euphorbiaceae), Senecio e Cactus.

Buona passeggiata!
Cristiano Collina



Il Barranco dell'Inferno riaprirà ufficialmente per fine anno

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA :
www.leggotenerife.com/2785

L'incanto e la bellezza del Barranco dell'Inferno si potranno ammirare di nuovo entro fine anno, dopo circa quattro anni di chiusura ufficiale, causata dalla morte di un turista per distacco di un masso. Questo barranco era la seconda attrazione dell'isola dopo il parco Nazionale del Teide. Si sta preparando una regolamentazione dei comportamenti per i visitatori, tra le quali verrà introdotto il limite di 200 visitatori al giorno. Si prepareranno percorsi guidati che saranno messi in sicurezza, e si eviteranno gli accessi individuali. Si dovrebbe cominciare a vedere la luce burocratica-amministrativa

affinché il Barranco dell'Inferno non sia più un percorso clandestino come è successo in questi ultimi 4 anni. Soprattutto perché non c'è mai stato un accordo fra il Comune di Adeje (dove è localizzato il luogo) e il Governo di Canaria sulle responsabilità penali, civili ed economiche relative al sito. Adesso, con l'accordo nuovo approvato, bisognerà sistemare il sentiero che in questi anni di abbandono si è ulteriormente deteriorato e quindi è diventato ancora più pericoloso in certi punti.



Sei diverse escursioni ai crocieristi in taxi, a prezzi tra i 110 e 190 euro

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA :
www.leggotenerife.com/2792

Per la prima volta si è raggiunto un accordo per organizzare i taxi della capitale al servizio di turisti e crocieristi, che entrerà in vigore a partire da settembre. I tour porteranno verso le maggiori attrazioni dell'isola, come Anaga, Las Canadas del Teide, Puerto de la Cruz, La Orotava, Adeje e La Laguna, oltre ovviamente alla stessa Santa Cruz de Tenerife. I percorsi andranno da 100 a 200 chilometri, per una durata di 3-7 ore. Per garantire la massima trasparenza all'iniziativa, tutte le informazioni di itinerari e prezzi saranno espresse in un grande poster stampato su perspex, installato davanti all'attracco delle navi da crociera. Il settore dei taxi chiarisce che, oltre alla crociera, questo servizio è offerto anche a "chiunque voglia godersi, sia residente o turista che soggiorna in hotel Nord o Sud dell'isola." *Queste le sei gite previste:*



Escursione 1: Santa Cruz-El Sauzal-Humboldt-La Orotava-Puerto de la Cruz. 6 ore, 110 euro.

Escursione 2: Santa Cruz-La Esperanza-El Portillo-Parador Nacional del Teide-Valle de Ucanca-La Orotava-Puerto de la Cruz. 5 ore, 150 euro.

Escursione 3: Santa Cruz-La Esperanza-El Portillo-Parador Nacional del Teide-Valle de Ucanca-Guía de Isora-Playa de las Américas- Los Cristianos. 7 ore, 190 euro.

Escursione 4: Santa Cruz-San Andrés-Playa de Las Teresitas-Taganana-Almáciga-Benijo-Pico del Inglés-Cruz del Carmen-La Laguna. 4 ore, 110 euro.

Escursione 5: Santa Cruz direttamente per Los Cristianos-Costa Adeje. 4 ore, 140 euro.

Escursione 6: Santa Cruz-Puerto de la Cruz-La Orotava-El Portillo-Parador Nacional del Teide-Valle de Ucanca-Guía de Isora-Playa de Las Américas-Los Cristianos. 7 ore, 190 euro.



PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA :
www.leggotenerife.com/2796



Il geocaching è un'attività che si pratica in parte su internet, in parte all'aperto. Chiunque voglia parteciparvi deve, prima di tutto, avere accesso alla rete, in modo tale da potersi registrare al sito che fornisce le informazioni necessarie a questo gioco, www.geocaching.com. Gli "hidere", ossia i partecipanti al gioco che nascondono le caches, devono pubblicare su tale sito sia le coordinate (longitudine e latitudine) in cui si trova il contenitore, rilevate accuratamente con un ricevitore GPS, sia una descrizione del



luogo, il tutto accompagnato da eventuali suggerimenti. Questi sono spesso necessari in quanto la precisione del GPS difficilmente scende al di sotto dei 3-4 metri ed all'errore della propria unità bisogna spesso sommare quella dell'unità di chi l'ha nascosta. Per ogni cache nascosta esiste sul sito ufficiale una pagina web con le caratteristiche, la descrizione, eventuali aiuti ("hint"), alcune foto o immagini, ecc. I "seekers", ossia gli utenti che vogliono cimentarsi nel ritrovamento delle caches, possono accedere al sito web, acquisire le coordinate della o delle caches che intendono cercare e, dotati a loro volta di un ricevitore GPS, si cimentano nella ricerca della scatola che contiene il tesoro. Una volta ritrovata, il geocacher deve seguire le semplicissime regole del gioco: riporta nel logbook il proprio ritrovamento, volendo si può prendere un oggetto dal contenitore, ma in quel caso bisogna lasciarne uno proprio. In questo modo i contenuti della cache cambiano ad ogni visita. Solo dopo aver trovato il tesoro è possibile riportare sulla pagina della cache il proprio ritrovamento, cercando,

se possibile, di corredarlo di foto. Ogni ritrovamento registrato, infine, contribuisce ad incrementare un contatore associato ad ogni utente, in modo da poter avere sempre sotto controllo il numero di caches rinvenute. Indicativamente, i geocachers più appassionati del mondo hanno al loro attivo oltre un migliaio di ritrovamenti. Non vi sono regole sulla dimensione delle caches e se ne possono trova-



re delle dimensioni più disparate: da quelle enormi, tipo i bidoni della vernice o addirittura i barili, posti in caverne o deserti, a quelle più normali realizzate, ad esempio, con i contenitori in plastica da frigorifero, ad altre molto piccole, fatte con i porta rullini di pellicola fotografica, spesso nascosti nei buchi dei muri, e che possono contenere solo oggetti quali biglie o monetine e infine le caches

di pochi centimetri, sovente magnetiche, che contengono solo il logbook sotto forma di foglietto arrotolato, che sono le più adatte per i frequentati centri cittadini. Non esistono limiti alla fantasia anche per quanto concerne le tecniche di camuffamento della cache, in modo da renderne difficile un eventuale ritrovamento casuale. I geocachers più appassionati dipingono o modellano i propri contenitori in modo che siano perfettamente integrati nel luogo in cui vengono nascosti. Gli oggetti che si ritrovano nelle caches sono in genere di scarso valore: portachiavi, monetine, gettoni, piccoli giochi per bimbi, gadgets, libri, cd, souvenir, e così via. Il vero valore del geocaching risiede in verità nel ritrovamento della cache, e non in quello che fisicamente vi si trova. Tuttavia talvolta le caches possono contenere un oggetto di maggiore valore o interesse, che viene in genere incluso come "premio" per il "FTF", ossia il "First To Find", colui che trova la scatola per primo. I criteri con cui vengono nascoste le caches sono lasciati sempre alla libertà ed alla fantasia di coloro che le nascondono. Tuttavia vengono in genere poste in luoghi di un certo interesse turistico, naturalistico o storico, talvolta nei posti più impensati: ad esempio, in Italia ve ne sono sul Lungo Po a Torino, al Colosseo a Roma, nei pressi della Normale di Pisa, al Castello Sforzesco di Milano, ma anche tra le campagne del Chianti o nell'isola di Capri. Più comunemente, si mettono nei pressi di luoghi poco turistici, ma ugualmente meritevoli di una visita, come vecchie abbazie, chiesette di campagna, rovine di

