

• Leggo TENERIFE •

LEGGI LA TUA COPIA DIGITALE SU:
WWW.LEGGOTENERIFE.COM

IL GIORNALE ITALIANO PIÙ DIFFUSO SULL'ISOLA



Anno 2 - N°17 - Giugno 2014

COPIA GRATUITA

L'EDITORIALE:

dalla REDAZIONE de L'indipendenza

Un'Italia di cialtroni, ecco una spiegazione semplice semplice

Una società italiana ed una giapponese decisero di sfidarsi annualmente in una gara di canoa, con equipaggio di otto uomini. Entrambe le squadre si allenarono e quando arrivò il giorno della gara ciascuna squadra era al meglio della forma, ma i giapponesi vinsero con un vantaggio di oltre un chilometro. Dopo la sconfitta il morale della squadra italiana era a terra. Il top management decise che si sarebbe dovuto vincere l'anno successivo e mise in piedi un gruppo di progetto

per investigare il problema. Il gruppo di progetto scoprì dopo molte analisi che i giapponesi avevano sette uomini ai remi e uno che comandava, mentre la squadra italiana aveva un uomo che remava e sette che comandavano. In questa situazione di crisi il management diede una chiara prova di capacità gestionale: ingaggiò immediatamente una società di consulenza per investigare la struttura della squadra italiana...

■ CONTINUA A PAG.2

ROYAL FOOD - LOUNGE BAR - SALON DE JUEGOS
AV. LA HABANA 8 - LOS CRISTIANOS

Casino Royal

777

Have fun in the sun

Il mercato immobiliare a Tenerife

di Marco Uzzo



Devo dire che, essendo seminuo-nuovo dell'isola, mi sono ritrovato, volendo sistemarmi in pianta quasi stabile al Sud, come molti, a guardarmi intorno al fine di valutare l'acquisto di un appartamento, massimo un dormitorio, per poter allacciare e mantenere un cordone ombelicale con l'isola, minimo per quattro sei mesi l'anno...

■ CONTINUA A PAG.2

Il voto fa godere l'aguzzino e le vittime si scannano tra loro

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5486

Immaginate un contadino soggiogato dalle legioni di Roma che hanno conquistato la sua terra. Viene imprigionato e buttato nell'arena insieme ad altri poveretti come lui. Chi sopravvive sarà libero. Da quell'arena si esce liberi o morti. Il contadino prigioniero cercherà di ammazzare gente innocente che lui non conosce neanche. E' autodifesa, non complicità. Lo Stato moderno invece è assai più subdolo e raffinato di Roma antica perché ha indottrinato le masse facendo credere loro che libertà significa soggiogare il tuo prossimo che esce sconfitto dall'arena elettorale. Molti votano pensando di "difendersi". Ma così come Roma dominava incontrastata sia su chi

vinceva che su chi perdeva, allo stesso modo lo Stato moderno, vale a dire e i potentati che ne sono al comando, dominano incontrastati sia su chi vince che su chi perde le elezioni. Il che testimonia l'assoluta inutilità di votare. Al sistema non interessa cosa hanno votato gli elettori, interessa unicamente che i cittadini e le imprese lavorino e versino una parte del ricavato della loro fatica nelle casse dello Stato, cioè nelle tasche di chi fa le leggi e amministra il denaro pubblico. Questo ricavato è diventato, negli anni, di dimensioni mostruose. Chi cerca di sottrarsi a questa violenza, per l'opinione pubblica è un criminale, è un evasore fiscale. Grazie all'indottrinamento di Stato, operato attraverso la scuola pubblica e i programmi ministeriali, le vittime condannano moralmente le



FIFA WORLD CUP Brasil

Calendario partite, stadi ed orari televisivi del
Campionato Mondiale di
Calcio Brasile 2014

■ A PAGINA 7

altre vittime e parteggiano per gli aguzzini. Ancora peggio, la base inconscia della condanna è l'invidia sociale per i più ricchi o per quelli che riescono a mettere in salvo il frutto del loro lavoro. Se cercate la spiegazione del motivo per cui il risentimento, l'astio e l'invidia sembrano dominare i nostri rapporti sociali, siete serviti. Lo Stato intossica la vita degli uomini. Più è pervasivo, più la vita sociale è degenerata. Non

c'è alcuna possibilità di uscire da questa trappola esistenziale finché le persone non prendono coscienza che questa "è" una trappola. Insegnare cos'è la libertà a uno schiavo che non sa di essere tale è impresa al limite dell'impossibile. Purtroppo non c'è altro modo che combattere questa battaglia culturale sapendo di essere dalla parte dei pochi.

Mauro Gargaglione per
Leonardo Facco Editore

CLASSIC CAR

Il modo semplice e rapido di noleggiare un'auto!

Cristiansur, Av. Amsterdam 5
Los Cristianos
Tel. 922 792 455
www.classiccar.es
info@classiccar.es
[facebook/classiccartenerife](https://www.facebook.com/classiccartenerife)

TOPASUR PROPERTIES

Agenzia immobiliare
Tel. +34 922 751 006
www.topasur.com info@topasur.com

- Appartamenti
- Ville
- Terreni
- Attività commerciali

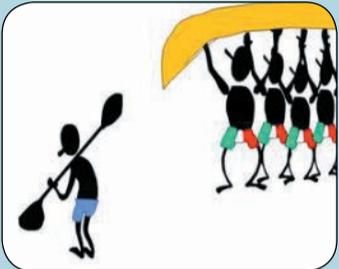
Il vostro contatto italiano: Valentina
+34 671 150 101

Centro commerciale Ledesbel, locale 11a
Paseo Marítimo - Los Cristianos
Dietro al mercatino della domenica

Un'Italia di cialtroni, ecco una spiegazione semplice semplice

SEGUE DALLA PRIMA PAGINA

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5611



Dopo molti mesi di duro lavoro, gli esperti giunsero alla conclusione che nella squadra c'erano troppe persone a comandare e troppe poche a remare. Con il supporto del rapporto degli esperti fu deciso di cambiare immediatamente la struttura della squadra. Ora ci sarebbero stati quattro comandanti, due supervisori dei comandanti, un capo dei supervisori e uno ai remi. Inoltre si introdusse una serie di punti per ampliare il

suo ambito lavorativo e dargli più responsabilità. L'anno dopo i giapponesi vinsero con un vantaggio di due chilometri. La società italiana licenziò immediatamente il rematore a causa degli scarsi risultati ottenuti sul lavoro, ma nonostante ciò pagò un bonus al gruppo di comando come ricompensa per il grande impegno che la squadra aveva dimostrato. La società di consulenza preparò una nuova analisi, dove si dimostrò che era stata scelta la giusta tattica, che anche la motivazione era buona, ma che il materiale usato doveva essere migliorato. Al momento la società italiana è impegnata a progettare una nuova canoa.

dalla REDAZIONE di L'Indipendenza

(NdR. un po' di sano cinismo aiuta ad affrontare meglio la giornata)

Il mercato immobiliare a Tenerife

di Marco Uzzo

SEGUE DALLA PRIMA PAGINA

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5609

La panoramica presentatami si è rivelata alquanto incomprensibile, prezzi in ascesa anche per proposte, a dir poco, oscure, cimici sopravalutati oltre ogni immaginazione nei confronti di persone che lasciano situazioni di tutto rispetto in Italia e a cui l'Isola non può rispondere con certe proposte così riduttive. Ancorché in tempi trascorsi recentemente il mercato abbia subito una contrazione notevole di valorizzazioni immobiliari, anche un'eventuale quanto semi improbabile ripresa ha da essere gestita, mio punto di vista, con ripartenze meno brusche e, soprattutto, molto più qualificate di quanto avvenga tutt'oggi. Proposte che spaziano da Comunità fallite, neanche in grado di ricostituire una piscina interna, ad edifici fatiscanti, la cui manutenzione non vede presenze alcune da diversi anni, pro-

poste indecenti all'ordine del giorno le quali sottintendono il concetto "per questo prezzo cosa pretendi? Un paio di anni fa si vendeva al doppio" Pensate forse che la crisi non abbia "segato" i valori delle case milanesi??? Non abbia svalutato acquisti mobiliari ed immobiliari del 50% ovunque?? Meditate gente, meditate, nessuno ritiene di arrivare qui comprando a "strozzo" ma solo al giusto sorsabile per quanto si vada cercando! Una sistematica visita a molte agenzie del Sud mi ha indotto, inoltre, a valutare lo strano sistema adottato da alcune agenzie immobiliari locali con le quali, dopo aver determinato le tue esigenze ed aver lasciato numero di telefono ed e-mail, il rapporto si infrange con un mancato assoluto seguito di proposte adeguate o meno!!! Forse sarebbe anche corretto rivedere l'attività delle agenzie, spesso in concorrenza tra di loro su stesse realtà immobiliari con prezzi assolutamente diversi. La presenza è notevole, la confusione maggiore! Tutto ciò non vuol essere mera polemica ma incentivo ad utiliz-

zare sistematicamente valutazioni reali ed effettive delle proposte di mercato, spesso campate in aria per giustificare un "se va ha le gambe"; un probabile cliente perso è anche una mancata ricchezza per l'Isola, che ne ha tanto bisogno, quanto tutte le altre nazioni sud mediterranee europee, cliente di negozi, di servizi terziari, di noleggi e di quanto possa aiutare, coccolare e rendere invidiabile la vita di coloro che, mensilmente, trimestralmente, semestralmente o (beati loro) perennemente trascorrono i propri giorni in quel di Tenerife!! Sig.ri Agenti Immobiliari, rendetevi conto che, involontariamente, state divenendo un traino determinante per l'economia dell'Isola; iniziate a far divenire la gallina "quella delle uova d'oro" per Tenerife, un fatto incontrovertibile, non tirate il collo, gli allevamenti sono scarsi e scarni di presenze qualificate!!! Attendere tempi e prodotti migliori, sarà una buona e premiante politica!



Leggo TENERIFE

EDITORE: Franco Leonardi

N° Deposito Legal: TF 34-2013

DIRETTORE RESPONSABILE: Franco Leonardi

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

WhatsApp: +34 632 027 222

Avda Santiago Puig N°1 - Ed. Los Tajinastes - Loc.2 - Playa de las Americas

Direzione Grafica: Cristiano Collina

Internet: www.leggotenerife.com

E-mail: info@leggotenerife.com

skype leggotenerife

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

STAMPATO in 6000 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 Tolo e Davide Colombo. Diffidate pertanto da chiunque altro vi contatti per proporvi qualsiasi iniziativa commerciale relativa a Leggo@Tenerife.



Per info e prezzi
spazi pubblicitari su
leggo@tenerife
consultare il sito

www.leggotenerife.com

oppure inviateci
una E-mail a:

info@leggotenerife.com

o chiamando

al **626 19 61 25**

o dall'Italia

+39 333 5229413



TenCard 10% discount

TenCard è la nuova carta sconti di Tenerife per turisti e residenti, composta da una rete commerciale di oltre 120 punti associati.

Più di 60 diverse attività da scegliere suddivise in 8 categorie, per offrirti le migliori opzioni con i migliori sconti. Le categorie sono: Bar e Ristoranti, Cura del Corpo e dell'Anima, Diverimento e Escursioni, Bambini, Immobiliare, Su Ruote, Shopping, Sport. La TenCard la potete trovare anche presso l'ufficio di Leggo@Tenerife e presso tutti i punti convenzionati, facilmente riconoscibili dall'adesivo esposto in vetrina. Cosa aspetti a cercare la tua TenCard? Gustati Tenerife e usa la tua TenCard.



www.tencard.es

FB **TenCard discount Tenerife**
Twitter **@tencardtenerife**
Enjoy Tenerife and use your TenCard!

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 www.innovateleurope.com)

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 www.innovateleurope.com)

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

E-mail: archivio.ambmadrid@esteri.it

Per scrivere al Direttore inviare una email a:
direttore@leggotenerife.com

Lettere al Direttore

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
la sezione LETTERA AL DIRETTORE
su WWW.LEGGOTENERIFE.COM

Chiarimenti "intorno" alla sigaretta elettronica:

Egregio Direttore, in risposta all'articolo apparso nel numero di maggio le preciso quanto segue: il 2 Aprile scorso il Tribunale Amministrativo del Lazio ha confermato la sospensione cautelare dell'imposta del 58,50% sul prezzo di vendita delle sigarette elettroniche e dei prodotti accessori, rimettendo all'esame della Corte Costituzionale le norme del decreto ministeriale relative alle e-cig, norme nelle quali il Tar ha riscontrato "profili di ragionevolezza". Con l'ordinanza il Tar ha sospeso anche il restrittivo regime di autorizzazioni, produzione e distribuzione delle e-cig, di fatto equiparato alle sigarette tradizionali per quanto riguarda la sicurezza. La più grande battaglia sulle sigarette elettroniche è stata vinta, ma la guerra con le lobby del tabacco sarà ancora lunga ed estenuante, sappiamo che gli interessi in gioco sono molti. Secondo la comunità scientifica, e soprattutto nella persona dell'oncologo Umberto Veronesi, le sigarette elettroniche potrebbero salvare la vita a 30mila fumatori in Italia. E a 500 milioni di persone nel mondo. Proprio ora che le ricerche mediche iniziano a intravedere i risultati scientifici delle e-cig, il governo cosa ha cercato di fare? Di «spegnerle» con una maxi tassa del 58,5%, una stangata che avrebbe colpito oltre 4.500 negozi e che già aveva determinato un netto calo delle aperture. Insomma, dopo un boom iniziale, si è cercato di stroncare il business delle sigarette senza tabacco, per cercare di mettere una pezza alle entrate e rinviare l'Imu. E proprio mentre si registra una

contrazione delle vendite del 30%, arriva il parere dei medici. Che promuovono l'aggettivo salva-fumatori. Da qui l'appello di Veronesi al ministro della Salute Beatrice Lorenzin: «Si impegni a diffondere la sigaretta elettronica e a ridurre la tassazione». La sigaretta a batterie potrebbe infatti aiutare sul serio la battaglia contro il cancro. «Su 65 pazienti arruolati per il nostro studio - spiega Carlo Cipolla, direttore della divisione di Cardiologia dell'istituto IEO di Veronesi - abbiamo visto che, dopo sei mesi di sigaretta elettronica, smette di fumare il 60%, contro il 32% di chi non la utilizza». In base alla ricerca, promossa dallo IEO e messa a punto assieme al San Raffaele e al Centro cardiologico Monzino, emerge che, anche se un paziente non riesce a smettere

di fumare, riduce comunque drasticamente il numero di sigarette accese e ne lascia nel pacchetto almeno dieci al giorno. Veronesi è determinato a proseguire la sua battaglia anti tassa. Più importante della condizione delle casse dello Stato è la salute dei cittadini: «Stiamo dibattendo del più grave problema sanitario del nostro secolo: lo stop al fumo. Abbiamo il dovere morale di studiare scientificamente la sigaretta smoke free, e all'Istituto europeo abbiamo deciso di farlo». «Il dibattito sulla sigaretta tobacco free - continua l'ex ministro - si è concentrato soprattutto sul mercato: chi le deve vendere, quali interessi nascondono e se lo Stato ci deve, o può, guadagnare». Pochi si sono soffermati sul cuore della questione: «Le centinaia di morti quotidiane dovute al tabacco - spiega Veronesi - vengono ignorate ed è ignorato il loro dolore. Addirittura il nostro Stato, attraverso il Monopolio sui pacchetti di sigarette, lucra su questa tragedia, invece di combatterla con ogni mezzo che la ricerca scientifica mette a disposizione». Intanto i ricercatori proseguono il lavoro. Sono stati arruolati 200 fumatori da seguire per sei mesi e da valutare dopo un anno. Il percorso di ognuno verrà monitorato fino a cinque anni in modo da avere dati certi su chi ha smesso, chi ha ridotto e chi no. I dati di partenza raccontano che, tra il 2009 e il 2012, quasi quattro fumatori su dieci hanno tentato di smettere, restando almeno un giorno senza fumo. Tuttavia quasi il 90% dei tentativi è fallito. Solo tre fumatori su cento hanno usato farmaci o cerotti e meno di uno su cento ha seguito corsi ad hoc. Insomma, i fumatori vorrebbero smettere ma non sanno come fare. E i vecchi metodi

non danno più risultati.
Andrea Di Muro

Prendiamo atto, grazie

Egr. Direttore, non vorrei sembrarle il solito italiano trasferito alle Canarie che si lamenta di tutto e di tutti ma vorrei segnalarle una grave anomalia e disservizio incomprensibile. Vivo a Palm Mar da poco ed essendo un single non ho molta dimestichezza con lavastoviglie e lavatrici per cui, a fronte di un utilizzo costante di camicie e biancheria varia, mi sono ritrovato nella condizione di cercare una tintoria/lavanderia!! Ricerca del Sacro Graal! Los Cristianos, niente, Palm Mar men che meno, Guaza una richiesta esorbitante per due lenzuola e una tovaglia richiesta di 17€ senza sicurezza di risultato, macchie di vino (non le assicuriamo che venga pulita!) camicia lavata e stirata al modico prezzo di 9€. Follia!!! Soprattutto per i costi generali dell'isola che dovrebbero risultare assai più abbordabile che non in "quasi tutta europa"!! Spingete qualcuno ad aprire una attività di tintoria/stireria, lavoro assicurato!
Davide

Gentile Davide, rilevo quanto da lei segnalatomi riservandomi, peraltro, di approfondire l'argomento da lei trattato in un prossimo numero dedicato ai servizi offerti nell'isola; nel frattempo la invito ad approfondire la sua ricerca a Los Cristianos in cui, quasi per certo, un paio di attività settoriali mi sembrano essere efficacemente presenti. La ringrazio comunque per la segnalazione a cui non mancherò di dare un seguito.

Sui gruppi di Facebook ho dato dei consigli sempre solo per esperienze fatte personalmente. Quando ero nel dubbio mai ho scritto "mi sembra che", ma a volte ho scritto "se nel frattempo le leggi sono cambiate", perché in quest'isola, effettivamente, cambiano dall'oggi al domani. Questo preambolo è per dirvi che, quando sono seduta al bar o sulla spiaggia o per strada, e sento parlare in italiano, mi avvilisco, perché magari sono persone che hanno usufruito di un mio modesto consiglio oppure con cui abbiamo scherzato insieme su qualche post. Mi piacerebbe chiederglielo, ma non vorrei essere invadente. Dovremmo, noi delle pagine, inventarci una spilla di riconoscimento, come fanno tante associazioni, così potremmo scambiare quattro chiacchiere, prendere un caffè insieme. Molto importante sarebbe continuare il rapporto iniziato virtualmente. Trovarsi in un paese nuovo non è facile. Aver lasciato gli affetti in Italia è triste, ma se qua ci fosse la possibilità di incontrarne di nuovi darebbe forza e consolazione.
Maria Laura Faconti

Gentile Sig.ra Maria Laura, troviamo ottima la Sua idea di creare un'Associazione di italiani qui a Tenerife, come effettivamente se ne riscontrano diverse in altri stati esteri, peraltro ben funzionanti e che promuovono spesso la cultura italiana nel paese ospitante. Colgo l'occasione della Sua lettera per lanciare un appello a connazionali volenterosi: mandateci idee e proposte, le valuteremo assieme... chissà mai che ci riuscissimo.



Notizie Flash e dal Cabildo di Tenerife

● «E se chiudono il Mercadillo, di che cosa andremo a vivere adesso?» Diversi venditori del Mercadillo di Los Cristianos, la maggior parte dei quali non conosceva l'ordinanza del Comune, mostrano la loro incertezza circa la chiusura precauzionale del sito. Il mercato di Los Cristianos è il migliore in termini di redditività fra quelli gestiti dalla società Baratillo Los Verdes, che ne gestisce diversi nel Sud in diversi giorni della settimana. Alcuni dei negozianti hanno anche dei negozi aperti nella zona turistica, ma, per altri, l'unico reddito familiare deriva dalle vendite in quel posto. Certi operano anche nel

mercato di Fanabe, ma le vendite non sono paragonabili a quelle che si realizzano a Los Cristianos. Il Mercadillo, in cui si stima ci siano circa 600 bancarelle, dà vita a bar, negozi, supermercati e tassisti nella zona. Giusto migliorare le condizioni di sicurezza del mercato, ma non chiudendolo, semmai investendo nelle migliorie. Il massimo sarebbe montare una grande tenda, e chiudere le attuali strutture fatiscenti, offrendo così ai venditori ed ai clienti più ombra e più comodità.