antichi castelli: una filosofia di fondo del gioco, infatti, è quella di offrire ai geocachers la possibilità di visitare luoghi di minore rilevanza turistica, ma ugualmente caratteristici, sovente conosciuti soltanto dai residenti. Turismo e geocaching infatti si coniugano perfettamente, tanto che si è creato un vero e proprio turismo parallelo guidato dal geocaching: prima di partire, è semplice stilare una lista di caches che possono essere



rinvenute nei dintorni della propria meta, da visitare una volta giunti sul posto. Qui a Tenerife ci sono attualmente più di 130 caches attive, la maggior parte messe per far conoscere dei luoghi bellissimi, secondo me le più belle sono: la Cueva de hielo, una caverna scavata da un'eruzione vulcanica a circa 400 metri dalla vetta del Teide, dove per tutto l'anno c'è al suo interno un bel mucchio di neve e ghiaccio, o il faro di Punta Teno, o il panorama mozzafiato dalla cima di Roque del Conde, e tanti tanti altri incantevoli luoghi che potrete conoscere ed apprezzare se comincerete questo gioco/sport che sicuramente appassionerà voi e i vostri ragazzi. Per ogni informazione, e se volete provare l'emozione di questa attività, potrete unirvi a me durante una delle mie frequenti "spedizioni" chiamandomi al numero 66 79 79 486 **Fabrizio Cappellini**

Ristorante Osteria Cicchetteria Veneziana

La Gondola

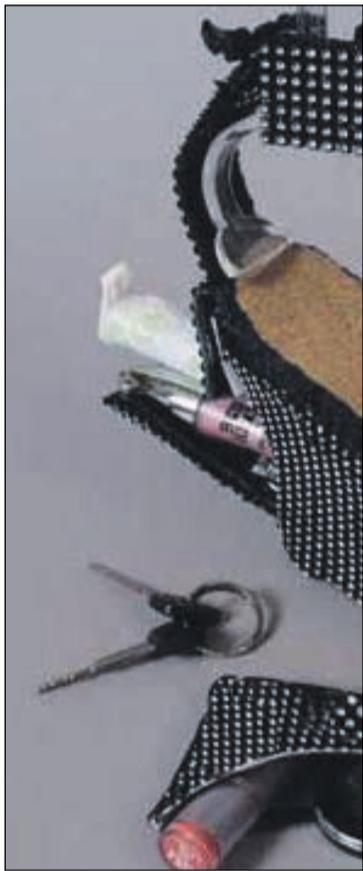
Avenida de La Habana, 9 – C.C. San Telmo – LOS CRISTIANOS

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



Borsetta o scarpetta?

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2800



Un giorno in spiaggia, annoiata dal solito panorama e dalla solita gente, mi è venuto in mente un gioco da fare a parole con le amiche. Facciamo un elenco di tutto quello che normalmente una donna porta con sé nel-

la borsa o borsetta quando esce per una serata con le amiche, che sia cena e dopo cena, oppure solo discoteca. Allora i soldi ovviamente, la carta di credito, dei trucchi tipo rossetto, un eyes line, ed un mascara per ritoccarsi il trucco; ma che noia, soprattutto in disco, avere sempre da controllare la borsetta o pochette, ecco, oggi tutti questi piccoli oggetti, che scandiscono le abitudini quotidiane di una donna, possono essere portati dietro senza l'ausilio di tasche o di borse. Come? Mimetizzati alla perfezione proprio nel tacco a zeppa di una scarpa! La zeppa, tanto di moda e tanto utile a farci sembrare un po' più alte senza sfoggiare tacchi improbabili e/o camminare come sulle "uova", adesso la zeppa può diventare la nostra "cassaforte" per le uscite serali. Sembra che una ditta, precisamente la Bellona Fashion, sostenga che questa invenzione permetterà alle donne di avere le mani finalmente libere. Ma siamo sicure che saranno così capienti da poter contenere tutto ciò che una donna moderna normalmente porta nella

borsetta? Sembra proprio di sì, una zeppa super tecnologica, fatta a settori, con piccole taschine, capaci di contenere di tutto, dai trucchi, ai soldi, anche alla chiave (a patto che sia solo una) della macchina, delle piccole pochette capaci anche di contenere dei piccoli gioielli o addirittura qualche accessorio intimo per le donne (assorbenti igienici)! Quindi senza più avere il problema di ballare con l'occhio verso il divanetto per controllare la borsetta, senza più avere il problema di essere scippate della borsetta di ritorno dalla serata con le amiche o con l'amico, finalmente anche per noi donne è arrivata la comodità delle scarpe/cassette di sicurezza/borsa/beauty-case! Ideali per passare una serata pratica, sicura e... modernissima! In rete e tra le giovanissime già ci sono i primi commenti e critiche al riguardo: c'è chi dubita della capienza, chi della fragilità o meno della zeppa, chi dell'aspetto della scarpa con "capienza", chi inoltre sostiene che sarebbero ad hoc per la "perfetta" donna spia della CIA o del KGB, ma anche chi fa notare che già i nostri nonni viaggiavano con i soldi nelle scarpe o nei calzini!

Bina Binella

Le 3 regole d'oro per un "naufragio" sicuro e confortevole

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2803

Le liste scritte per ogni evenienza sono un must per ogni (o quasi) donna! Si fa la lista per cosa mettere in valigia per il week end, la lista per i trucchi di una serata in disco, la lista per una festa. Per una vacanza al mare, quello che non ci si deve assolutamente dimenticare, indispensabile come il cacio sui maccheroni, è il pareo! Questo pezzetto di stoffa triangolare o quadrato ha delle doti inimmaginabili: potrà essere il giusto riparo dal sole nelle ore calienti, un ottimo appoggia-sedere sulla sabbia in mancanza di sdraio, un perfetto copricapo per evitare i colpi di calore, potrebbe essere un'ottima

"bandiera" se naufraghi su di un'isola deserta, ma anche un fagotto per la raccolta di oggetti, se ti rubano la borsa in spiaggia, e cosa molto importante, pesa qualche grammo in valigia, oppure costa pochi euro a comprarlo. Incrociato sul davanti, appoggiato mollemente sui fianchi, passato su di una sola spalla, ottimo per un aperitivo imprevisto al bar della spiaggia, soprattutto per mascherare la/e pieghe addominali dovute appunto a qualche bibita in più! Si deve però imparare a fare i nodi, gli incroci e le trecce, per avere sempre un look diverso. Quindi mi raccomando, bando alle ciance, il pareo non deve mai mancare in nessun caso di "vacanza al sole".

Mix Vag

Vestiti di carta

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2805

Le liste scritte per ogni evenienza sono un must per ogni (o quasi) donna! Si fa la lista per cosa mettere in valigia per il week end, la lista per i trucchi di una serata in disco, la lista per una festa. Per una vacanza al mare, quello che non ci si deve assolutamente dimenticare, indispensabile come il cacio sui maccheroni, è il pareo! Questo pezzetto di stoffa triangolare o quadrato ha delle doti inimmaginabili: potrà essere il giusto riparo dal sole nelle ore calienti, un ottimo appoggia-sedere sulla sabbia in mancanza di sdraio, un perfetto copricapo per evitare i colpi di calore, potrebbe essere un'ottima "bandiera" se naufraghi su di un'isola deserta, ma anche un fagotto per la raccolta di oggetti, se ti rubano la borsa in

spiaggia, e cosa molto importante, pesa qualche grammo in valigia, oppure costa pochi euro a comprarlo. Incrociato sul davanti, appoggiato mollemente sui fianchi, passato su di una sola spalla, ottimo per un aperitivo imprevisto al bar della spiaggia, soprattutto per mascherare la/e pieghe addominali dovute appunto a qualche bibita in più! Si deve però imparare a fare i nodi, gli incroci e le trecce, per avere sempre un look diverso. Quindi mi raccomando, bando alle ciance, il pareo non deve mai mancare in nessun caso di "vacanza al sole".