● Terza gara d'appalto per il Parco Avventura La Caldera di La Orotava, dopo che le due precedenti erano andate deserte, perché le aziende che hanno concorso non hanno presentato le necessarie garanzie finanziarie.

Il Sindaco, Francisco Linares di Coalicion Canaria, ha dichiarato che se questa volta non si riesce ad aggiudicarlo, lo lascerà "parcheggiato" fino al termine della legislatura. (Ndr certe iniziative vanno lasciate a professionisti in grado di valutare se una location può essere redditizia...)

● Güímar, la città "possibile" Al sindaco Carmen Luisa Castro non si può negare la capacità di ingegno, il suo desiderio di fare di Güímar un comune ricco di opportunità. Fumo, fantasia o realtà, questa è la grande domanda che si pongono i güímareros, soprattutto i quasi tremila disoccupati nel comune, che vedono nei progetti presentati alla stampa, una speranza di occupazione. Ci sarebbero dei progetti

per riconvertire le grandi otto cave, che le società di estrazione inerti hanno lasciato in eredità nello splendido canyon di Badajoz. Per ora, già tre di loro sarebbero occupati per un parco a tema, una centrale geotermica, e una società che dovrebbe convertire i rifiuti solidi in combustibile. Tre idee, tre progetti molto pubblicizzati, anche se la realizzazione si prospetta lunga e complicata, e magari si risolverà in un nulla di fatto. Prosegue anche la singolare campagna Empadrónate, tesa ad incentivare l'arrivo di imprenditori nel Comune, tra le altre ragioni per raggiungere quanto prima i 20.000 abitanti, che in un anno ha aumentato di trecento unità (18.589) la popolazione. (Ndr. facciamo comunque notare che le opposizioni rumoreggiano, parlando di tanto fumo e niente arrosto... vi terremo informati sugli sviluppi)

LISA service
Tenerife
IMPRESA DI PULIZIE

Pulizia uffici e locali, residence, condomini,
vetri, hotel e appartamenti privati
www.lisaservicetenerife.es
Tel. 645 526 110 - Flavio Trincas

GELATERIA
La Veneziana
ELABORAZIONE ARTIGIANALE

Abierto todos los días
8.30 a 00 hs

Av. Santiago Puig N 3 - Local 2
Las Américas - Tenerife 922 09 04 91

DESAYUNO



otros dulces: Brownies, gofres,
CREPES CON NUTELLA
creps con helado o topping.. (y más)

Cos'è la licenza municipale?

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5476

SE TRASPASA

La licenza municipale consiste in un documento che accredita il compimento delle condizioni legali per l'esercizio di una determinata attività in un determinato locale. Dovrà pertanto rinnovarsi/modificarsi ogni volta che cambi l'attività sviluppata nel locale, che ci siano modificazioni della stessa o che cambino i titolari come in caso di "traspaso" (cessione). I requisiti necessari per ottenere una licenza sono molteplici, ma variano soprattutto in funzione della classificazione dell'attività che si intende intraprendere, come "inocua" (innocua) o "calificada" (letteralmente qualificata). Le attività innocue sono quelle che non generano un significativo impatto ambientale quanto a salubrità, igiene ed emissioni sonore, né mettono a rischio beni o persone. Si considerano attività innocue molti piccoli commerci, come negozi di moda, negozi di prodotti alimentari non perituri, oppure uffici per la prestazione di servizi. Le attività qualificate sono quelle considerate come potenzialmente fastidiose, insalubri o pericolose (attività industriali, alberghi, ristoranti, bar, determinati commerci e servizi ecc.) e che pertanto richiedono l'adozione di specifiche misure sanitarie, di sicurezza e/o ambientali. A prescindere poi dalla classificazione dell'attività, sarà molto importante osservare tutte le disposizioni di legge circa l'accessibilità per persone invalide e munirsi di specifiche licenze d'opera nel caso in cui sia necessario ristrutturare il locale. Alcune attività richiederanno inoltre il rispetto delle norme di insonorizzazione (ad esempio pub o discoteche), di igiene e manipolazione di alimenti (ad esempio ristoranti, bar e caffetterie), delle norme anti-incendio (ad esempio alloggi turistici o attività indu-

striali) o, addirittura, di munirsi del permesso condominiale dell'edificio nel quale il locale è ubicato. Esulano da tali incombenze le attività professionali, artigianali ed artistiche che si realizzano nel proprio domicilio, a patto che non esista vendita o attenzione diretta al pubblico e non si causi disturbo ai vicini. **CHE COSTI HA UNA LICENZA?**

Le principali voci di spesa sono rappresentate dalle tasse municipali, che si calcolano tenendo in conto la rilevanza commerciale della strada, il volume del locale ed il tipo di attività, nonché dalla relazione tecnica sulla struttura del locale, che dipenderà dalla complessità del progetto da realizzare e dall'onorario del professionista selezionato (architetto, geometra o ingegnere tecnico industriale). E' facile intuire che le attività innocue hanno un procedimento di legalizzazione più semplice, con minori requisiti e costi associati, mentre nel caso delle attività qualificate è necessario presentare un progetto tecnico comprensivo di relazioni urbanistiche, industriali, sanitarie, ambientali o giuridiche. **QUALI SONO I TEMPI PER OTTENERE UNA LICENZA?**

Poiché i tempi di risposta da parte dei singoli Municipi possono rivelarsi estremamente lunghi (parliamo di diversi mesi, spesso anche un anno, dipendendo dal carico di lavoro degli uffici competenti), nel marzo 2011 è stata varata la "Ley de Economía Sostenible" e nel maggio 2012 è stato emanato il "Real Decreto Ley de medidas urgentes de liberalización del comercio y de determinados servicios" proprio con l'obiettivo di snellire un processo burocratico spesso troppo gravoso per piccoli e medi imprenditori. L'intervento legislativo del 2011 ha finalmente legalizzato l'applicazione, già ampiamente diffusa nella pratica, del cosiddetto principio di "silenzio assenso". In base a tale principio, per cui il silenzio dell'autorità amministrativa è da considerarsi equivalente ad un provvedimento di accoglimento della domanda, in molti casi già si tollerava di fatto l'apertura dell'attività, pur essendo l'imprenditore ancora in attesa dell'emissione della licenza. Ad oggi pertanto, fatte salve le eccezioni previste dal testo

normativo, se il locale compie i requisiti richiesti dalla legge, può legalmente aprirsi il commercio in forma provvisoria in attesa della licenza definitiva. Tuttavia, restando ai singoli Municipi piena facoltà di verifica di tali requisiti in qualsiasi momento in pendenza della suddetta licenza (pena l'applicazione di eventuali sanzioni quali la chiusura dell'attività e/o il pagamento di una multa), resta un'opzione raccomandabile solo all'imprenditore sicuro che la propria attività risponda a tutte le esigenze legali. Il Real Decreto Ley 19/2012 ha poi sancito che, se l'attività in questione rientra tra quelle in esso espressamente indicate (fondamentalmente attività classificate come innocue), e si tratta di un'attività commerciale al dettaglio la cui superficie utile di esposizione/vendita al pubblico non sia superiore a 300 metri quadrati, la necessità di licenza viene integralmente sostituita da una semplice dichiarazione responsabile di inizio, modificazione o cessazione di attività. All'Amministrazione resta sempre la facoltà di verificare a posteriori l'effettiva sussistenza dei requisiti dichiarati dall'imprenditore. Queste disposizioni legislative hanno inciso positivamente sui tempi di avviamento dell'attività, riducendo senz'altro i costi extra legati all'attesa delle licenze, così come il rischio di sanzioni per il semplice fatto di aver avviato l'attività prima della formale approvazione amministrativa, ma non hanno eliminato in nessun caso i costi relativi alla relazione tecnica e alle tasse municipali. **CONSIDERAZIONI FINALI**

A prescindere dalle informazioni di carattere generale qui fornite o dalle molte altre che possono essere facilmente reperite in rete, poiché ciascuna Amministrazione Comunale dispone di margini interpretativi nell'applicazione della legge, consiglio caldamente a coloro che avessero intenzione di aprire un'attività di recarsi presso il Municipio ove l'attività avrà sede, per chiarire direttamente con gli uffici competenti ("sezione urbanismo" "sezione licenze" ecc.) i passi concreti da compiere ed ottenere la modulistica adeguata.

Avv. Elena Oldani

Tempi duri per i ladruncoli, e non solo

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5478

Il Governo prenderà in considerazione la necessità di rafforzare il codice penale per perseguire i crimini su Internet, anche dopo il fatto che negli ultimi giorni due persone sono state imputate per aver diffuso sui social networks commenti beffardi sull'assassinio del presidente del consiglio di Leon, Isabel Carrasco, facendo oltretutto apologia per la presunta commissione del delitto. Nell'ordinamento giuridico spagnolo sono già previsti certi reati, indipendentemente dal mezzo in cui si verificano. Ci sono comportamenti che sono reati, indipendentemente dai mezzi, e il reato di sostenere la commissione del delitto è di per sé già grave. Il ministro degli Interni e il Ministro della Giustizia avrebbero studiato congiuntamente come porre fine ad alcune espressioni che incitano all'odio o fanno apologia di reato sui social networks. Anche rubare in un supermercato diventa un reato nel nuovo codice penale che viene predisposto dal Governo. Contemplerà condanne di oltre un anno di prigione per il taccheggio nei supermercati. Il Ministro della Giustizia ha accettato la proposta delle principali società di distribuzione nel paese per frenare l'aumento dei furti nei loro centri. Queste pratiche diventando reati saranno punite tra i 6 e i 18 mesi di prigione. Quando il valore del furto non supera

i 1000 euro, verrà presa eventualmente in considerazione come attenuante la condizione economica, in tutti gli altri casi sarà considerato un crimine di furto, indipendentemente dalla quantità rubata. Il limite stabilito dalla normativa vigente per essere considerato un crimine è l'appropriazione indebita di oltre 400 euro. Questo cambiamento è stato reso possibile dal lavoro discreto della Associazione Spagnola di Codificación Comercial (AECOC), che rappresenta le più importanti aziende di fornitura e distribuzione in Spagna, come El Corte Inglés, Mercadona, Coca Cola, Caprabo, Fnac, Carrefour e Mango. La proposta sembra essere stata accettata dal governo, ma il disegno di legge che modifica il codice penale è ancora in procedura parlamentare, e alcune fonti politiche dubitano che possa essere approvato in questa legislatura. Tuttavia, secondo le fonti, il ministro Gallardón ha già confermato ai dirigenti della grande distribuzione che questa misura sarà inclusa nella nuova normativa, per contrastare l'aumento di furti nei centri commerciali verificatosi negli ultimi anni a causa della crisi. Nel 2013, ci sono stati in Spagna più di 130.000 furti nei supermercati, grandi magazzini e piccoli negozi di quartiere, secondo fonti del settore. Va tenuto in mente, tuttavia, che, secondo i dati del settore stesso, solo il 18% dei furti viene segnalato. Motivo: con la legge attuale, non serve molto fare una denuncia.

Franco Leonardi

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

1.150.000 euro



**Tel.922.190017
Tel. 679.794.380**

Guachinche o ristorante? Qualche ricetta per gli amanti della buona tavola

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5474



Il Cabildo di Tenerife avverte di un uso improprio del termine "guachinche". Sono partite già le prime lettere ai proprietari di bar e ristoranti sull'isola che utilizzano il termine guachinche in modo improprio per attirare i clienti, al fine di "proteggere" il termine e soprattutto la categoria. Finora sono stati riconosciuti e legalizzati 101 "guachinches" degli oltre cinquecento che sembra esistano nell'isola,

quasi un "fenomeno sociale" quelli che sono sorti in alcuni comuni nel sud dell'isola, con segnaletica in russo. Secondo il Cabildo, la gastronomia canaria, e Tinerfegna in questo caso, è la "punta di diamante" del turismo a Tenerife e, attraverso manifestazioni come "Saborea Tenerife" o "Tenerife Rural", oltre alla grande varietà di prodotti di stagione, hanno fatto sì che i "guachinche" siano parte del paesaggio e della cultura dell'isola, quindi vanno salvaguardati come "unici". Il libro che è stato recentemente presentato, "Vamos de guachinches... y otras casas de comida" vuol essere una vera e propria guida, da tenere in macchina, un lavoro che è un "omaggio" alle famiglie isolate legate alla tradizione del vino di Tenerife, che hanno recuperato "la cocina de las abuelas", dove i veri "guachinches" diventano un "sentimento" e un luogo di incontro tra amici. L'autore del libro colloca l'origine dei "guachinches" nei primi anni '60 del secolo scorso, in tempi di crisi economica, che ha costretto molti agricoltori a vendere direttamente il vino per una eccedenza dello stesso.

dalla Redazione

Spezzatino di salmone e piselli

Ingredienti

250 ml di brodo vegetale
300 g di piselli (peso sgranato)
1 cipolla bianca
1 cucchiaino di olio extravergine di oliva
400 g di salmone in trancio o in filetto
Pepe nero macinato al momento
Sale fino

Preparazione:

Scaldare il brodo, sgranare i piselli, spellare la cipolla e tritarla grossolanamente in una padella con l'olio, per poi farla soffriggere a fiamma bassa finché non si sarà ben dorata. Alzare la fiamma, aggiungere i piselli e cuocere per qualche minuto a fiamma vivace. Aggiungere del brodo vegetale, tanto quanto ne servirà a coprire i piselli, un pizzico di sale, una macinata di pepe e lasciare cuocere a fuoco medio, con coperchio, per 15 minuti circa. Il tempo di cottura esatto dipenderà dalla grandezza dei piselli e dalla consistenza della loro buccia.

Nel frattempo pulire il salmone, togliere la pelle e ridurlo in cubetti di un paio di centimetri di lato. Verso fine cottura dei piselli togliere il coperchio, alzare la fiamma ed unire il salmone. Cuocere a fiamma vivace per 5-10 minuti, fintanto che il salmone non sarà ben cotto. Regolare di sale, unire una grattugiata di pepe e servire.



Carbonara di verdure

Ingredienti

2 carote
1 porro
1 gambo di sedano
1 scalogno
2 zucchine
3 foglie di verza
2 uova
noce moscata, sale e pepe
parmigiano
Pasta di semola di grano duro
Pulite e lavate 1 gambo di sedano, 2 carote, 2 zucchine, 3 foglie di verza, 1 porro, quindi tagliate le carote e le zucchine a julienne.

Preparazione:

Tagliate il porro, il sedano e le foglie di verza a striscioline sottili, e 1 scalogno a spicchi sottilissimi. Saltate tutte le verdure in un capiente tegame con 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva per 2 minuti; salate, coprite con un coperchio e fate stufare a fuoco molto basso per circa 15 minuti.

Lessate 350 g di linguine in una pentola con abbondante acqua salata bollente. Nel frattempo, sbattete in una ciotola 2 uova con 1 grattugiata di noce moscata, sale, pepe e parmigiano. Scolate la pasta al dente, trasferitela nel tegame con le verdure, conditela con 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva e le uova sbattute, mescolando rapidamente per qualche secondo a fuoco basso.



Solo a "LA BOTTEGA" del Camison trovi qualità, cortesia e convenienza!



Barilla
Formati classici
€1,20



Emiliane
Barilla
a partire da:
€1,70



Mortadella
€1,25
all'etto



Fratelli
Beretta
1812
Prosciutto cotto
Beretta
€1,65
all'etto



Risottaria
Knorr
€1,95

A tavola con i sapori della nostra terra...

Duty Free un costosissimo passatempo aeroportuale

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5472



Per anni ha rappresentato la vetrina del convenientemente acquistabile, finalizzato al regalo da portare ad amici e parenti rientrando a casa, anche perché gli acquisti extra Duty Free sono difficili, soprattutto per quanto riguarda prodotti liquidi, alcolici, profumi nonché prodotti locali da acquistare all'ultimo momento, con la sicurezza di non dover avere problemi nel superare i controlli aeroportuali. Duty Free significa letteralmente "esentasse", definizione golosissima per coloro che pensano di poterne approfittare

per risparmiare, su prodotti di marca, una significativa e appetitosa percentuale. Le cose sono purtroppo cambiate, alcuni prodotti sono in vendita addirittura con ricarichi del 200%/300%, che li rendono quantomeno inaccessibili alla maggior parte degli utenti aeroportuali, ormai precipui "frequent flyer" di compagnie Low Cost, consci di poter reperire gli stessi prodotti a costi ben più allettanti presso le profumerie di casa propria. Non vedo quindi più il significato della presenza, se non a livello di showroom, di questi invitanti mega spazi commerciali, resi ad arte piacevolmente percorribili ma difficilmente "praticabili" economicamente. Nonostante tutto rimangono ad occupare spazi nei vari aeroporti nazionali ed internazionali, ormai svuotati della clientela "volante", ed inutili vetrine di scintillanti quanto costosi prodotti. Personalmente ritengo siano riconvertibili a spazi vendita di prodotti di necessità primaria e di articoli facilmente

"dimenticabili", prodotti da toilette attentamente controllate ed a norma di sicurezza aerea internazionale, gadgets vari per il volo ed un minimo di appetibili prodotti locali da esportare regolarmente. D'accordo, forse è finita l'era del caro e vecchio Duty Free che, a Francoforte, mi permetteva di acquistare profumi per tutta la famiglia a prezzi di saldo; oggi, purtroppo per il settore commercio, i saldi sono perenni nei negozi cittadini per cui, utilizzando sacchetti anonimi e carini, recatevi in centro città facendo incetta di prodotti a buon prezzo da regalare, anche perché la globalizzazione ha reso gli stessi prodotti e marche onnipresenti nel mondo, farete comunque sempre la vostra bella figura senza farvi taglieggiare in aeroporto; anche se sarà una gioia in meno per gli occhi potremo tutti permetterci qualche volo in più (per assurdo!).

Giovanna Zetti

Il Cabildo di Tenerife toma ad autorizzare una strage di mufloni sull'isola

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5470



Nonostante le alternative incruente proposte dal Partito Animalista PACMA, decine di questi animali verranno uccisi in meno di due mesi.

L'anno scorso, il PACMA ha dato al Vice Ministro dell'Ambiente del Governo delle Canarie una relazione sugli effetti devastanti della caccia per gli animali, le persone e gli ecosistemi, offrendo alternative alla morte di molti animali, nel contempo minacciati anche dagli incendi sulle isole. Il muflone è stato introdotto per la caccia negli anni '70, ed è ora considerato una specie invasiva perché danneggia la flora autoctona. Gli esseri umani hanno creato

questo squilibrio nella natura e per rimediare oggi le istituzioni autorizzano l'uccisione degli animali. Ribadiamo che questa è una sciocchezza mascherata da motivazioni ecologiche, perché ci sono soluzioni per il controllo della popolazione, come la cattura, la sterilizzazione e il rilascio degli individui. Le sue intenzioni poi si contraddicono, evitando di uccidere gli animali in fase riproduttiva. La vera ragione è che gli appassionati possano continuare a godere del sanguinario sport della caccia, per cui il PACMA chiede l'abolizione totale.

Daniele Dal Maso

"Walk of fame" a Puerto de la Cruz?

Puerto de la Cruz dovrebbe avere un proprio "Walk of fame" in stile Hollywood, per riconoscere tutti i personaggi famosi che hanno visitato la città, come ad esempio i Beatles. L'idea è stata suggerita dallo storico Nicolás González Lemus, che crede che sarebbe diventata un'attrazione turistica, perché la gente potrebbe seguire il percorso attraverso la città. Il tragitto inizia in avenida de Colón, fino all'hotel Tenerife Playa, attraverso il Paseo San Telmo e calle Quintana, fino a raggiungere la piazza del Charco. I personaggi famosi che hanno visitato Puerto nel corso degli anni comprendono Agatha Christie, Alexander von Humboldt, Bertrand Russell, tre dei Beatles nei loro primi giorni e George Martin. La proposta è stata



avanzata a vari organismi perché la possano prendere in esame, tra cui il Cabildo di Tenerife, il Consiglio Comunale e il Consorzio per la Riabilitazione di Puerto de la Cruz.

dalla Redazione

Luci e ombre del Rent a Car

Le organizzazioni imprenditoriali AECAV e APECA rappresentano gli interessi di quasi il 90% delle aziende e della flotta di veicoli dedicati al noleggio auto nelle Isole Canarie. Il settore svolge un "ruolo chiave" nelle isole, permettendo a milioni di turisti di visitare ogni angolo dell'arcipelago, con una flotta di 56.116 veicoli. Nel 2011 il settore ha fatturato 611.000.000 euro e ha investito 785.000.000, con

2,4 milioni di contratti. E' molto importante l'occupazione generata dal settore e il gran numero di aziende impegnate in questa attività, circa 250. Ma il settore è fortemente fiscalizzato, sollevando la necessità di avere la stessa aliquota IGIC applicata al settore del turismo. I rappresentanti della categoria evidenziano i pericoli che sta generando una certa concorrenza sleale, a scapito degli interessi dei consumatori e degli utenti, così si chiede una maggiore attenzione da parte del governo.

dalla Redazione

Una montagna di debiti? oppure no?

I sette Cabildos lo scorso anno hanno ridotto il loro debito di 125.670.000 di euro, un 18,74%, e tutti i comuni della comunità autonoma l'hanno tagliato di 55,86 milioni, il 5,47%, secondo i dati pubblicati dal ministero delle Finanze. Il Cabildo più indebitato in assoluto al 31 dicembre era quello di Tenerife, con 315.180.000€. Per quanto riguarda i comuni più grandi

delle Canarie, il peggiore era Telde (Gran Canaria), con 191.980.000€. I sette Cabildos avevano un debito che a tale data ammontava a 544.780.000 euro, e gli 88 comuni un debito di 964.440.000, suddivisi in 521.640.000 i comuni della provincia di Las Palmas e di 442.790.000 quelli di Santa Cruz de Tenerife.

dalla Redazione

DAI UNA MARCIA IN PIÙ AL TUO MARKETING!

Realizzazione siti web
Creazione e gestione pagine facebook professionali a basso prezzo a Tenerife

Per info e preventivi:
info@canbe.it

Silvia Giambra

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

TENNIS PER TUTTI!!!

Propedeutico per bambini.
Lezioni private e/o corsi di gruppo per ragazzi e/o adulti anche agonisti

Info:630335860 - LINO

ITALART

Esperienza ventennale nel campo della costruzione e ristrutturazione di appartamenti e negozi. Realizzazione di interni curati con finiture di pregio. Posi di mosaico e decorazioni personalizzate. BELLE ARTI e ARCHITETTURA CONTEMPORANEA.

TOTALE RESPONSABILITA' E PRECISIONE
CHIAVI IN MANO.

Per un preventivo gratuito cell. **636254520**



FIFA WORLD CUP
BRASIL

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5468

Il 12 giugno 2014 torneremo ad essere i C.T. della nazionale azzurra, ciascuno di noi esprimerà giudizi e formazioni, urla e strepiti da panchina, poiché avranno inizio i Campionati del Mondo di Calcio in Brasile. Con questo mini calendario, orari delle gare dal 12 giugno al 13 luglio 2014, intendiamo darvi segnalazione degli eventi in modo tale che non possiate perdervi occasione per dimostrare il sacro attaccamento allo "Sport Nazionale" italiano e non solo. L'incontro di apertura si giocherà il 12 giugno a San Paolo con inizio alle 17.00 locali (le 22 italiane): si batteranno il Brasile (padrone di casa) e la Croazia.

La fase a gironi si giocherà alle ore 13.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 e 21.00 ora locale, (per ottenere l'orario italiano bisognerà considerare il fuso orario, variabile a seconda della zona in cui si gioca, mentre le partite ad eliminazione diretta saranno effettuate alle 13.00 e 17.00 ora locale. Le semifinali si giocheranno alle 17.00 ora locale e la finale, il 13 luglio 2014 allo Stadio Maracanà, alle 16.00 ora locale. Tutto gli orari si riferiscono all'ora brasiliana. Per tutte le sedi del mondiale ci sono 5 ore di differenza rispetto al fuso orario europeo ad eccezione di Cuiabá e Manaus dove le ore di differenza sono 6.

Orari ufficiali con, tra parentesi, gli orari italiani.

Gara d'apertura: 17.00 (22.00)
Gare dei gironi: 13.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 21.00 (orari variabili a seconda dei fusi)
Sedicesimi/Quarti: 13.00, 17.00 (18.00, 22.00)
Semi-finale: 17.00 (22.00)
Finale terzo posto: 17.00 (22.00)
Finale: 16.00 (21.00)
Partita d'apertura: Brasilia
Semi-finale: Belo Horizonte, Fortaleza
Finale: Rio de Janeiro

GRUPPO A

12/06 17:00 (22.00) São Paulo
Brasile - Croazia
13/06 13:00 (18.00) Natal
Messico - Camerun
17/06 16:00 (21.00) Fortaleza
Brasile - Messico
18/06 18:00 (00.00) Manaus
Camerun - Croazia
23/06 17:00 (22.00) Brasilia
Camerun - Brasile
23/06 17:00 (22.00) Recife
Croazia - Messico

GRUPPO B

13/06 16:00 (22.00) Salvador
Spagna-Olanda
13/06 18:00 (00.00) Cuiabá
Cile - Australia
18/06 16:00 (21.00) Rio De Janeiro
Spagna - Cile
18/06 13:00 (18.00) Porto Alegre
Australia - Olanda
23/06 13:00 (19.40) Curitiba
Australia - Spagna
23/06 13:00 (18.00) São Paulo
Olanda - Cile

GRUPPO C

14/06 13:00 (18.00) Belo Horizonte
Colombia - Grecia
14/06 22:00 (3.00) Recife
Costa d'Avorio - Giappone
19/06 13:00 (18.00) Brasilia
Colombia - Costa d'Avorio
19/06 19:00 (00.00) Natal
Giappone - Grecia
24/06 16:00 (22.00) Cuiabá
Giappone - Colombia
24/06 17:00 (22.00) Fortaleza
Grecia - Costa d'Avorio

GRUPPO D

14/06 16:00 (21.00) Fortaleza
Uruguay - Costa Rica
14/06 18:00 (00.00) Manaus
Inghilterra - Italia
19/06 16:00 (21.00) São Paulo
Uruguay - Inghilterra
20/06 13:00 (18.00) Recife
Italia - Costa Rica
24/06 13:00 (18.00) Natal
Italia - Uruguay
24/06 13:00 (18.00) Belo Horizonte
Costa Rica - Inghilterra

GRUPPO E

15/06 13:00 (18.00) Brasilia
Svizzera - Ecuador
15/06 16:00 (21.00) Porto Alegre
Francia - Honduras

20/06 16:00 (22.00) Salvador
Svizzera - Francia
20/06 19:00 (1.40) Curitiba
Honduras - Ecuador
25/06 16:00 (22.00) Manaus
Honduras - Svizzera
25/06 17:00 (22.00) Rio De Janeiro
Ecuador - Francia

GRUPPO F

15/06 19:00 (00.00) Rio De Janeiro
Argentina - Bosnia
16/06 16:00 (22.40) Curitiba
Iran - Nigeria
21/06 13:00 (18.00) Belo Horizonte
Argentina - Iran
21/06 18:00 (00.00) Cuiabá
Nigeria - Bosnia
25/06 13:00 (18.00) Porto Alegre
Nigeria - Argentina
25/06 13:00 (19.00) Salvador
Bosnia - Iran

GRUPPO G

16/06 13:00 (19.00) Salvador
Germania - Portogallo
16/06 19:00 (00.00) Natal
Ghana - USA
21/06 16:00 (21.00) Fortaleza
Germania - Ghana
22/06 18:00 (2.00) Manaus
USA - Portogallo
26/06 13:00 (18.00) Recife
USA - Germania
26/06 13:00 (18.00) Brasilia
Portogallo - Ghana

GRUPPO H

17/06 13:00 (18.00) Belo Horizonte
Belgio - Algeria
17/06 18:00 (00.00) Cuiabá
Russia - Corea del Sud
22/06 13:00 (16.00) Rio De Janeiro
Belgio - Russia
22/06 16:00 (21.00) Porto Alegre
Corea del Sud - Algeria
26/06 17:00 (22.00) São Paulo
Corea del Sud - Belgio
26/06 17:00 (23.40) Curitiba
Algeria - Russia



OTTAVI DI FINALE

(P1 = Partita 1., etc)
sabato 28 giugno
P1 - (18.00) [1° classificata A] - [2° classificata B] (Belo Horizonte)
P2 - (22.00) [1° classificata C] - [2° classificata D] (Rio de Janeiro)
domenica 29 giugno
P3 - (18.00) [1° classificata B] - [2° classificata C] (Recife)
lunedì 30 giugno
P5 - (18.00) [1° classificata E] - [2° classificata F] (Brasilia)
P6 - (22.00) [1° classificata G] - [2° classificata H] (Porto Alegre)
martedì 1 luglio
P7 - (18.00) [1° classificata F] - [2° classificata E] (São Paulo)
P8 - (22.00) [1° classificata H] - [2° classificata G] (Salvador)

QUARTI DI FINALE

venerdì 4 luglio
P9 - (18.00) [vincitrice P5] - [vincitrice P6] (Rio de Janeiro)
P10 - (22.00) [vincitrice P1] - [vincitrice P2] (Fortaleza)
sabato 5 luglio
P11 - (18.00) [vincitrice P7] - [vincitrice P8] (Brasilia)
P12 - (22.00) [vincitrice P3] - [vincitrice P4] (Salvador)

SEMIFINALI

martedì 8 luglio
P13 - (22.00) [vincitrice P9] - [vincitrice P10] (Belo Horizonte)
mercoledì 9 luglio
P14 - (22.00) [vincitrice P11] - [vincitrice P12] (São Paulo)

FINALE 3°/4° POSTO

sabato 12 luglio (22.00) [perdente P13] - [perdente P14] (Brasilia)

FINALE

domenica 13 luglio (21.00) - [vincitrice P13] - [vincitrice P14] (Rio de Janeiro)



TI ASPETTIAMO PER UNA RICCA COLAZIONE CON CAFFÈ ITALIANO, PASTE FRESCHE E FRULLATI DI FRUTTA E AL TRAMONTO PER UN'APERITIVO DURANTE LA GIORNATA CON BIBITE, BIRRE E PANINI DA PORTARE IN SPIAGGIA



**C.C. SAN TELMO, LOCAL 21 D
PLAYA DE LAS VISTAS
LOS CRISTIANOS - TENERIFE**

Un giugno di FESTE!

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5461

San Antonio da Padova, Granadilla

Una grande sfilata di carri preparati a festa procedenti da tutti i quartieri del paese, persone in costumi tipici, gruppi di folklore, festanti, formano questi festeggiamenti, che si celebrano annualmente ogni 13 giugno. Il programma festivo si divide fra atti religiosi e atti popolari. Fra i primi spiccano la processione del Santo, le messe nelle quali si prega per gli abitanti del paese e per i defunti, e l'esibizione pirotecnica in onore del Santo. Fra i secondi sono rilevanti: il festival di folklore, la festa dell'arte e le gare sportive che sono fomentate dal municipio e dalla commissione delle feste. **La festa del Corpus Christi a la Orotava**, che inizia il 15 di maggio e dura fino al 28 di giugno, è una festa che unisce tradizio-

ni religiose, usi e costumi popolari. La festa è in onore del Corpus Christi, di San Isidro Labrador e Santa María de La Cabeza, è una celebrazione che è stata dichiarata festa di interesse turistico nazionale dal 1980. L'attuazione della festa del Corpus Domini nelle Canarie è nata parallelamente alla loro conquista, in modo che tutte le località delle Isole Canarie la celebrano come consacrazione delle "terre". In questa occasione, a La Orotava si preparano per tutto il mese tappeti fatti di fiori e sabbia vulcanica, sparsi per le vie della città, ricoprendo l'intero percorso della processione. Nella piazza centrale, viene ogni anno realizzata una bellissima opera d'arte, ovvero un quadro costruito con diverse tonalità di sabbia vulcanica proveniente dal Teide. E' questo il luogo da cui si snoda la processione del Santissimo Sacramento, in cui vengono commemorate diverse scene bibliche.



La festa del Corpus Christi a la Orotava

Tutte le Feste di Giugno 2014

01/06/2014 - Romería de San Isidro Labrador y Santa María de la Cabeza a Los Realejos
 01/06/2014 - Paseo Romero a Puerto de la Cruz
 01/06/2014 - Romería de San Isidro a Guamasa, La Laguna
 01/06/2014 - Romería de San Juan Bautista a Arico
 08/06/2014 - Romería de San Isidro a La Mancha, Icod de los Vinos
 08/06/2014 - Subida del Santo a La Orotava
 08/06/2014 - Romería de San Antonio de Padua a Granadilla de Abona
 15/06/2014 - Romería de San Antonio de Padua a Icod el Alto, Los Realejos
 15/06/2014 - Romería de San Antonio de Padua a Palo Blanco, Los Realejos
 15/06/2014 - Romería de San Isidro a Tacoronte
 22/06/2014 - Paseo Romero de San Juanito a Punta del Hidalgo, La Laguna
 23/06/2014 - Fiesta de San Juan, Puerto de la Cruz
 25/06/2014 - Romería de San Juanito a Iguete, Candelaria
 29/06/2014 - Paseo Romero de San Juan a Bajamar, La Laguna
 29/06/2014 - Romería de San Isidro Labrador y Santa María de La Cabeza a La Orotava

La nuova scalinata per la spiaggia Los Patos

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5463

L'accesso a questa bella spiaggia è stato chiuso già da un anno per motivi di sicurezza, per lo stato di inaccessibilità dell'infrastruttura. Una delle opere più attese per tutti i frequentatori delle spiagge del nord di Tenerife, non sarà comunque terminata per l'inizio dell'estate, ma già il fatto di iniziare i lavori è un passo avanti: è stata garantita la messa in opera del cantiere verso metà del mese di giugno e la fine degli stessi per i primi giorni del mese di settembre (Ndr: meglio tardi che mai si direbbe). Il costo di questo cantiere si aggira sui 110 mila euro, finanziati per un 40% da parte del Comune de La Orotava e per il restante 60% dal Cabildo di Tenerife. Per costruire la

nuova scala di accesso alla spiaggia si utilizzeranno materiali nobili che sostituiranno il calcestrutto esistente, e soprattutto si adatteranno meglio alla morfologia del paesaggio. Quindi la nuova scala avrà sei rampe da 8 o 16 gradini, la balaustra attuale sarà sostituita da una in legno di

pino trattata con vernice perché non si usuri per effetto del salso marino. La complessità del lavoro sta nella forte pendenza del terreno delle scogliere costiere, per questo sarà un lavoro molto "artigianale", visto che non si potranno usare macchinari specifici, appunto per la ripidezza del terreno in quella zona.

Bina Binella



Con un po' di fantasia

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5459



Credo che Tenerife sia "la terra dei sogni"! Con un po' di fantasia possiamo viaggiare in moltissime parti del mondo semplicemente vivendo qui! Si potrebbe addirittura disegnare una "cartina geografica fantastica"! Appena scesi dall'aereo, dopo aver sbirciato dal finestrino uno stupendo panorama di montagne, il mare colorato con tutte le varianti del blu, piccole e grandi strade e sentieri, all'uscita ti aspetta una tiepida arietta che ti lambisce i capelli, e ti domandi immediatamente: "ma sono arrivato in paradiso?" Cerchi di svegliarti, rifletti, dopo il viaggio sei un po' "ubriaco", bisogna mettere l'orologio indietro di un'ora, entri in città e ti viene subito appetito! Trovi subito un "pub" inglese che ti offre un tipico "breakfast" a base di saliccia, pan tostato, uova, fagioli

e bacon! Tutti parlano inglese e ti sembra proprio di essere in un paesino londinese! La musica è country ma dopotutto gli americani sono loro cugini! Ok! Dopo aver trovato un alloggio, fai una buona doccia e già ti stai preoccupando del pranzo, perché hai già fame un'altra volta! Dove posso andare a mangiare?... ti chiedi. Un ristorante italiano mi farebbe bene, per non rompere di colpo le mie usanze e così far due chiacchiere con un paesano e farmi dare due consigli... e lo trovi subito, in ogni bella via del paese puoi scovarne uno! Ti trovi a tuo agio, mangi bene, spendi poco confronto ai prezzi che abbiamo in Italia, prendi il caffè e decidi di mangiarti un dolcetto in un posticino indiano che si trova poco più avanti, ti siedi, il personale gentilissimo ti parla mezzo inglese e mezzo italiano, vestiti tipicamente con i loro costumi, chiudi gli occhi e ti sembra di essere in Bangladesh o a Mumbai! Si avvicina il padrone del locale per chiedere se ti è piaciuto il dolce tipico della loro terra, un uomo alto, moreno, dai grandi occhi neri, un vestito che ti ricorda Sandokan, lo accompagna la sua bella sposa, vestita come una principessa, adornata di tatuaggi, collanine e

braccialetti d'oro! Brilla tutta radosamente come un sole! Che spettacolo! Cominci a passeggiare e vuoi comprarti un souvenir da portare a casa ed ecco apparire un paio di "Watussi", alti 2 metri veramente! Ti spiegano, ti raccontano, sono gentilissimi e ridenti! (li avevi visti solo in TV così veri). Il pomeriggio lo dedichi al mare, calmo, pulito, trasparente e un sole molto più caldo di quello che la tua pelle è abituata ad assorbire da noi. Viene la sera... che faccio? Dove vado a sognare? Ecco, vedo un chiosco che annuncia birra tedesca a un euro il boccale medio! Anche qui, con il pensiero voli assaporando l'avventura di essere in un altro paese, parlano tedesco fra di loro... sono a Berlino o a Monaco di Baviera?... ho già adocchiato un altro localino con cameriere che servono vodka vestite da matroske! La sera non mancherò di visitare Mosca! Vedo anche molti cinesi, ma questi oramai non ci sorprendono più perché siamo abituati ai loro localini tipici anche in Italia. La prima giornata è stata magica! Ripeterò sempre che quest'isola offre una vera magia, facendoti sognare... con un po' di fantasia!

Fanny Bailey

Chiuse fino a nuovo avviso

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5465

con le sue caratteristiche e servizi, con diversi livelli di affluenza. La verità è che da Tacoronte a Buenavista ci sono molti posti da scegliere per fare un tuffo anche se tre fra i preferiti sono chiusi in questo momento per vari motivi e lo saranno per tutta l'estate o fino a nuovo avviso, cioè, alla fine dei lavori che si decidono o iniziano a farsi in loco. Problemi per San Telmo a Puerto de la Cruz, chiuso per

Tenerife nord può sempre vantare spiagge, piscine e zone di balneazione, ognuna

lavori di miglioramento che interessano l'emblematico lungomare. La realizzazione è prevista per dicembre, ma ancora non si può garantire per quanto tempo rimarrà la restrizione. La spiaggia di La Arena, a Mesa del Mar, a Tacoronte sarà sicuramente chiusa per tutta l'estate, perché il lavoro per ridurre la probabilità di frane sul versante prenderà sei mesi. Le opere previste hanno una scadenza di sei mesi dall'aggiudicazione dell'appalto, e ci sono ancora diversi passaggi che devono essere superati. Questa spiaggia è stata chiusa più volte per la caduta di massi, alcuni di grandi dimensioni, come è avvenuto alla fine di gennaio. Di Los Patos abbiamo detto in un altro articolo.