Jessica Ortega



Compleanni "Vip"

- 1 settembre 1957 **Gloria Estefan**
- 2 settembre 1938 **Giuliano Gemma**
- 3 settembre 1947 **Mario Draghi**
- 4 settembre 1974 **Carmen Consoli**
- 5 settembre 1964 **Sammy Barbot**
- 7 settembre 1940 **Dario Argento**
- 8 settembre 1937 **Virna Lisi**
- 9 settembre 1960 **Hugh Grant**
- 10 settembre 1968 **Guy Ritchie**
- 11 settembre 1933 **Nicola Pietrangeli**
- 12 settembre 1978 **Elisabetta Canalis**
- 13 settembre 1980 **Cristiana Capotondi**
- 15 settembre 1946 **Oliver Stone**
- 16 Settembre 1952 **Mickey Rourke**
- 17 settembre 1944 **Reinhold Messner**
- 18 settembre 1964 **Marco Masini**
- 19 Settembre 1963 **Alessandra Martines**
- 20 Settembre 1934 **Sophia Loren**
- 21 settembre 1960 **Maurizio Cattelan**
- 22 settembre 1957 **Giuseppe Saronni**
- 23 settembre 1943 **Julio Iglesias**
- 24 settembre 1951 **Pedro Almodovar**
- 25 Settembre 1944 **Michael Douglas**
- 27 Settembre 1972 **Gwyneth Paltrow**
- 28 settembre 1934 **Brigitte Bardot**
- 29 settembre 1950 **Loretta Goggi**
- 30 Settembre 1964 **Monica Bellucci**

Udite udite: un super mega vip ITALIANO é arrivato a Tenerife!

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2808

Sappiamo solo che risiede presso una struttura molto IN e molto segreta, forse anche una villa privata, ma chi sarà e chi non sarà? Finito il mese di agosto, che per noi poveri mortali significa ferie, vacanze e meritato riposo, in settembre arrivano questi super vip in incognito e si piazzano qui, nella nostra Tenerife, a godersi il clima meravigliosamente soave e piacevole. Lo hanno visto in giro a negozi, dalle parti di Las Americas, e de la Caleta, gli alberghi più significativi dell'isola sono con le bocche tappate, sappiamo che ha prenotato

anche per una sua corte al seguito, composta da molte persone... sappiamo che ama mangiare semplice e quasi vegetariano, sappiamo che ama le immersioni, sappiamo che ama giocare a beach volley. Ma chi sarà questo/a? Quando si sposta per l'isola gira con tre macchine, blocca il traffico, e scatena il delirio di chi lo riconosce, ma si mimetizza benissimo fra i turisti... ama mangiare all'italiana, e gli/le piace sedersi sui locali lungo le spiagge. Noi sappiamo chi è ma non ve lo diciamo, chi lo intercederà ce lo dirà! Un piccolo indizio: è qui per la prima volta e con la... famiglia (aspettiamo vostri resoconti dettagliati con ansia!).

SARTORIA-SASTRERIA
Sandra

si eseguono lavori di:
MODIFICHE . RAMMENDO . RIPARAZIONI
se realizan trabajos de:
MODIFICACION . REMIENDO . REPARACION

MOVIL: 647126583

Bridge: La Mano del Mississippi

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2825



Negli anni tra la fine del '700 e l'inizio del '800, i bari agivano pressoché indisturbati, sui battelli in servizio di spola sul fiume Mississippi. Il Whist funzionava come il bridge per quanto riguarda il gioco della carta, ma la fase della dichiarazione non esisteva, e l'ultima carta distribuita sanciva con quale "atout" doveva essere giocato il contratto di ogni mano che, chi la riceveva, poteva liberamente scegliere. La posta poteva essere resa alta a piacere mediante un numero di contro e di surcontro illimitati. I bari solevano passare il tempo nella sala da gioco dei battelli misurandosi nel gioco del Whist tra di loro, fin quando qualche ricco passeggero si avvicinava chiedendo di partecipare. A quel punto, dopo alcune smazzate di assaggio, il di-

stributore faceva in modo di far pervenire all'inconsapevole ospite queste carte, estraendo quale ultima carta una cuori, che sarebbe quindi stato l'atout della mano. Peggio ancora, il distributore forniva queste carte dopo aver stabilito di giocare una particolare versione del gioco, che prevedeva di lasciare all'ultimo di mano completa libertà nella scelta del colore di "atout". Il nuovo arrivato non credeva ai suoi occhi e si impegnava per 12 o 13 prese, a quel punto una serie di contro e di surcontro ripetuti, elevava la posta in maniera inusuale e fin dove le coronarie e le finanze del malcapitato potevano arrivare. Ci credereste che con questa mano non potete giocare nessun contratto di "manche"? Le carte sono sistemate in modo tale che non solo non potete giocare nessun contratto di "manche", ma che con "atout" cuori poi, potete fare solo 6 prese! Potete farne 8 con "atout" quadri e 10 con "atout" fiori, potete fare anche 1SA, ma ne farete solo 6 giocando con "atout" cuori!! Seguendo le regole del Whist, Sud inizia giocando un "atout" e vista la situazione del colore, cerca di incassare una presa a fiori, Ovest taglia e intavola l'Asso di picche, e Sud può realizzare soltanto le sue 6 "atout". Il "par" di queste incredibili carte è di +130 per N/S realizzate nel misero parziale di 4♣!!.

All'analisi quantitativa la Smazzata presenta 16 "atout" e consente 17 prese (10 a fiori per N/S e 7 a cuori per E/O!!).

Il Ponte di Viadana

mani famose : la mano del Mississippi

zona	N/S	
D	SUD	
contratto	1♥	
G	SUD	
	♠ 87652	
	♥ -	
	♦ 8765	
	♣ 8765	
ARDF109	N	♠ 43
♥ 8765432	O	♥ -
♦ -	E	♦ F109432
♣ -	S	♣ 109432
♠ -		
♥ ARDF109		
♦ ARD		
♣ ARDF		

Il nome degli Assi

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2828



ASSO DI BASTONI: In francese si chiama: As de Bâtons, Ace of Wands in inglese, As de Bastos in spagnolo, è rappresentato nei Tarocchi come un ramo tagliato e privo di fronde, impugnato da una mano che esce da una nuvola. Nei mazzi di carte italiane della cultura veneta l'Asso porta un cartiglio che dice: Se ti perdi tuo danno (nelle Trevigiane) o Molte volte le giocate van finire a bastonate (nelle carte Triestine) o Vincerai (nelle Bergamasche). Il significato cartomantico di questo Arcano è freudianamente connesso all'aspetto maschile: l'energia, la fertilità, un'eredità, fortuna, guadagno, la nascita di un figlio; anche una lettera, un ordine. Se appare al contrario significa: fallimento, esistenza vuota. Corrisponde al periodo compreso tra il 21 ed il 27 di marzo. In diversi giochi si chiama spagnolescamente: Basto. In Romagna è chiamato: El Cudòn (la codona) e, nell'omonimo gioco, funge da Omo Nero. Nel conflitto spagnolo si fregiò dell'Asso di Bastoni il 23° gruppo da caccia italiano che, quando in seguito venne unito al gruppo 53°, prese quello di Spade. **ASSO DI COPPE:** Nei mazzi di carte italiane della cultura veneta l'Asso ha un cartiglio