Bina Binella



Gli spazi della morte a La Orotava



PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5455

A La Villa di La Orotava adesso esiste una guida per conoscere alcuni degli spazi più importanti legati alla morte che si conservano in città. Questa rivelerà le sepolture nelle chiese, gli ingressi alle vecchie cripte, i mausolei delle elites locali o curiosità come il mausoleo del Marchese di La Quinta Roja. La guida presenta, in retrospetti-

va storica, patrimoniale e turistica, un tour dei nove luoghi più significativi collegati alla morte nel paese: chiese, cappelle, tombe, croci e, naturalmente, il cimitero della città, dichiarato Bene di Interesse Culturale. Poi la Ermita de Santa Catalina, dentro La Piedad; le chiese di San Juan, San Francisco, San Agustín La Concepción e Santo Domingo; il citato mausoleo del marchese di La Quinta Roja e La Cruz de los Ahorcados. "Gli spazi della morte a La Orotava" è un lavoro

di un professore dell'Università di Las Palmas de Gran Canaria, Sebastián Hernández Gutiérrez, che ha progettato un itinerario culturale attraverso i principali e più suggestivi luoghi associati con la morte nella città, "ma vista da un punto di vista antropologico e con il massimo rispetto". Questa pubblicazione, con un linguaggio chiaro e rispettoso, parla di un interessante argomento, sconosciuto per molti. Si rivolge pertanto sia ai turisti che ai residenti, che vogliono saperne di più sull'eredità dei nostri antenati e la loro stretta relazione con la morte. L'editore delle LeCanarien Ediciones, ha sottolineato che "il rilievo principale del lavoro è l'indubbia ricchezza iconografica e artistica di La Orotava, soprattutto in epoca barocca, della quale ancora si conserva il patrimonio mortuario, che è molto importante".

dalla Redazione

Megacentro commerciale da tredici ettari! Preparatevi a rompere i salvadanai

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5453

Il sindaco di Adeje ha dichiarato che nella "macroparcella" dell'area industriale di Las Torres, dove si prevede di realizzare un parco commerciale di considerevoli dimensioni, si deve bilanciare l'utilizzo commerciale del terreno con quello per il tempo libero. In questo spazio, situato tra la strada di accesso a La Caleta, l'eliporto e l'urbanizzazione del campo da golf Costa Adeje, si dovrebbe raggiungere un equilibrio dell'uso del suolo, dove il commercio potrebbe coesistere con un parco a tema. Lo sviluppo di questa zona porterebbe benefici sia per i residenti che per i turisti che soggiornano negli alberghi e negli appartamenti nel sud di Tenerife. C'è una società internazionale da tempo interessata ad investire in quel luogo, per creare un parco a tema dedicato agli animali preistorici. Il rappresentante di questa società ha fatto una serie di richieste al Comune circa la possibilità di sviluppare il loro progetto e le trattative sono in corso. Sembra che l'idea piaccia a diversi membri della maggioranza socialista del Comune di Adeje.

Il terreno è di proprietà dell'imprenditore Ambrosio Jiménez, che vuole realizzare in questa zona il futuro sesto centro commerciale della Spagna per dimensioni. Per realizzare questa proposta, intanto la Commissione per la pianificazione e l'ambiente delle Canarie (Cotmac) deve approvare definitivamente la revisione parziale del piano di gestione generale in questo settore, estendendo gli spazi ad uso commerciale dagli attuali 32.135 metri quadrati ai 127.000. Ed è qui che i rappresentanti di piccoli e medi imprenditori a Adeje "gridano vendetta al cielo", perché ritengono inaccettabile la riqualificazione di tali terreni, e hanno già "messo le mani avanti" avvertendo che porteranno la questione davanti ai tribunali. Gli imprenditori di Adeje e Sud di Tenerife sostengono che il suddetto "megaprogetto commerciale" genererà perdite alle piccole imprese tradizionali, con cessazioni di attività e la perdita di posti di lavoro. Prima di iniziare la costruzione vera e propria del grande parco commerciale, si devono affrontare assolutamente diverse pratiche burocratiche, compreso un perio-

do di informazione pubblica. Il sindaco di Adeje ha spiegato che una società di proprietà dell'imprenditore Ambrosio Jiménez ha ottenuto per il momento la licenza per fare lo sgombero di terra per la parcella di 32.135 metri quadrati di suolo edificabile, già in possesso dell'uso commerciale. Il permesso è stato chiesto e ottenuto da quasi un anno, manca quindi poco che questa autorizzazione vada a scadere. In ogni caso, da qualche giorno, nel parcheggio vicino all'ex Tropicana, sono parcheggiate diverse macchine per il movimento terra e autocarri, che presumibilmente serviranno a realizzare i lavori in zona. Allo stato attuale non c'è nulla di definito per il megaprogetto, anche se sono state portate avanti delle domande di autorizzazioni. Comunque il Comune dice che non può revocare la licenza già concessa per il movimento terra. (Ndr si sente la nostalgia italiana per le GRANDI OPERE, i portafogli sembrano sempre più vuoti e si continua a costruire posti dove spendere, staremo a vedere)

Franco Leonardi

Tornano le feste sulle spiagge come attrattiva turistica



PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5457

L'assessore al Turismo di Adeje, Rafael Dolado e il consigliere delle coste di Arona, Antonio Sosa, difendono la celebrazione di questi eventi, a condizione che non danneggino il litorale. Essi concordano sull'importanza di poter ripristinare la celebrazione di feste "moderate" sulle spiagge di entrambe le città turistiche. La nuova legge costiera, approvata nel maggio dello scorso anno, apre la porta alla celebrazione di tali eventi per i turisti, a condizione che si rispetti la massima cura per l'ambiente e ci sia un piano di sicurezza con adeguate garanzie. Questo tipo di feste sarebbero molto diverse dai grandi concerti che si concludevano con le spiagge gravemente danneggiate. Le municipalità sono quindi in attesa che il regolamento venga adottato. Attraverso queste

norme, quando un promotore chiede di organizzare una di queste feste, il consiglio deve esprimere parere favorevole o contrario, ma è la Demarcación de Costas che autorizza o impedisce lo svolgimento della manifestazione. Per l'assessore al Turismo, una cena con festa d'addio in alcune delle spiagge di Costa Adeje è una iniziativa "che dà ai partecipanti un'immagine molto buona della località". Questo tipo di attività genera occupazione, ed è ovvio che, in questi casi, i costi delle attività di sicurezza dovrebbero essere sostenuti dagli organizzatori dell'evento che, svolgendosi vicino al mare è molto attraente per i turisti e i residenti e questo gli garantisce un alto tasso di successo. Le feste sulle spiagge tornano ad essere considerate quindi un'attrazione irrinunciabile, pur nel pieno rispetto dell'ambiente.

dalla Redazione

Per la tua pubblicità
chiamaci ai numeri:
(dalla Spagna)
+34 - 626 196 125
(dall'Italia)
+39 - 333 522 9413



Punto Auto
Tenerife

Tel.Officina: 922 735 839
Tel.Cellulare 622 861 926

PROFESSIONALITÀ ITALIANA
chiedi di Matteo

Diagnostica pre-collauda ITV
Meccanica generale
Pneumatici

PIRELLI **BRIDGESTONE**
YOKOHAMA **Continental**



Autopista TF1 dopo Las Chafiras in direzione sud adiacente al distributore BP - 38620 La Orotianda, San Miguel de Abona - Puntoautotenerife@gmail.com

CIBO SCADUTO: quando si può mangiare e quando no

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/5444

Diverse volte con il cibo scaduto si incorre in dei veri e propri sprechi. Spesso finiamo con il gettare nella spazzatura gli alimenti, la cui data di scadenza appare sorpassata. Lo stesso discorso vale anche per il cibo congelato, perché, una volta scaduto, crediamo che non vada ingerito. Non sempre questa regola vale, a volte si può mangiare, ma tutto dipende dalle condizioni in cui si trova. **Bisogna stare attenti, perché gli effetti potrebbero essere anche gravi e si potrebbe arrivare all'intossicazione.**

Vediamo come regolarci:

Per la carne confezionata la durata è, in generale, di una settimana. Più che altro dobbiamo guardare come appare questo alimento. Se vediamo che la polpa è diventata scura e il grasso è ingiallito, dovremmo stare attenti. Il cioccolato ha una durata piuttosto lunga, che corrisponde circa ad 1 anno. Tra l'altro, se la tavoletta viene protetta dal calore e dall'umidità, può restare buona da mangiare anche per mesi oltre la data di scadenza. Se non prendiamo gli adeguati accorgimenti, si forma una patina bianca, determinata dal burro di cacao che arriva in superficie.

Per le verdure in busta non vale una regola generale, perché tutto dipende dal tipo di vegetale e dal taglio effettuato. Potremmo fare riferimento a 1 settimana circa, però è sempre il nostro sguardo che deve suggerirci che cosa fare: se sono ancora belle, possono essere mangiate. L'unico problema consiste nel fatto che contengono via via una dose sempre più ridotta di vitamine. L'olio extravergine d'oliva dura fino a 18 mesi dal confezionamento. In ogni caso dobbiamo essere particolarmente attenti, perché va protetto dal calore e dalla luce. Per fare questo, bisogna chiudere bene il tappo e poi avvolgere la bottiglia con la carta alluminio.

Il latte fresco ha una durata di 5 giorni a partire dal confezionamento. Il giorno dopo la data di scadenza generalmente

l'alimento è ancora buono da mangiare. Per non rischiare, va fatto bollire. Lo yogurt può essere mangiato fino ad un mese dal confezionamento, anche se, man mano che il tempo passa, i fermenti lattici, diminuiscono in quantità. Per quanto riguarda il burro, ricordiamoci che può essere usato entro 1 settimana dopo la data di scadenza: è importante, però, che non sia ingiallito. I formaggi freschi confezionati possono essere mangiati nel giro di 2 o 3 giorni dopo la data di scadenza. È fondamentale, comunque, che la superficie non sia alterata. Discorso un po' diverso per quelli stagionati, la cui durata va anche oltre 1 mese dalla data di scadenza.

Non occorre nemmeno che le uova, se sono fresche, vadano conservate in frigorifero, perché possono durare fino a 20 giorni. Se si tratta di prodotti acquistati nei negozi, bisogna ricordarsi di consumarli entro 2 o 3 giorni dopo la data di scadenza, ma mai crude. La data di scadenza è fondamentale per la sicurezza dei cibi, per farci capire se un cibo può essere consumato oppure no. Essa deve essere visibile in maniera perfetta sulla confezione, scritta a caratteri grandi e su uno sfondo chiaro. Il discorso vale soprattutto per gli alimenti freschi, come le uova, il latte e i prodotti caseari.

Come conservare gli alimenti in frigo

La conservazione degli alimenti in frigo non deve essere affidata al caso, ma deve rispettare delle regole specifiche. Bisogna stare attenti a mantenere le varie confezioni staccate dalla parete di fondo, per evitare il contatto con l'umidità. Gli alimenti crudi dovrebbero essere separati da quelli cotti e questi ultimi dovrebbero stare ben chiusi all'interno di contenitori. Dobbiamo ricordarci che i latticini assorbono gli odori, quindi anche questi vanno riposti in confezioni ben sigillate. Per proteggere i formaggi, come il grana o il parmigiano, si possono usare la carta oleata o i fogli di alluminio. La frutta e la verdura devono restare ben pulite in sacchetti con dei fori.

dalla Redazione

Capelli bianchi: che raffinatezza!

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/5448



I capelli sono costituiti dalle cellule dell'epidermide, e hanno bisogno di essere nutriti. I capelli ricevono questo sostentamento dalla sostanza oleosa che viene secretata dalle ghiandole sebacee della pelle, che è allo stesso tempo responsabile della determinazione del colore. La melanina, insieme a questa particolare sostanza,

si occupa dell'effettiva colorazione della capigliatura. Quando, per qualsiasi motivo, la melanina inizia a diminuire, le radici dei capelli e le cellule non ricevono più la colorazione necessaria a mantenere vivo il tono naturale, e quindi tenderanno sempre più verso una colorazione grigia, sino a quando non diventeranno completamente bianchi. Sebbene non vi sia un metodo unico per evitare che questo fenomeno accada nella vita, ci sono dei rimedi naturali che possiamo utilizzare, soprattutto se pensiamo che i nostri capelli sono una parte del nostro corpo che ci conferisce una particolare connotazione estetica, anche se in questi ultimi anni l'aver i capelli bianchi è diventato quasi una moda, o per lo meno non è più così grave este-

ticamente come anni fa. L'uomo brizzolato è da sempre considerato molto affascinante, ma anche la donna completamente bianca di capelli, oggi (finalmente!!) è diventata icona di raffinatezza ed eleganza. Molte attrici e molte donne famose portano con disinvoltura i propri capelli bianchi. Il bianco però tende ad ingiallire ed allora non è più bello e dà una sensazione di vetusto, basta usare alcuni semplici rimedi naturali per mantenerlo sempre brillante e non giallo: sciacquare regolarmente i capelli con acqua e limone, oppure con acqua e aceto di mele o di vino, può essere un buon sostituto ai prodotti chimici che si trovano in commercio, e che spesso sono troppo aggressivi per i capelli e per il cuoio capelluto. E attenzione all'esposizione ai raggi solari, il capello bianco è più delicato e fragile!

Giorgia Fede

Con i piedi per terra

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/5446



Problemi di schiena o di piedi? Attenzione alle scarpe. Noi esseri umani, stranissimi animali bipedi, siamo stati programmati per camminare non su terreni piani con scarpe comode, ma su territori scoscesi e frastagliati. Pietre, sassi, sabbia e tutto ciò che fa lavorare i nostri piedi nudi è dunque un toccasana. Poche persone amano camminare scalze. Fin da piccoli ci "infilano" scarpe e scarpette di varie forme, molto carine e divertenti alcune, ma sicuramente molto poco sane per i nostri piedini. Del resto sarebbe

impensabile camminare scalzi in città, con lo sporco che c'è per le strade, o i pericoli insidiosi che si possono nascondere a livello sanitario. L'ideale dunque è farlo in spiaggia. Qui nelle isole poi si sarebbe anche avvantaggiati: abbiamo spiagge di sabbia fina e chiara, spiagge di sabbia nera e grossa, e sabbie di sassi e ghiaia, quindi si può variare di continuo la stimolazione delle nostre piante dei piedi, come in un vero e proprio centro podologico "naturale". Ecco una valida terapia per migliorare lo stato delle tue ossa e della tua colonna vertebra-

le. Quindi cosa c'è di meglio che una bella passeggiata sugli scogli? Sempre che questa passeggiata non la si faccia su tracciati troppo pericolosi. Per i bambini poi è un vero e proprio toccasana per lo sviluppo corretto della pianta del piede, e di conseguenza per la postura del corpo. Infatti una buona postura previene in età adulta molti dolori articolari, sia alle ginocchia che alle anche e alla schiena. Per gli adulti aiuta a risolvere i problemi di circolazione e vene varicose, soprattutto nelle donne incinte. E per ultimo, ma non meno importante, soprattutto in questi anni, aiuta a diminuire le micosi ai piedi che ultimamente stanno propagandosi nella popolazione, vuoi per l'uso molto frequente e molto di moda di scarpe da ginnastica e spesso anche per l'uso di calzature non in pelle vera e traspirante. Quindi tutti al mare scalzi!

Annalisa Grazi

"Quattro salti a Palm Mar"

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/5451

Devo farmi visitare per forti dolori alla schiena!!!! Ho preso casa a Palm Mar e, facendo i dovuti conti, mi toccano circa dai 4 ai 6 percorsi di guerra quotidiani sui dossi delle vie del comprensorio; la mia schiena è al limite, la mia auto comincia a scricchiolare e mia moglie continua a chiedermi se non posso evitarli!!!! Ho provato a saltarli,

evitarli ma mi toccherebbe... passare sui marciapiedi, già qualcuno, sotto l'arco d'ingresso, in entrata e senza l'uso della freccia, si butta dall'altra parte della carreggiata in cui non esiste l'ultimo (o primo) sobbalzo. Mi sto seriamente interrogando se sia il caso di formulare un esposto alle locali polizie per sapere se, quantomeno, ho diritto ad un risarcimento per il danno perpetrato alle sospensioni della mia auto. Spesso dopo pranzo, uscendo da casa per andare in autopista, mi

trovo la digestione seriamente compromessa dai "salti", le varie minchiate appoggiate in auto volano ovunque, nonostante il contenimento assoluto della velocità entro i limiti consentiti: 40 km/orari. Temo fortemente per la resistenza dei miei ammortizzatori, ma ancora di più temo per la mia schiena, assolutamente insostituibile, al contrario degli ammortizzatori che dovrei ordinare negli Stati Uniti. Qualcuno può aiutare il sottoscritto a sottoporre il problema alle autorità competenti??? Me l'ha chiesto anche il mio amico Franco!!! ... e lui non scherza!!!

Anonimo



Per la tua pubblicità
inviaci una E-mail a
info@leggotenerife.com
o chiamando al 626 19 61 25
o dall'Italia +39 333 5229413

“Certificado medico oficial”

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5440

Un evento che può capitare raramente e proprio per questo può diventare difficile da affrontare: un vostro familiare è in vacanza da voi, residenti a Tenerife, con un periodo di ferie dal lavoro e accade un imprevisto che lo costringe al ricovero ospedaliero.

Adesso c'è la tessera sanitaria Europea e non ci dobbiamo preoccupare, basta esibirla assieme al documento di identità e si hanno tutte le cure come in Italia. Il problema viene dopo. Una volta dimesso dall'ospedale potrebbe essere necessario un periodo di convalescenza e qui scatta l'inghippo: per l'ospedale il paziente

è dimesso, quindi può tornare in Italia e al lavoro, ma allo stesso tempo prescrive un periodo di degenza ma non i rimanenti. In Italia basterebbe il medico di famiglia ad assegnare tot giorni di convalescenza post ospedaliera, ma all'estero, dove non abbiamo un medico di famiglia, è impossibile. E qui ci viene incontro un documento che pochi conoscono: il “Certificado medico oficial”. Questo foglio di carta del costo di 3 Euro si dovrebbe trovare in tutte le librerie o farmacie, ma dopo svariati giri a vuoto finalmente lo abbiamo trovato alla farmacia di Los Cristianos sotto l'Ofipapel. Con questo documento basta andare dal vostro medico “de cabecera”, il quale potrà riportare quanto scritto sul referto



ospedaliero, e assegnare il periodo di convalescenza che ritiene utile in base alla valutazione di tutta la situazione. Naturalmente ogni caso sarà a parte a seconda dell'evento, ma se vi doveste trovare in una situazione simile sappiate che la soluzione esiste.

Silver Nervuti

Lo stress – Il costo della paura

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5436



La paura è una delle nostre emozioni primarie e, anche se spesso fastidiosa, in molte occasioni risulta necessaria per non agire in modo temerario o pericoloso. In situazioni in cui la nostra vita è in pericolo, è uno strumento eccezionalmente utile, in quanto crea la giusta dose di stress per reagire in maniera consona agli stimoli, anche senza che ce ne rendiamo conto. Il problema sorge quando usiamo la paura più del necessario, e nel periodo storico attuale la paura dirige la vita di moltissime persone. Sono paure irrazionali, che il più delle volte rappresentano il timore che quello che ci sta disturbando oggi possa continuare nel futuro, oppure che qualcosa non ancora accaduta e che forse non accadrà mai potrebbe causarci dolore, sofferenza o un altro malessere. Allora temiamo la perdita del lavoro e il suo risultante abbassamento del tenore di vita, e abbiamo paura per la disapprovazione che questo evento potrebbe generare. Temiamo di non piacere agli altri e di poter essere esclusi dagli ambienti di cui sentiamo di far parte, abbiamo paura di un “eventuale” tradimento e di moltissime altre cose. Quindi sappiamo che desideriamo essere felici ed in pace con noi stessi, ma per una triste

ironia, la natura della paura ci rende ansiosi e non ci lascia in pace! Per quello che riguarda il corpo e le sue reazioni fisiche, la paura è un segnale di pericolo. Se fossimo inseguiti da un orso le nostre reazioni sarebbero automatiche, il ritmo cardiaco aumenterebbe, la respirazione verrebbe alterata, i muscoli si tenderebbero e la pelle comincerebbe a sudare; mentre la digestione, la riproduzione ed altri processi che non sarebbero ritenuti necessari all'emergenza del momento verrebbero rarefatti. Il corpo si prepara all'azione: affrontare o fuggire, generando uno stato di stress costante, prolungato, non giustificato e soprattutto dannoso. Il problema sorge con tutte le paure “non necessarie”, psicologiche e spesso immaginarie, perché ottengono le stesse reazioni fisiche. E' per questo che spesso ci troviamo ad avere il cuore che batte con forza, i palmi delle mani sudati, ed i muscoli del corpo tesi, stiamo reagendo alle preoccupazioni presenti nella nostra mente. In generale queste minacce finiscono sempre per essere falsi allarmi, tuttavia il nostro corpo non può tornare ad uno stato di quiete tanto velocemente come quando si mette all'erta per un pericolo, e con così tante paure e preoccupazioni non ha il tempo di riprendersi, rimanendo quindi in stato di stress permanente. Il costo di tutto ciò sul nostro fisico si manifesta in molte maniere: dolori e sofferenza, indigestione, insonnia, pressione arteriosa alterata, allergie e malattie in generale. Sulla mente ha effetti altrettanto devastanti, retroalimentando i pensieri, emozioni e comportamenti che lì ci hanno condotto. Il nostro

giudizio si deteriora, tendiamo a commettere più errori, a sentirci depressi ed ostili davanti agli altri, ad agire meno razionalmente etc. Tutto questo preoccuparci, genera milioni di pensieri costanti, un dialogo interno che ci mantiene ancorati al tempo tra passato e futuro e, mentre la nostra attenzione si mantiene in questi due momenti, il nostro mondo presente non è vissuto come realmente si presenta, ma mediante i giudizi di ciò che è accaduto e la paura di ciò che potrebbe accadere. La maggior parte della nostra vita è vissuta al passato e al futuro, e per questo spesso neanche ci rendiamo conto di quello che ci sta succedendo intorno, siamo talmente assorti nelle nostre preoccupazioni che la vita ci scorre attraverso. E' in questo modo che perdiamo il momento presente: IL QUI E ORA. Questo preciso momento è tutto ciò che esiste, è l'unica realtà, perché il passato è andato via per sempre ed il futuro ancora non è arrivato. Se portiamo la mente all'attività del momento, se calmiamo il rumore dei nostri pensieri per focalizzarci nella realtà fisica che ci circonda e sulle sensazioni che proviamo nel presente, saremo in grado di sperimentare gradualmente un meraviglioso e spesso sconosciuto benessere. Se è vero che questa è un'epoca in cui i livelli di stress hanno raggiunto i massimi storici è anche vero che esistono moltissimi strumenti per cambiare, migliorare la propria esistenza e tornare ad essere i conduttori consapevoli della propria vita.

Marianna Liberatore
Master Reiki
Operatrice olistica
e di tecniche Psicoenergetiche
Mov. +34 640248219

I cibi che “minano” la nostra intelligenza

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5438

Lo **zucchero** si può far rientrare benissimo fra i falsi miti alimentari, da non sottovalutare. E' vero, infatti, che esso è fondamentale per conferirci l'energia di cui abbiamo necessità, ma tuttavia non dovremmo abusarne, perché potremmo ricavarne dei problemi a livello mnemonico e cognitivo. Oggi si fa un grande uso dello **zucchero**, il quale spesso viene impiegato largamente anche negli alimenti pronti. Molte volte il suo utilizzo serve soltanto a mascherare la poca qualità degli ingredienti usati. I **dolcificanti artificiali** vengono spesso utilizzati perché apportano meno calorie dello **zucchero**, a fronte di un elevato potere dolcificante. In ogni caso si tratta di prodotti di derivazione chimica, che non possono passare inosservati. Su questo argomento ci sono diversi studi, che hanno messo in evidenza come da questi dolcificanti potrebbero derivare alcune sostanze, come la formaldeide e il metanolo, altamente nocive per il nostro organismo. Secondo alcune ricerche scientifiche, questi elementi potrebbero avere un ruolo importante anche nello sviluppo del cancro al cervello. Il cosiddetto **cibo spazzatura** creerebbe una sorta di dipendenza, difficile da riuscire a contrastare. Il tutto sarebbe provocato dagli effetti che questi alimenti avrebbero sulla dopamina, il neurotrasmettitore che è il principale responsabile del nostro buonumore. Di certo il

fenomeno di dipendenza sarebbe da evitare, perché instaurerebbe un circolo vizioso, che ci spingerebbe a non poter fare a meno di cibi non proprio salutari, come i grassi, i fritti, i panini troppo farciti e le bibite. Ripercussioni sull'intelligenza avrebbero anche le **patatine fritte**, soprattutto quando vengono cucinate senza cambiare l'olio utilizzato per la frittura. Quando l'olio raggiunge temperature molto alte, si forma l'acrilamide, che può essere considerata a tutti gli effetti una sostanza tossica per il nostro organismo. Da tutto ciò deriverebbero delle conseguenze anche sulle capacità cognitive, al pari di quelle riscontrabili con il consumo frequente di cibi preconfezionati ed eccessivamente lavorati. Particolare attenzione dovrebbe essere prestata anche agli **insaccati**, dei quali non si dovrebbe fare un consumo regolare. I problemi non vanno ricondotti soltanto al fatto che essi si caratterizzano come alimenti ricchi di sale, che mette a rischio il nostro benessere. Gli **insaccati** contengono anche nitrito di sodio, una sostanza molto pericolosa: la ricerca scientifica ha dimostrato che è proprio il nitrito di sodio ad essere implicato nello sviluppo di carcinomi al cervello.

da uno studio
dell'Università di Montreal



Marianna Liberatore Operador del Bienestar Psicofisico

EFT - Matrix
Reiki Usui - Reiki Universal - Reiki Om
Reflexología Plantar
Masaje Ayurvedico de drenaje
Masaje Relajante
Tecnología Espiritual
Experta de la ley de atracción

Ctra General, 19 Guaza - Arona
640 248219

mariannaliberatore@gmail.com



Motocross a Tenerife: sia per gli spettatori che per i praticanti!

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/5430



La definizione di "motocross" è lo sport di moto che corre intorno a una pista sterrata. Originariamente chiamato "trial" e "scrambling", il nome proviene dal francese "moto" e da "cross-country". Motocross 365

Questo circuito motocross professionale standard è stato fondato ed è gestito dal quattro volte campione BMX dell'Australia Occidentale Jason, aiutato dalla sua compagna Tracey, che proviene dal Sud Africa. La pista è utilizzata per le competizioni professionali e per le prove durante tutto l'anno (vedi sotto),

ma è anche aperta al pubblico, quindi chiunque può andare a fare un giro. Lungo circa un miglio, il circuito contiene rettilinei lunghi veloci e grandi salti. E' regolarmente inaffiato per mantenerlo in condizioni ottimali. Si può noleggiare una moto per un tanto al giorno.

Prezzi di noleggio

1-2 giorni: 190 € al giorno
3 giorni o più: 170 € al giorno

Orario di apertura
inverno: 14:00-07:00
estate: 15:00-20:00

I prezzi includono attrezzatura di base e supporto. E' necessario che tutti i piloti abbiano l'abbigliamento adatto, stivali, pantaloni, la protezione del torace, guanti, casco e occhiali. Se non l'avete, Motocross 365 è in grado di fornire tutto per 20 euro. E' inoltre consigliabile avere un'adeguata assicurazione medica per praticare questo sport. Dall'autostrada TF-1, prendere l'uscita San Miguel/Las Chafiras, seguendo poi le indicazioni per San Miguel. Fare attenzione al cartello

Aldea Blanca e, poco più avanti sulla destra, vedrete il centro MX. Il circuito di motocross di cui sopra viene utilizzato tutto l'anno per le prove di "dirt bike", per i turni preliminari nel campionato MX spagnolo. Tutti questi culminano nel grande evento finale, il Motocross Internacional de Tenerife GoldenTyre Trophy, in programma all'inizio di dicembre e di solito frequentato da migliaia di spettatori. Vi è una classe aperta a tutte le categorie di piloti e il primo giorno del concorso consiste in un'eliminazione. Il secondo giorno, i piloti che si sono qualificati prendono parte a tre batterie di 20 minuti, seguite da due giri del circuito. Tutti i risultati contribuiscono a eleggere un vincitore, e i primi cinque piloti riceveranno un premio in denaro da un montepremi di 100.000 euro.

Per maggiori dettagli:
(+34) 686460902 - info@mxtenerife.com
Attualmente il sito www.mxtenerife.com è in fase di restaurazione.

dalla Redazione

El Medano:



paradiso del Kitesurfing

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/5428

Grazie ai venti alisei che soffiano con intensità durante la maggior parte dell'anno, l'isola di Tenerife è diventata un must per gli amanti del Kitesurf, del Surf e del Windsurf. L'ideale per il Kite è El Medano, dove si trovano varie scuole di kitesurf dove imparare questo sport divertente. Anche solo affittando il materiale o facendo un corso di formazione o di sviluppo, la pratica del Kite diventerà uno dei motivi per cui ci si innamora dell'isola di Tenerife dove, grazie al clima mite, è possibile praticare il Kitesurf durante tutto l'anno. El Me-

dano è sede mondiale del campionato di Windsurfing e la pratica del Kitesurf è andata guadagnando popolarità nel corso degli ultimi anni, affiancandosi a Tarifa a Cadice o a Sotavento a Fuerteventura. La spiaggia del Medano, con la Montaña Roja accanto e il Pico del Teide a mo' di vedetta, è un posto che non si dimentica se vi piace il Kite. L'ambiente di surfisti, le scuole di kite, i fotografi del kite, i bar e i ristoranti, il tutto in una splendida cornice e un clima ideale. Venite a godervi il Kite a Tenerife, affascinante come in nessun altro posto!

Ugo Marchiotto

Golf: L'allenamento non basta mai

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/5150

Suddivisione della pratica di allenamento:



1-riscaldamento
2-controllo dei fondamentali
3-verifica dell'allineamento ai bersagli (address)

Il **riscaldamento** deve diventare parte integrante della sessione di pratica. E' necessario per mettere "in temperatura" i muscoli, che serviranno per l'effettuazione dello swing.

Si divide normalmente in 3 parti:

-**Stretching** (anche negli spogliatoi secondo le istruzioni del preparatore atletico)
-Una serie continua di swing a vuoto, senza che il bastone si fermi (15-20 swing)
-Una progressione di colpi, partendo da mezzi swing, che diventeranno swing pieni entro le 10 palline successive.

I **fondamentali**: è proprio sul campo pratica dove, sotto la guida del maestro, il giocatore controlla i propri fondamentali, a partire dal principiante per terminare con il professionista affermato; è la fase dove il volo della palla non conta, è importante solo quanto è fedele la riproduzione del fondamentale che si sta praticando (ovviamente per ricordare cosa sono i fondamentali Vi rimando ai miei articoli precedenti)

L'**allineamento**: in questa fase allenatevi a colpire palline verso bersagli scelti da voi. Per ogni colpo ripetete la routine che normalmente utilizzate per

allinearvi (questo è quello che rende la pratica molto vicina a ciò che poi dovrete effettuare in campo). Cambiate bersaglio spesso e di conseguenza anche i ferri/legni quando possibile. Se notate che i colpi peggiorano abbandonate questo tipo di pratica e ritornate a concentrarvi sui fondamentali. Cercate di tenere distinte queste due fasi di pratica: quando pensate al bersaglio non concentratevi sullo swing e viceversa. La pratica: variare il tipo di pratica è divertente, e l'obiettivo è sempre quello di renderla molto simile a quello che vi potrebbe succedere in campo. Qui dovete lavorare di fantasia, immaginando di essere sul percorso e cambiare i ferri/legni a seconda del tipo di buca che si sta "virtualmente" giocando.

LE LEZIONI DI GOLF CON IL VOSTRO INSEGNANTE:

Parliamone: oggi molti iniziano a giocare a Golf perché portati al campo da amici o per curiosità, iniziano con delle lezioni di gruppo, poi alcune lezioni individuali e poi in campo a cercar di guidare la pallina in centro pista, convinti di poter partire per mete lontane... Addirittura ancor prima di vedere uno score decente, un dilettante è capace di pensare a come poter

cambiare questa passione in business, ed invece si torna alle prime lezioni di gruppo... si perché dovete sapere che un buon insegnante accompagna passo passo il proprio allievo nei vari stadi di avanzamento dello swing. L'insegnante è come un'impresa edile... inizia con lo scavo per conoscere la persona ed entrare nella sua psiche, metterlo a suo agio, determina bene le misure dei plinti, i basamenti, poi i cordoli, per poter posizionare bene gambe e braccia e così le fondamenta solide o se volete i FONDAMENTALI. Ma come dicevo siamo alla base e poi

dovremo imparare ad andare avanti, si o no? E così via con la parte del back-swing, down-swing, follow-through ed infine finish. Ma come proseguire se già con la Vostra mente e con le ambizioni siete arrivati a criticare una flappa di Tiger??? Programmate con il vostro insegnante una lezione o due alla settimana, se potete, almeno non buttate via dei mesi di buon divertimento se non anni. Ciao a tutti e Buon divertimento!

Cosimo DELFINO

Tornei Golf giugno 2014

7 giugno Grande torneo Hotel Jardin Tropical nel campo Abama Golf
14 giugno Torneo benefico Rotary Club per recuperare fondi da destinare alle mense scolastiche, golf Costa Adeje
21 giugno Torneo benefico a favore del centro ippico Altoanna, Golf Costa Adeje
21 giugno Campo di Las Americas, Torneo sponsorizzato da Heineken
28 giugno 3ª prova del circuito dilettanti nel campo di Golf del Sur sponsorizzato dall'Hotel San Blas



Facebook Dawn Patroller Surf Shop
Website www.dawnpatrollersurf.com

Surf Shop

RIPARAZIONI E VENDITA DI TAVOLE DA SURF

C.C CITY CENTER | PLAYA DE LAS AMERICAS | TENERIFE

il GURU racconta...

AGGEGGI BLU

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5426

...durante quel periodo si ricordava la tempesta tropicale che spazzò via il porto del paese e inghiottì la banchina con tutte le sue barche... è da qualche settimana che lungo il paseo sorgono "aggeggi" color blu, con una piccola piattaforma di sostegno agganciati al terreno; li chiamano CANNOCCHIALI PANORAMICI. Solitamente i bimbi si divertono a ispezionare il mare, il turista lo usa per esplorare paesaggi e sbirciare su qualche imbarcazione, ma capita anche che la persona più strana che mi sia capitata sta settimana si impadronisca per ore del CANNOCCHIALE e ne faccia uso proprio... Vestito



con accappatoio rosso, infradito rosse, capelli esplosi dalla salsedine e viso corroso per l'assenza di protezione 30; eccolo ancora una volta afferrare l'"aggeggio" e bestemmiando con rabbia, scalcia e roteare e roteare e ancora e ancora... poi fermarsi, immobile: "Dove sei!!" strillava e con il pugno serrato ripeteva: "arriva, dai arriva, basta, adesso devi tornare sono stufo di aspettare!!...". Nessuno aveva il coraggio di bloccare il suo rituale, sembrava quasi che la gente sapesse cosa stesse facendo e in qualche modo lo assecondasse... Sapete durante quel periodo di ricordo si forma un gruppetto di vecchi pescatori, malinconici, rassegnati, che, depositando in mare barchette colorate pregano. Ognuno vestito dello stesso colore della propria barca; giacca e pantaloni gialli con barca gialla; maglia blu e calzoncini blu con barca blu; cappello verde e scarpe verdi con barchetta verde; accappatoio rosso con infradito rosse... la tempesta inghiottì la banchina con tutte le sue barche poi restituite dal mare, solo una non venne più ritrovata era color...

il GURU Rosso



Girando...qua e là

Il vivere in questa parte dell'isola, a Los Cristianos, è come vivere a Rimini o Riccione in Italia. Al posto del Mar Mediterraneo abbiamo un Oceano Atlantico meraviglioso, e ancor di più un clima annuale invidiabile, e tutto ciò porta un contesto di turismo molto elevato, anche se, a dir la verità, l'età turistica è abbastanza alta... Fatta questa prefazione devo però dire che tante persone, tedesche, inglesi, olandesi, ma soprattutto italiane, stanno investendo in questo spazio di territorio, aprendo nuove attività. Panetterie, gelaterie, pub's, piccoli ristoranti e pizzerie sono costantemente gli indirizzi più gettonati da questi nuovi arrivati. La voglia di "provare" ad avere una propria attività è molto sentita. Come si sa, il mese di maggio è un periodo di transizione per quest'isola, ma la voglia e la costanza dei nuovi gestori dà ancora una volta la spinta ad una nuova economia. Pare che prossimamente si realizzi una nuova parte di spiaggia, un hotel a 5 stelle super lusso Hilton, nuovi centri commerciali, e un altro mega progetto che darà l'ennesimo input turistico-economico a Tenerife, e un bene per tutti noi che lavoriamo. Nella prossima edizione avrò modo così di descrivere alcune di queste nuove attività. Nel frattempo, vi consiglio per chi vuol scoprire sapori mediterranei, e soprattutto veneziani, di fermarvi al ristorante "LA GONDOLA" all'inizio del centro commerciale SanTelmo. Qui potrete cenare soprattutto con pesce di qualità, buoni primi e tante altre pietanze, curate dagli chef Maurizio e Michele. Buona l'accoglienza e non manca loro la



cortesia. Un altro indizio, per chi si vuol spostare verso Las Americas, è "la Terrazza del mare", un vero Lounge-risto-bar, con una vista stupenda che si affaccia verso l'isola de "La Gomera". Uno spazio veramente confortevole con uno staff, anche se giovane, veramente professionale e con una cortesia nel servizio molto simpatica e garbata. Naturalmente è un locale conosciuto da tempo, ma che cerca in ogni momento di evolversi e adeguarsi alla propria clientela. Ultimamente è stata inserita una nuova figura nella cucina. Un nuovo chef, Davide Barbato, è stato scelto per dare nuovi input e sapori alla cucina, già di un elevato palato. Si migliorano gusti e sapori, cercando continuamente di dare alle pietanze nuove forme e profumi. Come detto, il locale è rivolto anche alla cockteleria, con il bravo barman Alessio Dall'Aglio che crea equilibri di colori e di gusti veramente ottimi. Altro fatto importante è l'ambiente musicale, per la maggior parte dedicata al Chillout-Lounge, per finire sullo sfondo della Soulful e Deep. Il contesto musicale è creato da "Raymassdj", che cerca di aumentare l'atmosfera del "Sunset" nel modo più dinamico, dando la possibilità di un ottimo ascolto verso la clientela, e quindi passare una piacevole serata. Il direttore Andrea Budroni, e tutti dello staff quindi, vi aspettano nel cuore di Las Americas. ...Y vamos...

By Ray Masola

"Meravigliosa"

Il profumo del mattino accompagna il mio risveglio.

Il sole splende alto e si riflette in un gioco di colori!

Non sento né parole, né rumori che confondono il mio cuore, così percorro quel sentiero che mi indica la strada.

Si nasconde tra quegli alberi il profumo degli aranci,

è lì in quella valle che si scorge il paradiso!

E' in quell'angolo nascosto che i miei sensi prendono forma,

capisco in quel momento che l'amore vive, tra i colori e gli odori della vita intorno a noi.

Come un angelo dal cielo, lì davanti agli occhi miei

Meravigliosa... è la luce che sempre mi accompagnerà!

(Giuseppe)

L'angolo della musica

BEATO BIAGIO: un tenore di altri tempi



La voce unica di un cantante e tenore eccezionale. Un talento lirico prestatosi al pop-classico. "Vai via" è un disco ricco di contenuti di vita quotidiana. Uno sguardo sulla vita "non naïf", con la particolare attenzione ad osservare ed ascoltare anche di chi ci sta accanto. Vai via è anche un'esperienza particolare, una massima espressione verso l'amore. Un tocco di poesia nel descrivere le maschere che usiamo quotidianamente, nascondendo spesso le nostre vere esigenze e i nostri difetti. Una sorta di preghiera moderna contro i mali che affliggono la terra. Beato Biagio è un tenore dalla voce potente e allo stesso tempo morbida e dolce. Nasce nella soleggiata Sicilia, dove passa i primi tre anni della sua infanzia con i suoi nonni! I suoi genitori emigrati in Svizzera lo portano poi nella sua seconda futura patria, dove a quattro anni scopre il suo strumento preferito e compagno ancora oggi nella vita

quotidiana: il pianoforte! Fonda una band, mentre il suo tempo è impiegato nei lavori più disparati, in aziende di servizio pubblico, istituti assicurativi e bancari, come anche in centri di ricerca, in cui tuttora opera come informatico. Il suo amore, i suoi sogni e desideri, sono comunque legati alla musica. Nel 1995 Biagio reincontra il sassofonista della sua band giovanile, ritrovando nuovamente la sua passione, questa volta tuttavia non come pianista e tastierista come allora, ma piuttosto come cantante e interprete. Da lì in poi si dà il nome d'arte Beato Biagio. Da subito le lezioni di canto diventano d'obbligo e presto tutti si accorgono che il suo organo vocale deve essere qualcosa di veramente speciale. Nel suo profondo sente che questa voce straordinaria è il suo futuro! Nel 1998 inizia a studiare canto classico e già tre anni più tardi è ammesso con successo al suo primo corso magistrale. "Il rampante trasversale": così lo chiamano i suoi compagni di corso, perché da subito riceve una valutazione straordinaria. La sua formazione consolidata porta presto i suoi frutti e Beato Biagio diventa ospite gradito sui palcoscenici di Germania, Austria e Svizzera, continuando a incantare il suo pubblico. Nel 2009 ha avuto il piacere di incontrare un produttore e compositore italiano che ha creduto in lui, catapultandolo nel grande successo discografico. Attualmente il Tenore oltre ad avere grandi collaborazioni sta riscuotendo un grande successo radiofonico, e inoltre è in lavorazione un nuovo brano che firmerà insieme al cantautore e grande amico italiano Stefano Ferretti che lo ha voluto al suo fianco per questo nuovo lavoro.