che dice: Per un punto Martin perse la capa, con una p sola (Trevigiane) o Una coppa di buon vin fa coraggio fa morbin (Triestine). Il significato di questo Arcano Minore, rappresentato come un grande calice, a volte un ostensorio che reca inciso fra vari simboli anche un'aquila, è carico di positività: rinvia alla famiglia, all'abbondanza, alla fertilità, alla gioia, all'amore. Se appare rovescio significa invece amore inappagato, cuore falso, sterilità. Il periodo al quale è legato è quello compreso fra il 21 ed il 27 di maggio. **ASSO DI DENARI:** Nei mazzi di carte italiane della cultura veneta l'Asso porta un cartiglio che dice: Non val saper a chi ha fortuna contro (Trevigiane) oppure: Son gli amici molto rari se non si ha danari (Triestine). Nei Tarocchi è un Arcano Minore strettamente legato al Seme rappresentato: il denaro, il benessere, la ricchezza. Se appare rovesciato: avidità, denaro sciupato. Corrisponde al periodo compreso fra il 21 ed il 27 di aprile. **ASSO DI SPADE:** E' sempre rappresentato verticale con l'impugnatura in basso, tranne nelle carte più strettamente legate alla Spagna: le Napoletane, le Sarde e le Siciliane. Nelle carte venete è accompagnato da 2 galli e porta il cartiglio: non ti fidar di me se il cuor ti manca (Trevigiane), oppure: il gioco della spada a molti non aggrada (Triestine); in Emilia, questa carta è soprannominata l'Angiolino. E' rappresentato, nei Tarocchi, come una spada impugnata verticalmente da una mano che esce da una nuvola e trafigge una corona inghirlandata da un ramo d'olivo ed uno di palma. Signi-

fica: fermezza, forza, vittoria; rovesciato invece: disonore, falsità, inganno. Il periodo corrispondente è quello compreso dal 21 al 27 giugno. Nell'Aviazione italiana l'Asso di Spade figura sullo scudetto del 53° stormo che, costituitosi nel 1936, formò la prima Pattuglia Acrobatica Italiana e, nel 1937, compì la crociera in Sud America. La sua bandiera è decorata da 2 medaglie d'Argento al Valor Militare.

Massimo Montanari

• Leggo TENERIFE •
IL GIORNALE ITALIANO PIÙ DIFFUSO SULL'ISOLA

Per la tua pubblicità visita il nostro sito www.leggotenerife.com oppure scrivici all'email info@leggotenerife.com

Clinica Dentale Medical Implant

Specialisti in Implantologia, Protesi e Chirurgia Maxillo-facciale

Sedazione Cosciente e Anestesia Totale

Tel: + 34 922 749 742

Av. Los Abrigos, 21, Los Abrigos (5 minuti dall'aeroporto di Tenerife Sud)

Numero 1 nel Turismo Dentale

Atta Medical Implant ricevi trattamenti dentali di alta qualità a prezzi scontati fino al 60% rispetto all'Europa.

Qualità Certificata

Contattare 365 giorni all'anno: www.dentalturismo.es

Potrebbe soffrire di Alzheimer il nostro animale domestico?

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/2833



La malattia neurodegenerativa di cui possono essere sofferenti i nostri animali domestici (cani e gatti), associata all'età, si manifesta con deficit di apprendimento, della memoria, diminuzione della vista, ma anche con un cambiamento di interazione sociale e difficoltà di sonno; tutto questo è molto simile a quella patologia che per gli umani viene chiamata Alzheimer, nella medicina veterinaria è il deficit cognitivo o disfunzione cognitiva canina (ma anche, di rado, del gatto). Le manifestazioni cliniche possono comparire verso i sette anni di età e sono le seguenti: depressione, disorientamento, calo dell'attività ludica e sociale, difficoltà all'obbedienza, alterazione del ciclo sonno/veglia, calo o aumento dell'appetito senza

motivo evidente, defecazioni disordinate con perdita di urina anche nell'ambiente domestico, maggiore irritabilità, perdita dell'udito.

Attualmente la diagnosi è di tipo presuntivo e si basa principalmente sui segni clinici e sull'anamnesi della vita dell'animale, si eseguono test clinici per l'esclusione di altre patologie neurodegenerative dovute a disfunzioni metaboliche, tossiche o nutrizionali. Fino a poco tempo fa la diagnosi definitiva si faceva, ahimè, con un esame autopsico (necropsia), con la ricerca di grappoli di proteine beta-amiloide (PBA), oggi, per fortuna, si può fare una diagnosi con l'animale in vita, attraverso esami del sangue specifici e una risonanza magnetica. Comunque si è ancora lontani dalla perfezione di diagnosi che invece esiste per l'uomo! È importante notare che, anche se oggi è possibile interrompere o rallentare il processo di degenerazione senile, se è possibile migliorare significativamente il tasso di progressione del processo e fornire una migliore qualità di vita e di invecchiamento dei nostri animali domestici, è altresì essenziale la corretta prevenzione fin dall'età giovanile attraverso un buon supporto nutrizionale, comportamentale e clinico/medico.

Dott. Antonio
Lima Martín
Tonyvet73@hotmail.com



I rimedi naturali per gli animali

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/2836

Quando puzzano: quando il loro pelo diventa puzzolente, lavatelo con acqua e aceto, usando dei guanti di gomma per massaggiare bene il loro mantello. Oppure una diluizione di perossido di idrogeno (acqua ossigenata) e di bicarbonato in acqua funzionerà altrettanto bene.

Quando hanno la febbre: se il cane o il gatto ha la febbre, prendete un tovagliolo e metteteglielo sulla pancia con una tavoletta di ghiaccio sintetico: la pancia è una delle zone che meglio regolano la loro temperatura corporea.

Quando hanno l'alito cattivo: se il vostro animale soffre di alito cattivo, un modo per alleviare la formazione di placca dei suoi denti è quello di dargli delle carote crude da masticare. Gli piaceranno e gli faranno anche bene.

Quando sono imbarazzati di stomaco: se il vostro cane o gatto ha dei problemi di stomaco, cercate di fargli mangiare della lattuga. Potete spezzettarne un po' nel loro cibo preferito. Li aiuterà a pulire il loro sistema digerente e a farlo tornare in forma in men che non si dica.

Quando hanno gli acari nelle orecchie: per sbarazzarvi di questi fastidiosi parassiti, introducete nell'orecchio dell'animale qualche goccia di olio minerale, ed incoraggiate l'animale a scuotersi per liberarsene da solo.