Lucia Spagnoletti e Stefano Ferretti

I gialli preferiti di

Miss Marple

a cura di Libreria Redhound

"Un passo di troppo"



è il decimo libro della serie che vede protagonista l'ormai celebre Jack Reacher, interpretato sul grande schermo da Tom Cruise. Ex maggiore della Polizia Militare, ed eroe per caso, Reacher è un colosso di muscoli, addestrato per essere letale, ma al contempo è intuitivo come il migliore dei Sherlock Holmes. L'avventura questa volta inizia in un caffè di New York. Mentre beve una

tazza di caffè in un locale qualunque, Reacher vede un uomo salire su una Mercedes e partire velocemente. Una scena banale, che apparentemente non dovrebbe destare sospetti. Gestì impercettibili che in realtà rivelano una verità brutale: nell'auto era nascosto il riscatto per un rapimento di Kate e Jade, rispettivamente moglie e figlia di Edward Lane, capo di una delle principali agenzie di contractors americane. Il denaro richiesto è scomparso, la donna e la bambina non sono state liberate. Lane decide di coinvolgere Reacher in questa intricata vicenda,

ma ci sono tanti, troppi lati oscuri che dovranno essere chiariti, correndo il rischio di fare un passo di troppo. Verità e bugie questa volta si mescolano in un intreccio che coinvolge Reacher e appassiona il lettore. Tutta l'attenzione è concentrata sulla storia, non c'è spazio per elementi di contorno o momenti morti. La storia è una ragnatela di indizi e false piste alle quali il lettore rimane invischiato. Lo stile di Child è come sempre avvincente ed incisivo, acuto e potente come il suo protagonista. I dialoghi sono serrati, le descrizioni di armi e procedure dettagliate ma non pesanti, le scene d'azione verosimili e concentrate. Difficile trovare un difetto a questo romanzo. "Un passo di troppo" è un thriller solido, ben costruito; un'ottima occasione per conoscere Jack Reacher e un appuntamento imperdibile per coloro che hanno già avuto il piacere di conoscerlo.

PERA



Specializzato in posa in opera di pavimenti interni ed esterni, mosaico, marmo, palladiana, opus incertum, vetromattoni, rosoni, parquet laminato, piastrellatura bagni e cucine. Esperienza ventennale.



Oficial de primera, alicatador, especializado en pavimentos y revestimientos, mosaicos, mármol, gres, cocinas, baños, parquet laminado, etc. Más de 20 años de experiencia.

Mob 0034 674580954 - e-mail operatenerife@libero.it

5 azioni immediate per cambiare vita, adesso

Tempo di lettura: 17 min.

Tanti vorrebbero cambiare vita, ma quasi tutti si limitano a lamentarsi della propria condizione e poi non attuano nessuna azione pratica per trasformare la propria esistenza e migliorarla. Ad orario aperitivo, soprattutto nelle grandi città come Milano, leggermente alterati dai fumi dell'alcool, s'innalzano proclami di cambiamento; incravattati in piena corsa al successo che, sull'orlo dell'infarto da stress, annunciano: "Basta, mollo tutto e apro un baretto ai Caraibi". Al mattino seguente, però, sono di nuovo in ufficio. Oggi propongo le cinque mosse più importanti da compiere per riformare il proprio percorso di vita, indirizzandolo sulla strada della serenità.

1. Chiariamo con noi stessi cosa vogliamo dalla vita

Quante volte ci è capitato di sederci anche solo per un attimo e chiederci se la nostra vita è come l'avevamo immaginata? Probabilmente mai, o meglio, mai in modo serio. Ci sarà sicuramente successo di lamentarci che le cose non stanno andando nel verso giusto o disperarci per un qualche accadimento avverso, ma difficilmente abbiamo eseguito un'analisi precisa di cosa vorremmo cambiare. Questa è la prima azione da intraprendere; fare una lista di ciò che ci rende infelici, quindi, di fianco ad ogni voce, indicare la soluzione che intendiamo attuare per modificare la situazione corrente. Nel seguente esempio possiamo consultarne una sulla falsa riga di quella che compilai per me stesso qualche anno fa, adattata per l'occasione.

Una serie di punti per focalizzare gli obiettivi per noi importanti

Come già chiarito in diversi articoli, una lista è veramente efficace quando è precisa e suggerisce una risposta concisa e unica al nostro problema; deve essere completa di data, in modo che indichi entro quale giorno dovremo attivarci per tramutare in realtà l'azione di cambiamento che abbiamo descritto. Inserire voci come: "Voglio diventare di successo" oppure "Vorrei trovare l'amore" non sono efficaci; per ottenere il massimo risultato serve massima precisione, per questo motivo vanno evitate frasi generiche o obiettivi vaghi come "Voglio cambiare vita" o "Voglio trovare un lavoro". Nonostante l'esempio sopra riportato potrebbe risultare banale (o semplicistico), posso assicurare che ho impiegato mesi prima di capire che parte della mia infelicità derivava dal fatto che mettevo il lavoro al primo posto; al tempo mi guadagnavo da vivere girando l'Italia, mi spostavo in aereo, alloggiavo in hotel, mangiavo sempre al ristorante, uno stile di vita invidiato da molti. Quando finalmente realizzai che quello che mi serviva era un lavoro poco impegnativo, vicino a casa, che mi permettesse di migliorare la qualità

della vita, capii che stabilire certe priorità e metterle nero su bianco era l'unico possibile punto di partenza per aggiustare quello che non funziona.

2. Una persona può fare bene solo 3 cose nella vita

Molte persone sono infelici perché non riescono ad essere quello che vorrebbero, un tempo sono stato abbastanza vicino a questa tipologia di individuo, perché volevo eccellere in tutto quello che facevo, ma non riuscivo. Ho impiegato molto tempo per capire come mai non ero in grado di andare oltre un certo livello, poi finalmente ho realizzato che ero semplicemente troppo pretenzioso. Sono sempre stato convinto che studiando avrei potuto realizzare qualunque cosa, in effetti quasi tutto quello ho, lo ho ottenuto grazie alla dedizione e ad un'applicazione costante, ma non avevo ancora compreso la più semplice delle lezioni: non abbiamo il tempo di fare tutto quello che desideriamo. A tutti gli effetti passiamo la maggior parte della nostra vita lavorando, il tempo libero che rimane, soprattutto se abbiamo scelto di avere figli, andrebbe dedicato alla famiglia; dico "andrebbe" perché sono molti i genitori che pensano più a se stessi che ai figli, ma io sono dell'idea che una persona matura, che sceglie di costruire una famiglia, dovrebbe dedicarvi anima e corpo. In ogni caso, in questo scenario, quanto tempo libero ci rimane e quante cose possiamo fare veramente bene? A mio avviso una sola. Per chi non ha né famiglia né compagna/o, naturalmente il tempo a disposizione è leggermente più ampio, ma difficilmente riuscirà a ritagliarsi momenti da dedicare a più di due attività contemporaneamente. Dunque, per cambiare vita, dobbiamo tenere ben a mente che abbiamo a disposizione solo il tempo per attuare uno (o massimo due) dei piani che abbiamo in testa; gli altri obiettivi, se perseguiti contemporaneamente a quello principale, rischiano di non essere portati a termine. Quest'idea implica la necessità di definire una scala di priorità; nel mio caso, considerando che l'obiettivo è smettere di lavorare e che ho famiglia, mi rimane il tempo per un'unica azione volta a modificare la mia esistenza, e quest'azione, oggi, è principalmente il lavoro che svolgo nel mio studio di registrazione, al quale dedico praticamente tutto il tempo libero. Ritornando al punto 1, nel quale abbiamo definito cosa non va nella nostra vita e cosa dobbiamo fare per cambiare, intuivamo l'importanza di definire la priorità di quelle azioni, e prediligere quella più efficace. Potremmo lavorare anche sulle rimanenti, ma sempre consci del fatto che è più facile attuare il rinnovamento che desideriamo, se portiamo a termine un obiettivo per volta.

3. Spegniamo quella stramaledetta televisione

Ora che abbiamo chiaro quello che vogliamo e come dobbiamo muoverci, serve capire come spremere al massimo la nostra giornata, per trovare il tempo di cambiare

vita. Molte persone credono di non avere sufficienti ritagli di tempo per fare quello che desiderano, salvo poi buttarne via a palate senza neanche accorgersene. La macchina mangia tempo per eccellenza è la televisione, in un articolo di qualche mese fa ho sottolineato come, nell'arco della vita, ogni italiano passi mediamente 18 anni davanti alla televisione; potremmo tramutare questo tempo in tutto quello che vogliamo, realizzare qualunque cosa, ma preferiamo sprecarlo nel modo più passivo e diseducativo possibile. La prima azione concreta da compiere è spostare completamente i nostri orari, sfruttando di più le ore del mattino e meno quelle serali. Impariamo a usare giusto un paio di ore dopo cena, per poi andare a letto non oltre le 10. Impostiamo la sveglia alle 6 del mattino o prima, in modo da avere a disposizione almeno un'altra ora. Vanno necessariamente predilette le ore del mattino perché sono molto più produttive rispetto a quelle serali. Se abbiamo difficoltà ad andare a dormire presto, nessun problema, per il primo giorno della nostra nuova vita andremo a dormire tardi, ma troviamo comunque la forza, il giorno successivo, di alzarci presto. La sera saremo piuttosto stanchi e questa volta sentiremo il bisogno di andare a dormire presto, dando il via al corretto ciclo di cambiamento.

Per nessun motivo accendiamo la televisione, è un terribile strumento che ci impedisce sia di usare le ore serali in modo costruttivo sia di andare a letto presto. Dobbiamo inoltre smettere di mentire a noi stessi; quando non vogliamo fare qualcosa siamo bravissimi ad addurre motivazioni per auto-convincerci che non possiamo farlo, ma la maggior parte delle volte non siamo sinceri: se non sappiamo trovare il tempo di eseguire un'azione tanto semplice, significa che non stiamo poi così male, che ci piace lamentarci, che ci alimentiamo di polemica, ma che, in fondo, la condizione in cui versiamo ci sta bene. Oppure abbiamo troppa paura di cambiare.

4. Andiamo a correre due volte la settimana

A cosa serve correre? Ci sono molti aspetti positivi legati allo sport in generale, ma la corsa è, secondo me, l'azione più indicata per cambiare il nostro atteggiamento nei confronti della vita.

Ecco i benefici che ci interessano:
• **Bloccare il flusso incessante del pensiero:** sconnettersi completamente dai problemi e dalle preoccupazioni e liberarci dall'ansia. Le prime volte che si corre si fa certamente molta fatica, ma già dopo pochi minuti si è talmente concentrati su questa attività che dimentichiamo tutto il resto. Con il passare del tempo, di settimana in settimana, la fatica lascia il posto al piacere, questo cambiamento porta molta motivazione, uno stato di benessere diffuso e la coscienza di aver guadagnato un momento nel quale trovare pace. Personalmente amo molto

correre nel bosco e principalmente in salita; lo sforzo mi libera da tutti i cattivi pensieri e ottengo la serenità che cerco. Appena si realizza di essere in possesso di un potente e semplice mezzo per trovare un po' di serenità, non si vede l'ora di tornare a correre nuovamente; il solo fatto di attendere il momento della corsa diventa poi esso stesso motivo di felicità.

• **Imparare a stare soli:** quando si corre si rimane per un certo tempo soli con se stessi, questa pratica è un primo passo verso la presa di coscienza che la solitudine è un piacere, che va ricercato e non evitato. Passiamo il tempo circondati da persone, immersi nei dialoghi e bombardati d'informazioni e tutto questo non fa altro che distrarci dall'unica cosa che ci serve realmente per "trasformare" la nostra vita: riflettere. Quando corriamo nessun input raggiunge il nostro cervello, siamo solo cuore e gambe; l'assenza di "stimoli cerebrali" lascia spazio alla meditazione ed è proprio in questa condizione che si può realmente prendere coscienza della propria situazione, e ragionare efficacemente su come cambiarla.

• **Piacersi:** ripetiamo spesso che l'aspetto esteriore non è importante, che quello che conta è essere belli dentro, ma (siamo sinceri) in una società dove l'apparire è tutto, si fa veramente molta fatica a sentirsi adeguati quando non si è in forma. Tralasciando l'aspetto salutistico, se potessimo scegliere tra l'essere in sovrappeso o avere una linea invidiabile, credo che nessuno opterebbe per la prima ipotesi. Quando Decimo Giunio Giovenale scrisse la famosa frase "Mens sana in corpore sano", intendeva redarguirci dall'inseguire traguardi effimeri e ricordarci che, se stiamo bene fisicamente, abbiamo automaticamente accesso ad un livello superiore di "preoccupazioni"; quando manca la salute tutto il resto passa in secondo piano, ma quando questa non è un problema, possiamo dedicarci completamente alla realizzazione dei nostri sogni di cambiamento. La corsa ha il grande pregio di garantirci entrambi i risultati in una sola azione. Correre quindi è molto importante per incrementare la nostra vitalità, avrei preferito suggerire il surf (altro sport perfetto per questi fini, che personalmente adoro praticare) ma correre è decisamente più alla portata di tutti.

5. Imparare ad essere umile e disinibito

Quante occasioni abbiamo perso per via della nostra timidezza o semplicemente perché viviamo con il freno a mano tirato? Spesso, senza nemmeno tentare, siamo certi di non poter ottenere qualcosa, e questo è il più grande errore che possiamo commettere. Da ragazzino ero molto timido, così timido che non avevo nemmeno il coraggio di chiedere alla maestra se potevo portarmi a casa i disegni che facevo a scuola. Quando conobbi mia moglie, che invece agiva all'esatto contrario, capii quante parole non avevo pronunciato per paura di essere giudicato e, di conseguenza, quante

Nel prossimo numero:
Tre idee per viaggiare gratis e risparmiare:
- Opportunità di viaggiare gratis
- Offro un passaggio
- CouchSurfing
- Ticket Crossing

occasioni avevo (per questo) perso. Qualche settimana fa mi recai ad un incontro con il Dalai Lama; mentre tutti sedevamo composti in attesa della sua comparsa, notai che l'accesso al "backstage" era privo di controlli di sicurezza. Il Francesco timido sarebbe rimasto seduto ad attendere, quello disinibito invece decise di andare a dare un'occhiata; il risultato fu che mi trovai ad un metro da Sua Santità, mentre tutti gli altri dovettero accontentarsi di ascoltarlo a distanza. Le occasioni si creano, non restiamo a guardare, quando c'è poco da perdere, rischiamo! L'inibizione funziona meglio in accoppiata all'umiltà, un esempio è il classico automobilista maschio che non si vuole fermare a chiedere informazioni: farlo, spesso, sarebbe la scelta più produttiva, ma il misto di arroganza e mancanza di inibizione che ci caratterizza, ci impedisce di compiere questa semplice azione. Questo esempio, in realtà un po' semplicistico, serve a farci intuire come la capacità di "deporre le armi" e accettare il fatto che qualcuno possa insegnarci qualcosa, sia più efficace che alzare un muro. Se vogliamo cambiare vita quindi, dobbiamo imparare a cogliere al volo le occasioni, cioè agire senza paura di essere giudicati e abbattere il muro di timidezza e "rispetto", interposto tra noi e le opportunità.

Capovolgere la propria vita

Le azioni che abbiamo individuato compongono un vero e proprio percorso da seguire e vanno attuate adesso, a partire da oggi stesso. Analizziamo bene quello che ci rende felici, diamo un ordine di priorità e facciamo una cosa alla volta; troviamo il tempo di attuare la svolta e pratichiamo uno sport per liberare la mente dalle preoccupazioni inutili, creando lo spazio mentale dove far crescere il rinnovamento. Facciamo tutto questo senza paura e abbandonando l'idea di essere continuamente sotto esame, pensiamo solo ad ottenere il massimo con la peggior faccia tosta di cui possiamo dotarci. Così si cambia, con decisione e pianificazione, altrimenti possiamo sempre restare col culo sul divano a guardare il Grande Fratello ed ingrassare.

FRANCESCO
www.smetteredilavorare.it



ZE
RO

PIZZA - HAMBURGER - HOSTERIA - BRUNCH

PIZZA CON FORNO A LEGNA CON LIEVITAZIONE NATURALE DI 48 ORE




PASTA FRESCA FRITTI SECONDI DESSERT

TAGLIERI DI FORMAGGI e SALUMI ITALIANI

BUFFET PER BAMBINI

BUFFET ITALIANO

HAMBURGER GOURMET



PANE PRODOTTO IN CASA

PASTA AL FORNO LASAGNE PARMIGIANA VERDURE COTTE FRITTI PIZZE A TRANCI FOCACCIE PASTE FREDDIE CALDE

BUFFET LIBERO CON UNA BEVANDA INCLUSA 6.90€



CHICK 7 € SUN 8 € BIG 13 €

TUTTI I GIORNI DALLE 12 ALLE 17 - MARTEDÌ CHIUSO

Plaza de la Pescadora - Calle Dulce Maria Loinaz 12 - PLAYA DE LOS CRISTIANOS

PRENOTAZIONI 922 796 420







Parapendio: un divertimento che può costare CARO!