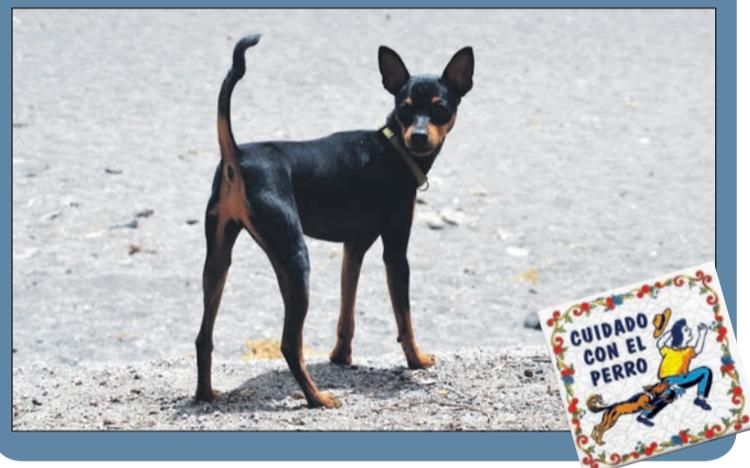
Ecco perché le ossa ai cani fanno male

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/2840

Molti proprietari di cani pensano di fare un regalo al proprio amico peloso nel dargli ossa da giocare, da sgranocchiare, da masticare e da nascondere in giardino o sotto i divani del salotto. Beh non è proprio così: anche il più piccolo e all'apparenza inoffensivo ossicino, può creare molti disagi al nostro amico. Molte persone dicono che i cani le hanno sempre mangiate le ossa, fin dall'antichità; vero, ma nei tempi passati la vita del cane era ridotta ai 5 o 6 anni al massimo, oggi, come per l'uomo, si è allungata e migliorata, molti cani arrivano a 14/16 anni di benessere in compagnia della propria "famiglia". Poi si dice che dare un osso molto grosso tipo il ginocchio di bovino non fa male, ma il cane se si impegna riuscirà a sbriciolare anche la rotula di un mammoth, scheggiandola ed inghiottendo quindi possibili pezzettini appuntiti che potrebbero creargli non pochi problemi. La mucosa intestinale del cane è, nonostante tutto, molto delicata e le schegge

di osso possono facilmente perforarla, creando mini emorragie che in tal caso creeranno solo dei forti mal di pancia, vomito con sangue o diarrea con sangue, ma si possono anche avere delle grosse perforazioni che portano, se non diagnosticate immediatamente, a morte dell'animale per emorragia e/o peritonite acuta. (Feci e succhi gastrici ed enterici che si riversano nell'addome, morte del cane prima ancora di capire che la colpa di tutto è da dare a quell'osso che gli abbiamo dato!). Può anche arrivare un blocco intestinale, la massa delle ossa sgretolate e polverizzate forma un proprio e vero "sasso" nell'intestino del cane non permettendogli di defecare, con grandi dolori addominali e qualche volta anche piccole emorragie, anche qui spesso bisogna ricorrere ad un intervento chirurgico. Quindi attenti a cosa date da mangiare al vostro amico a quattro zampe, e soprattutto attenti a cosa può trovare durante una passeggiata per terra, sotto agli alberi ed in città vicino ai bidoni dell'immondizia!

Dott. Marco Buoso





EL MADROÑAL

CENTRO VETERINARIO



Telefono per urgenze 24h - Animali esotici e Cavalli

Chirurgia - Traumatologia - Ecografia - Microchips

Endoscopia - ECG - Esami di laboratorio

TELEFONO URGENZE 617 483 707

TEL.URGENZE CAVALLI 678 640 966

C/ El Sauce, 3 - Urb.Miraverde - Adeje - Tel.922 713 987

<http://www.veterinariosentenerife.com>



La fotografia è un istante catturato dai poeti del tempo. E' scrivere gli attimi per regalarli al futuro. Stephen Litteword

Mandaci le tue foto: le migliori verranno pubblicate su questa pagina ed inserite sul nostro sito internet www.leggotenerife.com
Le foto dovranno avere come argomento paesaggi, scorci particolari, persone, attimi relativi a Tenerife. Inviare a: info@leggotenerife.com



Foto di Giulio Casadio



Foto di Alfredo Sanvito



Foto di Ignazio Borghetto



Foto di Alfredo Sanvito



Foto di Melissa Marchi



Foto di Federico Landini

annunci gratuiti
EL MERCADILLO
COME PUBBLICARE ANNUNCI GRATUITI:
MAX 30 PAROLE

- Per e-mail scrivendo a annunci@leggotenerife.com
- Per telefono chiamando il numero 626 196 125
- Per fax inviando al numero 922 748 640
- Per SMS inviando al numero 626 196 125
- Via FACEBOOK inserendo l'annuncio sul gruppo [Comprare e Vendere in Canaria](#)

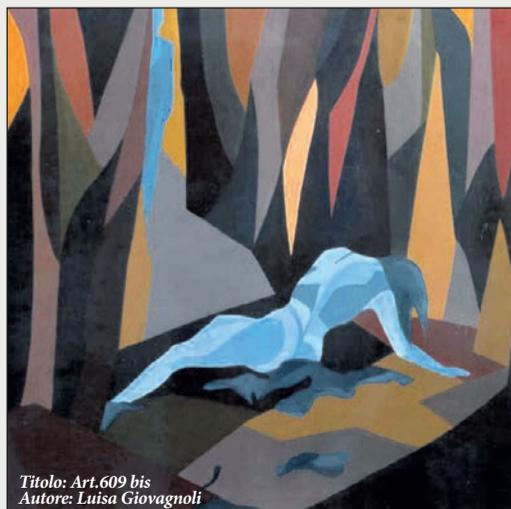
<p>Vendo meraviglioso accappatoio nuovo in Fibra di Legno e cotone, morbido, colore giallo, vendo a 25 € Tel. 669297533</p> <p>Vendo monitor Acer 19 pollici mod.p193w 45 euro - Tel.922987626</p> <p>Vendo biddetta da casa modello FC 700 Domyos perfettamente funzionante. Valuto la possibilità di cambio con pc portatile o tablet o altro di pari valore. Vendo a circa 220€ Tel.691934871 Mario</p>	<p>Vendo canoa gonfiabile di ottima qualità la 2/3 posti con una pagaia doppia. Usata pochissimo. 200 € negoziabile Palm-mar Arona. Tel.619086831 Matteo - No cambio solo vendita</p> <p>Si cede ristorante a Los Cristianos, ben avviato cucina italiana, completamente arredato e pronto per l'uso, circa 40 posti a sedere, licenze in regola, trattative riservate Tel.632061161</p> <p>Cerco appartamento con due camere e bagno zona Las Americas o Los Cristianos da dicembre a marzo per coppia</p>	<p>senza figli, con televisione satellitare e collegamento internet. Tel.632027222</p> <p>Vendo vero sonaglio di Crotalus americano montato su argento, da appendere al collo, orecchino o braccialetto. Da una collezione di mio padre cacciatore di serpenti in America negli anni '60. Vari esemplari, vendo a 30 € Tel.602344712 Daniele</p> <p>Corsi di tennis di gruppo o lezioni individuali, dal bambino all'adulto, dal principiante all'agonista. Italiano, inglese, spagnolo</p>	<p>Tel.630335860 Pasquale Vennari</p> <p>Vendo attrezzatura da golf di ottima qualità composta da borsa, mazze, carrello, 100 palline. Prezzo interessante. Palm-mar Arona. Tel.619086831 Matteo</p> <p>Vendo lettino e lampada per estetica a 130 € Tel.634026810 Tania</p> <p>Vendo KALEIDO RENAULT SCENIC a benzina. Auto tenuta molto bene dotata di tutti gli optional come</p>
<p>sedili in pelle, climatizzatore, cambio automatico, Radio CD. Tutte le revisioni effettuate presso la casa Renault. 1900 cc, 107.000 Km. Prezzo 3.700€ Tel.680259599</p> <p>Vendo passeggino trio marca CHICCO tipo "enjoy fun" color rosso (due tonalità), usato pochissimo soprattutto la navicella e l'ovetto, completo di tutti i suoi accessori compresa la borsa in coordinato a 240 € Tel.685791482 - Wendy</p>	<p>Vendo Marsupio marca CHICCO tipo "GO" MAI MAI USATO a 35Euro e vestiti bebè di ogni genere e taglia tipo: tutine, bodys, magliettine, ghettiline, pantaloni, jeans etc etc come nuovi, cose usate una volta soltanto o anche mai usate a causa della crescita improvvisa di mio figlio, svendo o scambio Tel.685791482 - Wendy</p> <p>Vendo forno microonde digitale BEKEN usato pochissimo, colore bianco - imballo originale - Prezzo 60 € Tel. 634049925</p>	<p>Vendo Webcam WIFI 30fps VGA con visione notturna IR Leds - 80 € Tel. 634049925</p> <p>Signora italiana si offre per pulizia ristoranti e abitazioni, seria con referenze Tel. 669297533</p> <p>Cerco giradischi di un certo livello (Technics... Thorens... ecc...) anche se non bellissimo esteticamente purché perfettamente funzionante ed a prezzo concorrenziale. Tel.634165978 - Gianni</p>	

L'offerta di pubblicazione di annunci a titolo gratuito é valida fino al 30 novembre 2013

NON TUTTI SANNO CHE ...