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5415

Un inaspettato "salto" di vento ha sorpreso uno sportivo dell'aria che poi avrebbe faticato a tornare a casa. Alejandro, un residente a Punta del Hidalgo ed esperto di parapendio, ha trascorso tre ore appeso ai cavi dell'alta tensione, aggrappato con le braccia e le gambe, in attesa di un carro attrezzi alto una cinquantina di metri. Il suo incidente è stato ripreso da emittenti televisive a livello nazionale, ed è venuto alla

luce il fatto che il parapendio è tra le attività più sanzionate dal Governo delle Canarie a causa dei salvataggi folli che sempre più spesso coinvolgono i pompieri e le ambulanze delle isole. Il problema è che spesso questi "sportivi dell'aria" si lanciano in imprese a dir poco pericolose semplicemente avendo fatto una sola lezione di volo a vela e non avendo nessuna informazione sui venti e le correnti nelle isole, inconsapevoli quindi dei rischi del percorso, scegliendo spesso

ore di mezzo, che sono le peggiori. Non è questo il caso di Alejandro, che aveva volato sul cielo sopra Punta de Hidalgo almeno un centinaio di volte, ma questo fa capire come e quanto possa divenire pericolosa questa specialità. Durante i mesi invernali ci sono molti visitatori che restano gravemente feriti e purtroppo talvolta muoiono. La soluzione sarebbe quella di approvare regole e linee guida specifiche, i turisti sono convinti che le isole siano come un paese senza legge dove possono fare quello che vogliono a spese del Governo: decollano in luoghi e condizioni che non sono commisurate al loro livello, cadono in situazioni che non sono in grado di risolvere. Da quando il Governo delle Canarie ha approvato una tassa per i salvataggi generati da incuria e/o negligenza, già all'inizio del 2012 in molti avevano ricevuto le sanzioni. Tuttavia, il primo ad essere sanzionato non è stato un praticante di trekking o parapendio, che sono le principali cause insieme con gli sport acquatici, ma bensì un cavaliere (NdR. uomo a cavallo). È stato il caso di uno spagnolo di 50anni che, gravemente feritosi dopo essere caduto da cavallo, da un'altezza di 20 metri a Gran Canaria, nel quartiere di La Hoya, subì un grave infortunio alla schiena, e finì per pagare 4172 € di sanzione.

dalla Redazione

Griffe false, tempi duri

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5418

Agenti della Brigata della Polizia Giudiziaria Provinciale di Santa Cruz de Tenerife e di Las Palmas hanno proceduto all'arresto di 13 persone e all'incriminazione di altre cinque, in un'operazione contro la contraffazione di abbigliamento di marca, tutti sono stati accusati di presunto reato contro la proprietà intellettuale. L'indagine è iniziata ai primi di marzo, a seguito della denuncia da parte di rappresentanti spagnoli per alcuni marchi, che chiedevano di indagare sulla contraffazione di capi di abbigliamento che stanno inondando i mercati sull'isola di Tenerife. Questa indagine ha portato ad un accertamento d'identificazione dei membri di una rete di distribuzione, compresi i dirigenti e la maggior parte dei partecipanti, con enormi profitti ottenuti. L'indagine ha anche dimostrato che l'organizzazione operava sia in Tenerife che in Gran Canaria, nei mercati di entrambe le isole. I prodotti venivano realizzati, su richiesta, direttamente dai malfattori, nelle proprie case - trasformate in laboratori per la stampa su stoffa e vinile. I capi "casalinghi" comprendono una vasta gamma di abbigliamento che va dalle magliette sportive e felpe, pantaloni e scarpe di vari modelli, ai cappelli, asciugamani e altri prodotti tessili. Una volta identificati i capi di questa associazione



a delinquere, e scoperto il loro modus operandi, si è proceduto all'arresto di ben tredici persone ritenute le maggiori responsabili e alla denuncia di altre cinque che rivestivano ruoli minori. L'operazione di polizia è stata messa a segno domenica 11 maggio, contemporaneamente nei mercati di La Recova a Santa Cruz de Tenerife e di Santa Catalina a Las Palmas de Gran Canaria, tutti gli imputati sono spagnoli. L'operazione si è conclusa con il sequestro di circa 6.300 capi di abbigliamento contraffatti di noti marchi sportivi (oltre 5000 articoli su Tenerife e circa 1300 su Gran Canaria), per un valore di circa € 190.000. (NdR ci siamo sempre stupiti dal lassismo locale in tema di protezione dei marchi, mercatini docent..., forse qualcosa sta cambiando anche alle Canarie)

dalla Redazione



I serpenti bianchi minacciano il Lagarto Gigante di Gran Canaria

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5421

Originariamente portati sull'isola come PET, i serpenti reali albini della California sono stati liberati o sono fuggiti decenni fa, ha detto Ramón Gallo, un biologo che sta cercando di controllarli attraverso un progetto denominato LIFE+Lampropeltis. In assenza di predatori naturali e grazie alle temperature miti e un clima costiero simile a quello nativo della California, i serpenti reali si sono moltiplicati. Negli ultimi otto anni, ne sono stati catturati o uccisi oltre

2.000 esemplari, ma altre migliaia si pensa ne vivano sottoterra. Una vera calamità! I serpenti non rappresentano alcun pericolo per gli esseri umani, ma sono avidi predatori, nutrendosi di uccelli, roditori e anche di giovani conigli. Particolarmente preoccupante è la predilezione dei serpenti per la lucertola gigante di Gran Canaria, una specie presente solo sull'isola: una seria minaccia che potrebbe spingere la lucertola all'estinzione. Un recente confronto del-

la popolazione della lucertola, in aree con serpenti e zone che ne sono prive, ha mostrato un rapporto di 1:10. Finora la loro crescita è stata contenuta a due aree, di circa 25 miglia quadrate, nella parte est e nord-ovest dell'isola. Ci sono avvistamenti giornalieri a La Solana, una delle comunità più colpite, ha detto la residente Auxi López. "Sono lunghi e sottili, probabilmente circa un metro e mezzo o giù di lì". Ma quest'anno, ha aggiunto, "ci siamo accorti che sono un po' più grandi. I serpenti sono stati visti nella zona circa 20 anni fa, ha detto, e circa il 70 % dei residenti hanno ancora molta paura di loro, perché è un qualcosa che non è mai esistito qui prima". I residenti raccontano di casi di morsi, anche se López si è affrettata ad aggiungere che le lesioni non sono mai state gravi. Più preoccupante, ha detto, è il liquido emesso dai serpenti quando si sentono minacciati. Fa un odore orrendo, terribile e disgustoso. I residenti trovano i serpenti nelle loro case, nei loro cortili e nei loro giardini. Un sacco di residenti che mantengono gli uccelli nelle loro case hanno trovato i serpenti nelle gabbie.

Aprono le gabbie, vanno dentro e mangiano gli uccelli. Il raduno di questa settimana di esperti sull'isola è parte di un progetto quadriennale che mira a dimezzare la popolazione degli ofidi. Lanciato nel 2011 e previsto che arrivi a costare più di 1.000.000 di euro, il progetto prevede anche l'addestramento di cani e falchi per aiutare a prendere i serpenti, così come più di 200 seminari per insegnare ai locali la biologia dei serpenti reali. Una delle principali sfide è determinare esattamente quanti serpenti ci sono sull'isola. Siccome i serpenti trascorrono gran parte del loro tempo sottoterra, la realtà deprimente delle popolazioni serpente più invasive è che anche se siete riuscito a catturare centinaia di loro, ciò probabilmente significa che ce ne sono molti di più là fuori. Un dettaglio eloquente è che la maggior parte dei serpenti sull'isola sono albini, una qualità pregiata nel commercio di animali domestici, ma rara tra le popolazioni selvatiche, perché facilmente visibili dai predatori. Il predominio della varietà albina suggerisce che i serpenti hanno pochi predatori sull'isola, escludendo così

qualsiasi "rimedio" naturale. Sradicare la specie da Gran Canaria è probabilmente fuori questione, giunti a questo punto ha sottolineato il californiano Brian Hinds. Dopo 35 anni passati a catturare e fotografare i serpenti reali nel loro habitat naturale, sta viaggiando a Gran Canaria questa settimana con un messaggio: "colpire duro e colpire veloce o i serpenti avranno oltre il 70% dell'isola". Questa era l'unica invasione di serpenti reali di cui avesse mai sentito parlare. "Se diventa ancor più fuori controllo, diventerà un compito arduo e spietato che richiederà un piccolo esercito". Parliamo di salvaguardare la biodiversità: Gran Canaria è un vero laboratorio biologico di valore mondiale, e una specie come questa può metterne in pericolo un'altra, fra le più importanti dell'arcipelago. Secondo Gallo, che nel 2011 ha ottenuto fondi statunitensi per questa campagna, sono circa 2.000 i serpenti che sono stati uccisi dal 2007 da parte delle guardie forestali, i privati cittadini, i cani addestrati e i falchi.

Franco Leonardi

Energia pulita a El Hierro da questa estate

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5413



Gorona del Viento sarà pienamente operativa nel giugno o luglio prossimo. Il Cabildo isolano ha riferito che, dopo aver completato con successo la prima fase di sperimentazione dei componenti meccanici, sono iniziati i lavori per testare l'ingresso dell'energia nella rete dell'isola. Il progetto si basa su due condizioni naturali di El Hierro: una conca naturale di origine vulcanica che viene utilizzata come serbatoio, e i venti che investono l'isola. La centrale idro-eolica riuscirà a fornire energia pulita sufficiente per il consumo elettrico di tutta l'isola. Quando ci sarà vento in eccedenza, il sistema di pompaggio, che sfrutta l'energia elettrica prodotta dalle turbine a vento, pomperà l'acqua dal serbatoio inferiore verso quello in alto, per poi poter sfruttare il salto idraulico, che è ora in fase di test, quando il vento è scarso. La costruzione dell'impianto è stata completata nel mese di agosto 2013, ma l'installazione era ferma, in attesa di ricevere le relative autorizzazioni amministrative, per avviare la generazione di energia elettrica in fase di test, e queste sono state ritardate molto più a lungo del previsto. La struttura è per il 60% di proprietà del Cabildo di El Hierro (così gli isolani sarebbero proprietari di oltre metà della centrale), per il 30% di Endesa, controllata dalla società pubblica italiana Enel, e il restante 10% dell'Istituto tec-

nologico delle Canarie, una società pubblica. Un problema era stabilire la remunerazione che dovranno percepire i megawatts generati da questo strumento all'avanguardia, e il sistema tariffario è stato finalmente approvato il 23 settembre 2013 con decreto del Ministero dell'Industria, Energia e Turismo. Si tratta di un sistema di remunerazione analogo a quelli di altri impianti di produzione di energia in regime ordinario nei sistemi elettrici insulari. A tal fine, la Centrale di Gorona del Viento viene considerata una singola installazione di tecnologia idro-eolica, e l'energia prodotta, ai fini della remunerazione, deve essere misurata nel punto in cui viene scaricata nella rete dell'isola. Il "motore" di Gorona del Viento è composto da quattro gruppi elettrogeni in grado di generare 2,83 MW ciascuno. Il Cabildo ha stabilito che ogni gruppo venga sottoposto a una rigida serie di test, secondo i principali standard nazionali e internazionali. Il parco eolico utilizzato per pompare l'acqua ha una potenza di 11,5 MW, mentre la centrale, che avrà un salto netto di 682 metri, totalizza 6 MW. Il fornitore delle cinque turbine eoliche di 2,3 MW ciascuna, è il produttore tedesco Enercon. In quanto ai depositi, quello più in basso tiene 225.000 metri cubi, mentre il superiore, che sfrutta la caldera vulcanica naturale esistente, può contenerne 500.000. Il sistema è supportato da un nucleo di motori diesel già esistenti, che entrano in funzione in caso di emergenza, dove non ci fosse né acqua né vento sufficiente a soddisfare la domanda di energia. Gorona del Viento è considerata un esempio importante di innovazione tecnologica, perfetto per rispondere alle necessità energetiche di territori isolati e particolarmente fragili, come le isole.

Franco Leonardi

La Palma: arrivano da mezzo mondo e pagano 1.500 euro

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5411



Americani, malesi, iraniani... biglietti prepagati e "retta" di 1500 euro per la partecipazione ad un corso con tre fotografi di fama e un cielo unico, 25 posti che si sono esauriti in 17 giorni. I cieli di La Palma sono senza dubbio unici, ma a volte sorprende il potere che hanno di attirare i visitatori. La Pubblica Amministrazione è stata in grado di costruire le strutture necessarie per consolidare il prodotto delle stelle (Centro Visitatori del complesso di Roque de los Muchachos o il complesso dell'Astronomia Amatoriale di Mendo), ma le iniziative private superano di gran lunga tutte le organizzazioni comunali o simili, scoprendo, tra l'altro con poco sforzo, risorse notturne non sfruttate. Ne è un esempio l'evento AstroMaster di La Palma, organizzato da una società privata, AstroLaPalma, un corso internazionale di fotografia avanzata che copre vari aspetti, quali l'elaborazione delle immagini, le tecniche e l'astrofotografia dei paesaggi notturni. La responsabile dell'evento, che è alla

seconda edizione, ha contattato e ingaggiato tre fotografi di fama mondiale, Barak Tafreshi, Christoph Malin e Gunther Wegner, e ha pubblicizzato l'iniziativa in diverse reti sociali. AstroMaster si è svolto dal 20 al 27 maggio scorso, ha visto la partecipazione di 25 persone, iscrittesi appena uscito il programma, tanto da progettare di farne un'altra edizione in settembre prossimo, visto l'esuberanza di iscrizioni già fin da ora. Ogni partecipante paga ovviamente a parte il viaggio e l'alloggio e l'equipaggiamento fotografico da impiegare. Gli iscritti sono arrivati da mezzo mondo, sicuramente attratti dai famosi nomi dei professori, che insegnano

anche in altre località mondiali, ma qui, a La Palma, c'è il CIELO che è unico e spettacolare, nel quale le stelle e le costellazioni lasciano senza fiato, quindi un contesto incredibile per partecipare ad un corso di fotografia soprattutto notturno. Questi corsi non saranno mai eventi di massa, non si terranno mai con 100 persone, ma saranno sempre esclusivi, e con pochi partecipanti. La stessa società AstroMaster si dedica anche ad escursioni notturne, con turisti appassionati e possessori di telescopi amatoriali, con salite fino al Roque in notturna. Bella l'idea di commercializzare il turismo "stellare".

Bianca Leonardi

Controllo massivo sui ricci di mare a La Gomera

Già dalla fine del 2012 il Cabildo di La Gomera aveva iniziato un controllo minuzioso sulla popolazione dei ricci marini sul territorio acquatico della piccola isola: il riccio in questione si chiama Riccio Diadema Antillarum (Diadematidae). Il progetto per il controllo di questa specie si sviluppa con un accordo tra il Cabildo e l'Ente Portuale di La Gomera. L'obiettivo finale sarà quello di ridurre la densità della specie nella zona di protezione della baia del Roque de la Hila, per far sì che si raggiunga un nuovo equilibrio ecologico in questa zona di mare. La proliferazione esagerata di questi ricci è causata anche dalla pesca eccessiva di specie di pesci che sono i loro predatori naturali, come i pesci galli, i tamburelli, i pejeperros, i samas, le orate, i bucios o stelle. Le grandi popolazioni di ricci hanno distrutto tutti gli organismi che rivestono le zone rocciose, causando la perdita di vita e produttività marine. I ricci sono molto voraci. Rimasti senza vegetazione, i fondali rocciosi costieri perdono la loro biodiversità e si crea un fenomeno noto come "blanquiales" (sbiancamento); le

rocce si svuotano di qualsiasi tipo di vegetazione e vita marina. Sembra che bisognerebbe arrivare ad avere solo 1 o 2 ricci per metro quadrato di fondale (!) Quindi si sta dichiarando una vera e propria guerra ai ricci, con la partecipazione anche di volontari subacquei. Popolarmente, questo riccio marino è conosciuto come "ericera", "riccio di lima" o "riccio a spine lunghe", o semplicemente Riccio Diadema. La sua morfologia (colore nero e spine lunghe e fini) lo rendono facilmente distinguibile da altre specie di riccio di mare osservabili nelle Canarie. Presenta un guscio sferico, con una dimensione che varia da 2-12 cm negli individui adulti. Non è particolarmente buono da mangiare, di certo non come i nostri ricci della Sardegna (anche in Italia si dice che i ricci neri non sono appetibili, che peccato!). Se ne trovano anche a Tenerife in numerose colonie, normalmente a profondità che va da 6 a 21 metri, quindi per fortuna non pericolosi per i bagnanti, ma consigliamo di stare "all'occhio" se si entra in mare attraverso gli scogli, un riccio sotto al piede fa molto male, soprattutto questa specie che ha, come abbiamo detto, spine molto lunghe e molto sottili, come aghi!

Marco Bortolan

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



Moto: una guida sicura sull'isola

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5408

Un "lampeggio" a tutti... Questo mese vi parlerò di alcuni aspetti legati alla circolazione in strada qui a Tenerife. Faccio una premessa... chi vive qui già da qualche anno si sarà sicuramente accorto del notevole aumento di traffico. Negli ultimi mesi sembra praticamente raddoppiato!!! Mancanza di parcheggi, colonne alle uscite dell'autostrada, inquinamento acustico e atmosferico etc., soprattutto concentrato nella zona sud dell'isola. Il forte aumento di turismo e di residenti ha scatenato un meccanismo, a mio parere, negativo. Le strade iniziano a non farcela veramente più!!! Girare in moto ti dà la possibilità di vedere come tutto questo sia cambiato. Uno dei fattori "rischio" è la presenza di turisti che, spesso, non sapendo che strada prendere, eseguono manovre azzardate non rendendosi conto degli errori che fanno. Gli Inglese, abituati ad avere la guida

a destra e condurre di conseguenza a sinistra, fanno fatica ad abituarsi e in più di un'occasione ho notato invasi di corsie e ingressi in rotonde al contrario!!! Un altro fattore è la presenza di bus che percorrono strade dove già fa fatica a passare una macchina, come nel caso della zona dell'Anaga. Frequenti sono le soste per permettere a questi "bestioni" di non rimanere incastrati tra una macchina e la roccia. Qui arriviamo noi, i motociclisti!!! Vi è quasi una totale mancanza di rispetto, dovuto ad una scarsa cultura "motociclistica", la gente è abituata a guidare troppo vicino al centro della corsia e spesso, nelle curve, tendono ad invadere gli spazi con la conseguenza di creare incidenti. Raramente si accostano per permetterti di passare, dove potremmo essere più agili e di conseguenza diminuire il traffico. Nonostante tutto ciò, guidare la moto qui è un'esperienza bellissima e appagante, e con questo quindi non voglio spaventare nessuno, al contrario, ho solo voluto parlare dei casi più estremi che qualunque



buon motociclista conosce. I panorami, la natura e le strade stesse, ti caricano di emozioni intense, ma allora se vogliamo godere a pieno di queste sensazioni, perché non farlo in maniera sicura? Sarebbe pressoché impossibile cambiare la mentalità degli automobilisti, quindi cambiamo la nostra!!! Possiamo guidare le nostre moto in maniera più fluida e sicura eseguendo traiettorie diverse, che dobbiamo imparare perché "istintivamente non le faremmo". Quindi un mio consiglio è quello di non correre mai e guidare in maniera più consapevole, le strade non sono una pista, bisogna sempre avere mille occhi e rispettare tutto ciò che ci circonda. La vostra guida vi appagherà totalmente. Un saluto a tutti

Maxxx

www.tourcanary.com
www.lobosdecanarias.es



Guajara, bello ma non per tutti

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5406

La passeggiata Guajara, è solo per escursionisti esperti e in forma. Elevata altitudine rende il trekking piuttosto arduo. La montagna Guajara, a quasi 3.000 metri, è la quarta più alta a Tenerife e, se fate lo sforzo di raggiungere la vetta, sarete ricompensati da superbe viste panoramiche "mozzafiato" sulle montagne circostanti, la caldera delle Cañadas e le pinete. Per iniziare la passeggiata Guajara, devi innanzitutto arrivare al Centro Visitatori del Parador de Las Cañadas, e siamo già a 2.100 metri sul livello del mare. Questo splendido Parador è anche un albergo, che offre tutte le amenità per gli ospiti, tra cui un telescopio, interessantissimo in un punto dove l'aria è così limpida per poter ammirare le stelle! Si trova nel Parco Nazionale, a cui si accede dalla strada TF-21, passando da Vilaflor se dal sud e da La Orotava se da nord. Se andate in auto, è possibile parcheggiare sul posto. C'è anche una linea di guagua che ferma al Parador, ma fate attenzione che il tempo a disposizione prima del passaggio dell'ultimo bus è di sole cinque

ore. La montagna di Guajara incombe su questo Parador e sembra abbastanza vicina, ma, per iniziare la salita alla vetta, dovete prima camminare per quasi due chilometri verso est su un'ampia carreggiabile sterrata. Alla fine, si gira a destra, lasciando questo facile tracciato e inizia la salita vera e propria. Si è di fronte a una pendenza molto ripida e su uno stretto sentiero. E' illegale discostarsi da questi percorsi riconosciuti, per nessuna ragione, ma anche per motivi di sicurezza, e i rangers del parco pattugliano regolarmente la zona per controlli e MULTE. Siete stati avvertiti! Alla fine, si arriva a un punto in cui il sentiero si divide in quattro diramazioni. Una conduce alla Montaña Pasajiron, una porta dritto in un'altra valle, ma gli altri due sono entrambi vie verso la vetta del Guajara. Fra questi due percorsi alternativi, uno è ragionevolmente facile e uno è piuttosto duro, nel senso che è piuttosto ripido e pericoloso. Se si pensa di poter gestire il percorso più difficile, è una buona idea usarne uno per la salita e l'altro per la discesa. Come accennato in precedenza, conquistare Guajara può essere impegnativo,

ma si avrà la ricompensa delle viste mozzafiato dalla cima. Chi ha scelto di scendere per la via più difficile, faccia attenzione! E' veramente molto precaria e, durante la discesa attraverso il Passo di Ucanca, è possibile che sia squassata dalle raffiche di vento e, a seconda del periodo dell'anno, anche raffiche di neve. La passeggiata Guajara è classificata come "impegnativa" ed è consigliata solo agli escursionisti esperti con un buon livello di resistenza. Assolutamente sconsigliata a chiunque con patologie cardiache o polmonari.

Ricordate le regole

- prendere molta acqua con voi
- indossare un cappello a tesa larga
- non risparmiare sull'utilizzo di crema solare
- indossare abiti a strati - più si sale, più farà freddo
- indossare scarpe adeguate!



Perché camminare in montagna fa bene

Camminare in montagna è un'attività fisica molto completa e alla portata di tutti, che fa bene alla salute. Camminare è un movimento semplice e naturale, un movimento innato nell'uomo, che non ha bisogno di grandi spiegazioni. Farlo in montagna, immersi nella natura, a stretto contatto con l'ambiente e lontano dai frastuoni e dal ritmo frenetico della città, aiuta ad amplificarne il beneficio.