PER LASCIARE COMMENTI SU QUESTO ARTICOLO VISITA: www.leggotenerife.com/2845

...esiste una legge sulla "Violenza di Genere". Qui in Spagna non tutti i giudici



Titolo: Art. 609 bis
Autore: Luisa Giovagnoli

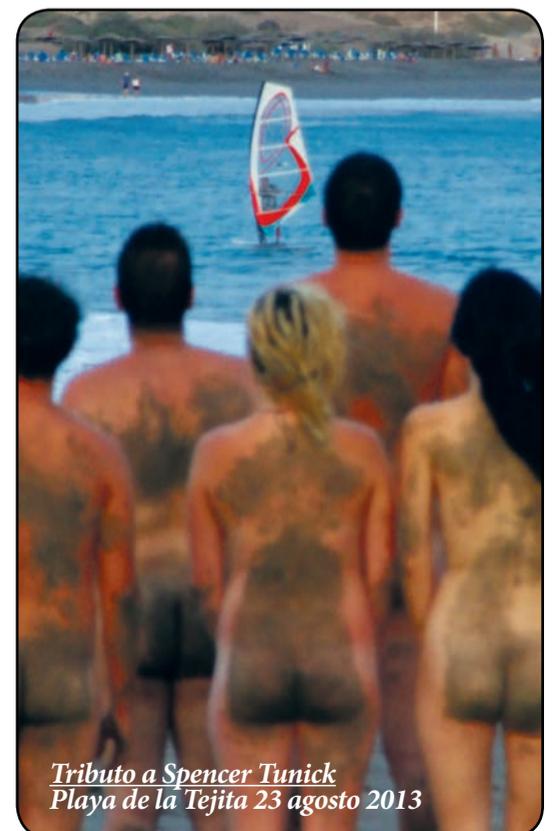
hanno la stessa opinione. Il giudice di Siviglia *Francisco Serrano* ha dichiarato che la Legge sulla Violenza alle Donne è stata una normativa buona e giusta per punire il maltrattamento femminile, ma **si stanno verificando abusi sull'interpretazione della suddetta legge**. Per una donna è molto facile denunciare una violenza, anche senza tante prove. Quando la donna denuncia un caso di maltrattamento, immediatamente riceve aiuto da 4 o 5 differenti istituzioni, tra cui l'avvocato d'ufficio, l'avvocato personale, il magistrato e varie altre associazioni. Mentre l'uomo accusato ha soltanto il proprio avvocato, e se intende procedere con una controdenuncia deve essere lui in grado di dimostrare la falsità della controparte. Alcuni Giudici lamentano che non vi è proporzione tra la condanna di chi denuncia il falso e di chi si è

provata la colpevolezza. Si deve distinguere fra i casi di maltrattamento e le conflittualità tradizionalmente derivanti dalla rottura di un rapporto, per non ricorrere nell'errore di proteggere situazioni di abuso da entrambe le parti. L'opinione di alcuni Giudici è che il 14% dei casi risponde a violenza e l'86% restante a semplice fine di un rapporto. "Io" a questo punto riassumerei la "mia" con una semplice frase:

cari Lettori, **SMETTIAMO DI FARE PROPAGANDA CON FRASI TIPO "DONNA DENUNCIA!" E DIFFONDIAMO UN PO DI PIU' LA FRASE: "UOMINI LA DONNA NON SI TOCCA!"**

Spero abbiate trovato interessante questo mio ultimo articolo!

Ci rivediamo a Ottobre!
Mirko Giovagnoli



Tributo a Spencer Tunick
Playa de la Tejita 23 agosto 2013



Casa Fuset un luogo di fatti inquietanti

PER LASCIARE COMMENTI SU
QUESTO ARTICOLO VISITA:
www.leggotenerife.com/2849

Questo mese l'arca del mistero ci fa navigare al nord dell'isola, più precisamente nella zona del Moquinal all'interno del Parque de Anaga. In questa zona si trova la casa Fuset, con più di un secolo di storia e protagonista di vicende misteriose e sanguinarie. La gente che visita questo luogo racconta di aver sentito fenomeni di diverso tipo, come risate di bambini, spari di arma da fuoco, passi nell'aria e un'infinità di altre cose, e per questo motivo la casa viene conosciuta con il macabro nome di "casa del panico" o "la casa degli spari". Durante l'epoca franchista sembrerebbe fosse utilizzata come residenza di un mandatario del Generalissimo Francisco Franco, che la utilizzò anche come luogo di incarcerazione e tortura per gli interrogatori dei militari repubblicani.



Alla fine della guerra si convertì nella residenza delle monache Clarisse del nord, però quando queste si trasferirono al convento di La Laguna, la mansione fu abbandonata. La guardia civil è in possesso di varia documentazione riguardante l'utilizzo della casa, per effettuare riti satanici e di sataneria afro-cubana durante vari anni, questo dovuto al ritrovamento, in varie occasioni, di galli decapitati e di altri animali uccisi in prossimità della casa ed inoltre vari pentagrammi e simboli magici dipinti sulle pareti. La storia di questa casa però si va incupendo quando viene utilizzata dal signor Damaso Rodriguez, conosciuto a Tenerife con l'epiteto di "El Brujo" (lo stregone). Questo personaggio è considerato il primo serial killer di Tenerife, freddo e calcolatore, stuprò tre ragazze e uccise altrettante persone tra il novembre 1981 e il 1991. Dopo aver avuto una condanna a 55 anni di reclusione, riuscì a ottenere, dopo solo 8 anni di carcere, un permesso per uscire, che utilizzò per scappare sui monti, nascondendosi per un mese e mezzo e riuscendo in questo periodo a uccidere altre 4 campeggiatrici che si trovavano nella zona. Alla fine si trincerò in questa casa, e per evitare la carcerazione si tolse la vita con un colpo di pistola. Dopo questi eventi sembra normale che la zona sia circondata da un'aria pesante e negativa, al punto di attirare l'attenzione di vari gruppi di investigazione paranormale, oltre a un gran numero di curiosi e appassionati del mistero. Durante alcune visite alla casa, varie persone sono state protagoniste di eventi

straordinari e poco piacevoli, alcuni dei quali anche filmati e trasmessi in programmi di catene nazionali. Si dice che alcuni visitatori si siano trovati oggetto di sassaiole improvvise, seguite da inquietanti risa di bambini inesistenti, altri hanno potuto assistere a luci simili a fiaccolate serpeggianti lungo i pendii sottostanti, che davano l'impressione di un antico corteo funebre. Altri affermano di aver sentito dei passi provenire dal piano superiore della casa, ormai senza pavimento dovuto ai crolli, e durante alcune notti di luna piena anche degli spari di fucile, che quasi tutti associano alla tragica morte di "El Brujo". Nella casa si può vedere dipinto un simbolo circolare di circa 2,5 metri di diametro, al cui interno vi sono scritte che possono sembrare in ebraico antico o aramaico, e vari crittogrammi di diversa forma e dimensione e di difficile interpretazione. Sicuramente un simbolo che non passa inosservato all'occhio di qualunque visitatore, e che secondo alcuni sembrerebbe un cerchio alchemico utilizzato per le evocazioni. Sulla parete di quelle che potrebbero essere state le stalle, scavate nella roccia calcarea quasi a formare un piccolo labirinto, si può leggere una poesia scritta da qualche viaggiatore, che racconta l'apparizione di un bambino senza testa, grondante sangue e con una spada in mano, che si avvicinava fluttuando dal bosco, cercando poi di aggredire le persone presenti. Questa poesia è un ricordo molto vivido per il nostro gruppo di investigazione, che ancora oggi lo ricorda con un certo brivido.

Loris Scroffernecher

OROSCOPO SETTEMBRE

ARIETE 21/3-20/4

Questo mese potresti non essere molto paziente, soprattutto nei confronti del partner e di chi ti vive molto vicino. La vita sociale sarà molto vivace, e rappresenterà la tua valvola di sfogo dalle tensioni affettive. Viva gli amici allora, e viva il divertimento scatenato!

TORO 21/4-20/5

Tieni a bada la tendenza all'impulsività ed evita di metterti contro clienti, colleghi e superiori con un atteggiamento fuori luogo. Ottime occasioni nella seconda parte del mese, inclusa la possibilità di migliorare la posizione che ricopri attualmente.

GEMELLI 21/5-20/6

Le mamme sono un po' troppo ansiose questo mese, preoccupate, molto probabilmente soltanto stanche. Il mestiere della mamma è quello più impegnativo e faticoso del mondo! Hai molte cose da fare, devi far quadrare i conti, pensare alla famiglia, al lavoro, alla casa, impossibile fare tutto e farlo bene.

CANCRO 21/6-22/7

Sarai più impulsivo del solito: conta a lungo prima di aprire bocca, e se proprio non riesci a non esprimere la tua opinione, fallo con tranquillità, non come se fosse una questione di vita o di morte.

LEONE 23/7-22/8

Il mese inizia serenamente, in un clima favorevole e piacevole. Se ci sono tensioni in sospeso in famiglia, affrontale subito, cercando di capire la strategia migliore prima della seconda parte del mese.

VERGINE 23/8-22/9

Sarà questo il periodo migliore per la tua forma fisica. Sarai energico, grintoso, avrai voglia di prepararti per la bella stagione praticando sport, oppure seguendo una dieta dimagrante o disintossicante.

BILANCIA 23/9-22/10

Per almeno la prima quindicina di settembre sarai passionale, sensuale, romantico. Ti aspetta quindi un periodo piacevole, anche se nell'ultima parte del mese potresti fare i conti con qualche contraddizione.

SCORPIONE 23/10-21/11

I single del segno non faranno certo fatica ad accendere fuochi di passione, ma niente sogni di gloria, si tratterà di avventure destinate a spegnersi con l'ultimo tramonto di settembre. Evitate eccessi e investimenti spericolati.

SAGITTARIO 22/11-21/12

Simpatichi allegri e seducenti sarete l'anima di ogni compagnia e avrete l'imbarazzo di decidere a chi concedere il piacere della vostra vicinanza. Non esagerate con il cibo.

CAPRICORNO 22/12-19/1

Al lavoro vi presenterete con il sorriso e la voglia di ricreare l'armonia con chi collabora con voi. Sarete consapevoli di non poter fare colpi di testa. Importanti miglioramenti per chi avrà il coraggio di abbandonare le posizioni poco realizzabili.

ACQUARIO 20/1-18/2

Avete la testa e la forza per affrontare il rientro dalle vacanze, sarete i primi a acclimatarvi al lavoro, qualche problemuccio in amore, e qualche incomprensione in famiglia.

PESCI 19/2-20/3

Quello che vi anima in questi giorni non sarà il nervosismo, ma proprio la curiosità di accrescere la vostra conoscenza, che sia tramite un libro, o attraverso amicizie, incontri od eventi... insomma, in qualsiasi contesto la noia è bandita.

Dee Dee Barnard
di madre lingua inglese, vissuta
in Italia per 20 anni e in
Spagna da 7

**interpreta, traduce e insegna
Inglese, Italiano e Spagnolo**
Corsi di lingua in Los Cristianos

Tel. - 673051795
Email - d.barnard@yahoo.co.uk

MIRKO
interprete, cantautore
e compositore italiano

Serate di piano bar karaoke!
**La migliore musica internazionale
anni 60-70-80 e 90!**

Per serate chiama il 655.62.03.23

Silvia Giambra

traduce via e-mail da:
spagnolo - italiano
e italiano - spagnolo
Prezzi modici!
inviare la richiesta a:
wonderlandparanoia@hotmail.com

**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

**DISTRIBUTORE UNICO
SKY ITALIA Prepagato Ufficiale**

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

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 LEBARA *124#
- Saldo JOIGO *111#
- Saldo JAZZTEL *169#
- Saldo MAS MOVIL/LLAMAYA *113#
- 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

un po' di ARIAFRITTA (in collaborazione con www.ariafritta.it) COMMENTI SU : www.leggotenerife.com/2859



Viva la comunicazione globale

Agosto è passato. Un po' mi dispiace perché in tv facevano vedere finalmente qualcosa di bello: i vecchi programmi! Poi, avete visto come sono le tv Italiane, ogni anno in agosto non sapendo cosa trasmettere ci propongono centinaia di spot sul modellismo. Così nelle domeniche assolate non si vedeva girare una macchina ma in compenso si sentiva un brusio difuso di seghetti alternativi che pareva una città di falegnami. E il cielo pullulava di aeroplanini di balsa che volando a stento colavano ancora vinavil sui passanti facendo concorrenza ai piccioni.

E poi che dire del ferragosto? Una festa inutile! Io ho proposto di spostare la festa del 15 agosto ai primi di settembre. Il 15 agosto è la festa dell'assunzione, ma se le ditte sono tutte chiuse chi assumono?!

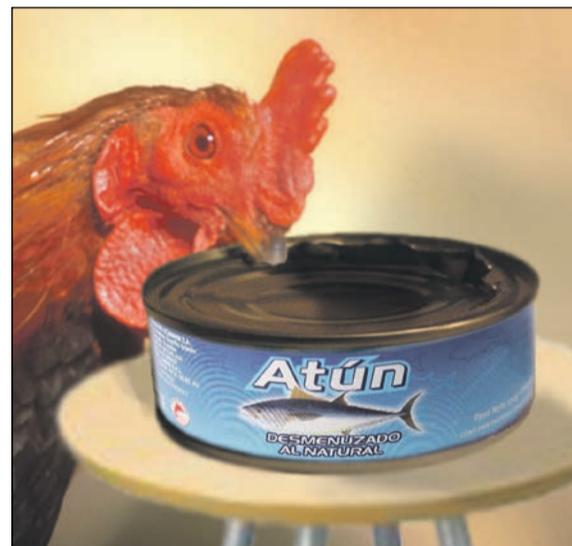
L'assunzione di chi? Di Maria??!!

Ah, bene! Adesso venitemi a dire che non conta avere dei parenti influenti!

No, qui ormai non si assume più nessuno. Sono tutti contratti a tempo o stagionali, sia in città che in campagna. Pensate che anche la gallina non ha un lavoro fisso, la gallina ha un lavoro cococo.

L'importante però è tornare in ufficio, per ritrovare gli amici, cioè, gli amici di facebook. Si perchè chi non se li è portati dietro con lo smartphone li ritrova solo dal pc dell'ufficio. Così può riprendere la vita normale, pubblicare le foto delle vacanze, messaggiare, chattare con gli amici. Questo è il futuro. Questa è la tecnologia che ci semplifica la vita. Infatti...

Gli sms servono per non comunicare di persona.
Le chat servono per non comunicare di persona.
I network servono per non comunicare di persona.
E il bello è che la chiamano "comunicazione globale"!!



Silver Nervuti

SUDOKU

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

CRUCIVERBA

1	2	3			4	5	6	7	8		9	10	11
12				13							14		
15				16						17			
									19				
											22		
23							24			25			26
27							28						29
30													

SOLUZIONI DEL MESE PRECEDENTE

S	A		S	L	A	R	G	O		U	M		
C	I	N	E	T	E	C	A		R	A	R	A	
A	N	D	R	O	N	I		A	N	G	L	O	
S	C	A	R	P	O	N	E		I	N	M		
T	E	L	E		T	I	R	A	T	O	R	E	
I	R	O		U	T		A	N	O		I	T	
G	A		E	N	I		C	A	R	N	E	T	
A			I	M	O		A	L	C	I		M	O
M	A	I	A		O	C	E	A	N	I	A		
A	G		T	E	T		A	R	C	A	N	E	
T	I	M	O	T	E	O		D	O		A	D	
T	R	I	M	A	R	A	N	O		T	R	E	
I	E	N	A		O	R	O		C	R	E	N	

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

Visita il nostro sito
www.leggotenerife.com
oppure scrivici all'email
info@leggotenerife.com

ORIZZONTALI

1. Animale domestico
4. volatile appetitoso
9. misura la sensibilità di pellicole
12. Articolo indeterminativo
13. Usato in pubblicità
14. se è rosso porta bene
15. In mezzo all'albore
16. contuso
17. misura logaritmica elettrica
18. unioni profonde
19. Logge o terrazze sugli edifici
20. Il Claudio sassofonista
21. simbolo del magnesio
22. La madre di Paperino
23. non stabili o duraturi
24. piatto saporito
27. ci si affida per la bontà
28. vi si trova Mostar e Banja Luka
29. Una nota... indicativa
30. affettuosa
31. funzionario municipale spagnolo
32. Un liquore
33. si usa in spiaggia
34. si segnano sul calendario

VERTICALI

1. l'isola con Guantanamo
2. Parte terminale dell'apparato digerente
3. Sigla di Napoli
4. hanno forti proprietà basiche
5. madre di Rut
6. lo sono i frutti acerbi
7. Ideologia cinese
8. Iniziali di Nixon
9. E' simile al lama
10. Città Toscana
11. non chiude
13. La funicella del fucile subacqueo
14. grosso pelo
16. Spiliorcia, ago
17. olanda in auto
18. insegna degli imperatori romani
19. quella dell'uomo d'affari e' piena
20. La raggiungono i grandi
21. I guerrieri...pastori del Kenia
23. hanno sempre ombre
24. non è mai molto
25. articolo arcaico
26. comune bresciano
28. C'è quello di metilene
29. Compagnia aerea polacca
31. Soldati senza soldi
32. Varese

Giuseppe Giambra

Affitti e compravendite immobiliari ed attività commerciali



Tel. (+34) 679 794 380
 Email: giambrasnc@libero.it
 skype pinotenerife
www.giuseppegiambra.com



Vendesi appartamento in residence a Torviscas



Stupendo appartamento in tranquillo residence nel sud di Tenerife nella zona di Torviscas. Comodo a tutti i servizi quali centro commerciale Gran sur, piscina palestra spa. Appena ristrutturato in maniera impeccabile con moderna cucina nuova ed elettrodomestici di qualità completa di tutto quale forno microonde, forno multifunzione, macchina per caffè e cappuccino, piano cottura in vetroceramica ecc completa di tutte le stoviglie.

€ 120.000

Bellissima sala con salotto in pelle, tavolo moderno in acciaio e vetro con sedie in pelle, televisore a schermo piatto con decoder per la ricezione dei canali satellitari e sky. Camera con bagno con doccia idromassaggio di ultima generazione. Si vende totalmente ammobiliato ed attrezzato come da foto. Si trova all'interno di tranquillo residence con piscina, pronto per entrare ed essere utilizzato. Ottimo prezzo!



Stupenda villa immersa nel campo del Golf Costa Adeje



€ 1.850.000

Stupenda villa immersa nel campo da golf Costa Adeje il migliore di Tenerife sud. Trattasi di casa indipendente con piscina privata in prima linea con vista sul campo da golf in quartiere esclusivo. La casa ha 8 camere e 8 bagni un grande giardino, si presta a modifiche personalizzate

Vendesi Attico a Palm Mar



€ 280.000

Stupendo attico duplex in esclusivo residence con piscina comunitaria. Ben curato nei minimi dettagli composto da 2 camere da letto, 2 bagni, sala cucina molto ampi, con balcone con stupenda vista sull'oceano orientato verso sud quindi molto soleggiato, la seconda camera ha un altro stupendo balcone sempre con vista mare e un fantastico solarium ben curato e arredato dove potrete intrattenere i vostri ospiti all'aperto. È incluso anche un posto auto coperto. Si vende arredato oggetti personali a parte.

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

Monocale accanto a fermata degli autobus di Playa Las Americas



€ 68.000

Vendesi monocale a prezzo interessante in complesso a soli 150 metri dal mare. Molto comodo a tutti i servizi, giusto a lato della stazione degli autobus di Las Americas. L'appartamento è composto da un bagno, sala, cucina aperta e possibilità di mettere un divano letto, piccolo terrazzo con vista al mare e alla piscina condominiale. È un monocale ma si presta a una modifica per ricavare una cameretta, ideale per coppia che vuole svernare spendendo una cifra modesta

Vendesi attico bilocale a Roque del Conde



€ 150.000

Attico bilocale con vista sull'oceano, in complesso ben curato con aree verdi, piscina per adulti, piscina per bambini, solarium e servizi comodi alla piscina, videosorveglianza, personale di mantenimento che cura le zone comuni 8 ore al giorno, il costo della manutenzione comunitaria totale è di solo 41 euro mensili. A soli 5 minuti dal centro commerciale, dall'autostrada, palestra, campi da tennis e tutti i servizi necessari. L'appartamento è costituito da 2 camere da letto con armadi a muro, la camera principale ha l'accesso diretto alla terrazza, 1 bagno con vasca, cucina indipendente chiusa totalmente ammobiliata ed accessoriata, terrazza con vista panoramica sull'oceano, salotto luminosissimo, garage per 2 vetture, si vende totalmente ammobiliato ed attrezzato

Vendesi Monocale ristrutturato a Playa Fañabe



€ 92.000

Monocale completamente ristrutturato ottimo per coppia o per essere affittato. Inserito all'interno di residence con 3 piscine a soli 200 metri dal mare di playa Fañabe Adeje composto da bagno, sala cucina aperta, divano letto, terrazza con vista piscina si vende totalmente arredato

Vendesi appartamento ristrutturato e completamente arredato a Playa de las Americas



L'appartamento si trova all'interno del Residence Eldorado, una struttura pensata senza barriere architettoniche ideale per persone con problemi di mobilità. Vendesi completamente arredato. Composto da 1 camera da letto con armadio a muro, un bagno con doccia e bidé, sala cucina aperta con balcone vista parco.

€ 105.000

L'edificio a 10 minuti dalla spiaggia è comodo a tutti i servizi come autobus, taxi, ospedale, banca, ristoranti, supermercati 24h e shopping center. Il residence è dotato di reception 24h, 3 ascensori, vigilanza notturna, 2 piscine, parco, ampie zone comuni e campi da tennis.