Per cominciare a camminare in montagna il mio consiglio è di iniziare molto gradualmente, sia per quanto riguarda il dislivello che per quanto riguarda lo sviluppo e la lunghezza delle camminate, in modo da dare tempo al corpo di adattarsi al nuovo tipo di sforzo. Durante la camminata tenete sempre sotto controllo la respirazione e adeguate il passo al tipo di terreno che incontrerete. Usate sempre i bastoncini e tenete alta l'attenzione su cosa state facendo perché, soprattutto in discesa, se si è stanchi è facile appoggiare male i piedi e rischiare slogature alle caviglie e pericolose perdite di equilibrio. Camminare in montagna fa bene al corpo e allo spirito.

Ma vediamo nel dettaglio quali sono i benefici di questa attività.

• Fa dimagrire e aiuta a tenere sotto controllo il proprio peso

Camminare per i sentieri di montagna, lungo tutto il corso dell'anno, aiuta a tenersi in forma e può dare buoni risultati anche senza modificare più di tanto l'alimentazione. E' un'ottima soluzione per chi ha problemi di sovrappeso e per chi soffre di diabete, perché fa bruciare molti grassi di riserva, ovvero quei grassi che molti vorrebbero eliminare. Pensate che durante una camminata in salita si bruciano quasi il 40% di calorie in più rispetto ad una camminata in piano. Alcuni sono convinti che la cosa migliore per perdere peso sia la corsa. Niente di più sbagliato, la corsa tende a bruciare prima di tutto i carboidrati e poi i grassi. Un recente studio condotto dall'università di Verona ha dimostrato che a parità di tempo, se è vero che più si va veloce e più si consumano calorie, è altrettanto vero che la fonte di energia utilizzata cambia significativamente a seconda del tipo di sforzo. Maggiore è lo sforzo e maggiore è l'utilizzo di carboidrati. Diminuendo l'intensità dell'attività motoria, invece, l'organismo attinge sempre

meno dai carboidrati per preferire la fonte energetica dei depositi adiposi. Anche una semplice passeggiata di un'oretta in collina, fatta a buon ritmo, può già innescare questo processo di smaltimento dei grassi.

• Migliora l'efficienza dell'apparato cardiovascolare

Andare a camminare con una certa continuità aiuta a prevenire alcune malattie cardiovascolari, quali l'ictus e l'infarto. Tenendo sotto controllo la respirazione, lungo i tratti di salita ci si accorgerà di fare meno fatica e la meta non sembrerà poi così lontana. Gradualmente, con il tempo e con l'allenamento, migliorerà sensibilmente anche la nostra soglia aerobica e la fatica si farà sentire sempre di meno.

• Tonifica gambe e glutei

Anche l'aspetto esteriore del corpo migliorerà. Inoltre, usando i bastoncini telescopici da trekking (molto consigliati anche per un maggiore stabilità e per alleggerire, soprattutto in discesa, il peso sulle ginocchia e sulle caviglie), si manterranno in attività anche i muscoli delle braccia e quelli della parte alta del corpo.

• Scarica la mente dalle tensioni negative

Oltre a portare dei reali e tangibili benefici al corpo, la camminata in montagna costituisce un ottimo rimedio contro lo stress. L'attività fisica svolta in un ambiente ricco di ossigeno ed aria pura aiuta ad allentare le tensioni negative della mente e permette al corpo di rigenerarsi. Tutto ciò porterà a delle ripercussioni positive anche sui nostri pensieri. Immergendosi anche solo per qualche ora nella natura, alcune cose a fine giornata si vedranno da un altro punto di vista e alcuni pensieri negativi, del tutto inutili, come d'incanto non occuperanno più la nostra testa. Aiuta ad ascoltare il proprio corpo e quello che ci sta attorno. Camminare in montagna aiuta a sentirsi vivi e parte dello spazio che ci circonda. Durante le escursioni il silenzio della montagna ci aiuterà ad ascoltare il nostro respiro e il battito del nostro cuore. Il sole, il caldo, il freddo, i rumori e gli odori della montagna ci sintonizzano con la natura meravigliosa che ci sta attorno, facendoci sentire dei privilegiati a godere gratis di tutto ciò.

Fabrizio Vago

www.ilmountainrider.com

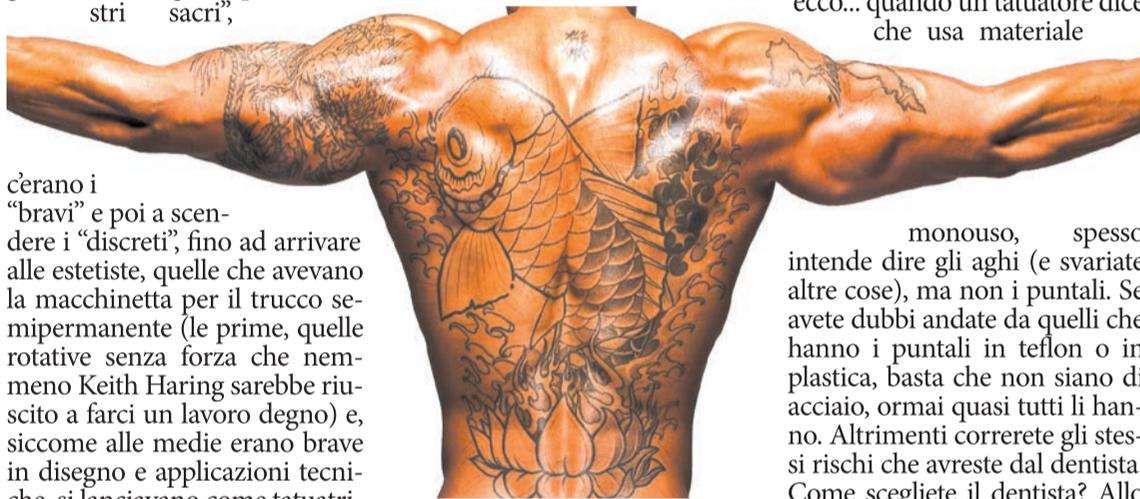
Qualcuno ha notato quanti tatuatori, a dir poco bravissimi, sono apparsi negli ultimi anni?

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5402

Fino a una decina di anni fa c'era una piccola rosa di eletti, di fama internazionale, accessibili quanto la regina d'Inghilterra, impegnatissimi. Un loro lavoro costava un rene, una lista d'attesa lunga mesi e qualche ora di bruciore intenso sotto le mani capaci di premi Nobel del malumore... in realtà alcuni sarebbero anche stati simpatici ed eventualmente socievoli, ma tatuare richiede concentrazione assoluta, e passare da un cliente all'altro per otto/nove ore al giorno stanca, assorbe e limita la giovialità. A seguire questi "mostri sacri",

mesi. Esattamente da quando è uscito photoshop. Chi consultava le riviste del settore in quell'epoca ci avrà fatto caso. Avevamo foto di lavori più o meno belli; tutti, come minimo, buoni, alcuni ancora meglio e pochissimi, rarissimi, eccellenti. Esce photoshop, compri il tuo tattoo qualcosa del mese e... miracolo!!! Tutti eccellenti. Linee perfette, riempimenti ineccepibili, neri che nemmeno la pece di notte, gialli quasi dorati, bianchi assolutamente impossibili, sfumature trasparenti. Non che le cose non siano davvero migliorate, certo, in tanti anni si sono fatti passi da gigante. Gli aghi non sono più quelli di una

ro appuntite e non leggermente arrotondate, dai colori, che non devono avere dei buchini qua e là... e dal rilievo, che non deve esserci. Se si tratta di un tribale, tutto nero quindi, deve essere nero sul serio, non grigiastro né sul blu. Nero... considerando che comunque la pelle che ricopre il lavoro un pochino il nero lo sbiadirà, ma deve essere il più nero possibile. E le sfumature devono essere "pulite", omogenee, senza chiazze. Per quanto riguarda il rischio di appestarsi con qualcosa di incurabile, purtroppo, bisogna usare l'istinto o, altrimenti, andare solo da quelli che usano tutto il materiale monouso. Tutto nel senso tutto. Solitamente si intende, per monouso, tutto tranne i "puntali", che sarebbero quelle cose in acciaio in cui scorre la barretta dell'ago... ecco... quando un tatuatore dice che usa materiale



c'erano i "bravi" e poi a scendere i "discreti", fino ad arrivare alle estetiste, quelle che avevano la macchinetta per il trucco semipermanente (le prime, quelle rotative senza forza che nemmeno Keith Haring sarebbe riuscito a farci un lavoro degno) e, siccome alle medie erano brave in disegno e applicazioni tecniche, si lanciavano come tatuatrici, marchiando indelebilmente le loro clienti con coccinelle e farfalline che, nel giro di un paio d'anni al massimo, si trasformavano in macchie grigiastre. Più simili a dei brutti lividi, piuttosto che a dei bei tatuaggi. Per forza, sbagliavano macchinetta, ago e inchiostro... alcune anche il disegno. Ma in dieci anni le cose sono cambiate visibilmente, anzi, le cose sono cambiate repentinamente nel giro di sei

volta e ormai conviene più comprarli fatti che farseli da soli. I colori hanno gamme infinite e non serve più essere bravi a mischiarli bene evitando che si separino con gli anni... le macchinette... beh, le macchinette ormai hanno tanti di quei modelli che nemmeno un neofita può averne una che funzioni male. Però, nonostante i notevoli progressi, resta la cara vecchia regola che un tatuatore va scelto "su pelle" e mai su foto. E, possibilmente, su un lavoro che abbia almeno sei mesi; perché è facile che il lavoro appena fatto sia buono, ma deve essere buono davvero per essere perfetto anche dopo un po' di tempo. Quindi, per scegliere da chi farsi tatuare, meglio guardarsi attorno in spiaggia piuttosto che studiare le foto esposte in vetrina (solitamente photoshopate, mi perdonino le rare eccezioni che il pc non lo usano). Se vedete qualcuno che porta addosso un lavoro ben fatto, avvicinatelo e chiedetegli da chi se lo è fatto fare... di solito le persone tatuate sono felici che i lavori che portano addosso vengano apprezzati e, se avete fortuna, vi spiegherà volentieri dove si trova il suo tatuatore di fiducia. Un lavoro ben fatto si riconosce dalla linea, che deve essere precisa. Dalle punte, che devono essere davve-

monouso, spesso intende dire gli aghi (e svariate altre cose), ma non i puntali. Se avete dubbi andate da quelli che hanno i puntali in teflon o in plastica, basta che non siano di acciaio, ormai quasi tutti li hanno. Altrimenti correrete gli stessi rischi che avreste dal dentista. Come scegliete il dentista? Allo stesso modo dovete scegliere il tatuatore. Deve essere sano di mente e non deve avere i postumi di una sbronza colossale, altrimenti c'è il rischio che non abbia girato bene la manopola della sterilizzatrice. Magari ci ha messo anche le migliori intenzioni, ha lavato gli attrezzi, li ha imbustati, li ha messi sul vassoietto, ha infilato tutto nell'autoclave... ma poi anziché un tempo alla macchina, ne ha dato un altro e così, l'epatite è sopravvissuta. Magari non è pazzo e nemmeno ubriaco, ma solo figlio di una buona mamma e ha tanti clienti e ha finito i puntali e ha fretta... insomma... bisogna fidarsi come di un dentista. Anche perché ci sarebbe pure da parlare dei colori, e tante sono le cose da dire, così tante che forse si farebbe prima ad affidarsi ad un buon professionista, piuttosto che saperne voi stessi tanto come un tatuatore. Il tatuatore è qualcuno a cui affidate la vostra pelle. La maggioranza dei tatuatori sono brave persone che del loro lavoro ne hanno fatto uno stile di vita, spesso ci tengono ancora più di voi alla vostra soddisfazione. Ma qualche eccezione esiste, purtroppo, anche tra loro. Va scelto con cura, lo studio va visto e rivisto, l'ambiente deve ispirarvi fiducia e, se avete di fronte un professionista o un infiltrato, lo dovrete capire da soli. LEM

Occhiali per l'estate

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5404

Gli occhiali da sole per l'estate 2014 sono rotondi oppure hanno la forma a farfalla (o a gatto), le montature sono piuttosto grandi e vanno ancora forte le lenti a specchio. Sono le tendenze che ci vengono comunicate dalle passerelle. Tendenze che abbiamo potuto vedere durante le ultime settimane della moda a Parigi e Milano. Lenti a specchio argentate, sono "hot" le lenti a specchio. Se l'anno scorso andavano forti i colori come il blu, l'arancio, il giallo e il verde, questa stagione le più amate in assoluto sono quelle argentate. Montature rotonde, sono soprattutto le più giovani a preferire le montature rotonde che donano un aspetto "hippies" e un po' alternativo. Le lenti sono scure o a specchio. Montature colorate, un

altro trend che vogliamo segnalare sono le montature colorate, sia per gli occhiali da sole, sia per gli occhiali da vista. Molto viste quelle di colore turchese. Occhiali a forma di farfalla, vanno forte anche gli occhiali a forma di farfalla e non c'è da stupirsi. Le linee all'insù di questi modelli esprimono positività (mentre linee all'ingiù, come sappiamo tutti, rendono in genere un po' più tristi). Allora che dite? Tutti a regalarci una nuova montatura da sfoggiare in spiaggia!

Annalisa Mugella



TEMPLO INDRA
MÓVIL: 605 347 437
AFRODICIAOS.CENTROMASAJES@GMAIL.COM
TÁNTRICOS - ERÓTICOS AFRODISÍACOS
HOLÍSTICO - TERAPIAS - CURSOS Y TALLERES

SARTORIA-SASTRERÍA
Sandra
si eseguono lavori di:
MODIFICHE . RAMMENDO . RIPARAZIONI
se realizan trabajos de:
MODIFICACION . REMIENDO . REPARACION
MOVIL: 647126583

Compleanni "Vip"

- 1 Giugno 1973 **Heidi Klum**
- 2 Giugno 1740 **Marchese De Sade**
- 3 Giugno 1986 **Rafael Nadal**
- 4 Giugno 1970 **Deborah Compagnoni**
- 5 Giugno 1949 **Ken Follett**
- 7 Giugno 1936 **Pippo Baudo**
- 8 Giugno 1955 **Tim Berners-Lee**
- 9 Giugno 1981 **Natalie Portman**
- 10 Giugno 1959 **Carlo Ancelotti**
- 11 Giugno 1986 **Jean Alesi**
- 12 Giugno 1981 **Grace Jones**
- 14 Giugno 1946 **Donald Trump**
- 15 Giugno 1954 **Jim Belushi**
- 16 Giugno 1942 **Giacomo Agostini**
- 18 Giugno 1942 **Paul McCartney**
- 19 Giugno 1945 **Aung San Suu Kyi**
- 21 Giugno 1973 **Juliette Lewis**
- 22 Giugno 1953 **Cindy Lauper**
- 23 Giugno 1972 **Zinedine Zidane**
- 24 Giugno 1931 **Emilio Fede**
- 25 Giugno 1963 **George Michael**
- 26 Giugno 1971 **Max Biaggi**
- 27 Giugno 1975 **Tobey Maguire**
- 28 Giugno 1964 **Sabrina Ferilli**
- 29 Giugno 1929 **Oriana Fallaci**
- 30 Giugno 1985 **Michael Phelps**

Per la tua pubblicità sul portale CiaoTenerife
info@ciaotenerife.it
facebook Ciao Tenerife
Migliaia di contatti ti stanno aspettando
www.ciaotenerife.it

Come Fare Soldi con il Poker Online (2ª lezione)

Tempo di lettura: 5 min.

In questo secondo incontro, inizieremo col fugare ogni dubbio sull'onestà di questi meccanismi, cioè sulla sicurezza degli algoritmi utilizzati, per poi riprendere le tecniche per guadagnare, analizzando da vicino l'importanza della posizione nelle starting hands, con schemi ed esempi pratici.

E' sicuro giocare a poker online?

Quando ho iniziato a giocare a poker online, molti amici mi facevano la stessa domanda: "Ti senti davvero sicuro a giocare a poker su internet? Non potrebbe essere truccato? Su quali presupposti si basa il generatore di carte?" Queste domande perdono subito di significato se si conosce la strategia attraverso la quale la poker room guadagna su ogni singolo giocatore: a prescindere dal fatto che noi vinciamo o perdiamo denaro, il sistema preleva un po' di denaro da ogni nostra giocata o dalla quota di iscrizione ai tornei. Già questo è sufficiente per dimostrare come non vi sia alcun interesse, da parte della poker room, di "truccare" le giocate, avvantaggiando un giocatore rispetto ad un altro. Nello specifico:

- Rake nel cash: Su ogni piatto il programma trattiene generalmente 5,5%, fino ad un massimo di 3 euro (il cosiddetto cap)
- Fee nei sit'n go e nei tornei: il programma trattiene un 7,5% sulla quota di iscrizione o sulla somma necessaria ad accedere al sit'n go. Considerando quindi che una

Ogni tanto useremo termini tecnici, se vi sentite poco ferrati, tenete sottocchio http://it.wikipedia.org/wiki/Glossario_del_poker

poker room non ha interesse a barare (visto che non esiste un banco, ma si gioca tutti contro tutti), ogni circuito di poker punta solo a garantire più trasparenza possibile, in quanto questa porta un maggior numero di giocatori, e quindi un giro d'affari più elevato. Va tenuto ben presente che il gioco digitale, soprattutto nella forma del poker, muove un impressionante giro d'affari; nessuno si sognerebbe mai di rischiare di perdere entrate da capogiro, truccando algoritmi... a favore di chi? Che vantaggio avrebbero? La sicurezza viene garantita ad ogni livello; di fondamentale importanza sono infatti le comunicazioni tra i server e il software di gioco, in esecuzione sui computer. La piattaforma su cui consiglio di giocare (PokerStars.it), garantisce oggi il miglior bonus e rakeback, oltre ad un bacino d'utenze ampio e sempre nuovo. Propone un bonus di benvenuto di 1000 euro e garantisce una crittografia a 2048 bit di tutti i dati inviati, e per questo motivo, nessuna persona che cercasse di intersorsi tra il vostro computer e il server di gioco, riuscirebbe a catturare e decifrare i dati, al fine di barare.

I vantaggi di giocare e fare soldi online

Personalmente preferisco giocare a poker su internet che dal vivo, l'online ha alcuni vantaggi veramente notevoli:

1. E' molto veloce, nel senso che si possono giocare molte mani rapidamente, aspetto che ai fini statistici ricopre un ruolo essenziale; come sappiamo infatti, la statistica è tanto più accurata quanto il campione di giocate in esame è ampio.
2. Si può eseguire il multibla, cioè giocare su più tavoli simultaneamente, con l'ovvio risvolto che ci si annoia di meno, avendo più spesso mani giocabili a disposizione.
3. Non esiste un mazziniere, tutto è gestito dal sistema, quindi vengono azzerati i tempi collegati ad operazioni solitamente macchinose, come il mescolamento e la distribuzione delle carte.
4. Il rakeback, cioè la possibilità di ricevere indietro una

percentuale del denaro giocato: Ad esempio, se ho giocato un totale di 10.000 euro (persi o vinti, non conta, conta solo aver movimentato quella cifra), la poker room si intasca il 7,5%, quindi 750 euro. Di questa (chiamiamola) "tassa", grazie al meccanismo del rakeback, ci vengono ridati 250 euro. Capirete che, chi gioca molto, e muove cifre importanti, è in grado di guadagnare solo grazie a questo concetto.

5. I bonus, soldi che ci vengono regalati dalla poker room se raggiungiamo alcuni obiettivi prestabiliti. In questo caso la scelta della poker room riveste un ruolo importante.

6. Siamo "mascherati" dallo schermo, quindi non dobbiamo essere necessariamente degli esperti nel nascondere le nostre emozioni, possiamo esultare o imprecare senza dare segnali al nostro avversario. Scelta la room, dobbiamo decidere il nickname, cioè il nome del nostro giocatore al tavolo, che ci identificherà agli occhi degli altri. Possiamo spacciarci per donna, anziano o pollo alle prime armi ecc... Non trascurate l'importanza della scelta del vostro nickname, il poker è un gioco di informazioni e già dal vostro nome potete dare info sbagliate agli avversari! Non abbiate quindi fretta in questa scelta!

Come iniziare per fare soldi
Inizialmente è fortemente consigliato giocare su tavoli dove la posta in gioco è molto bassa, i cosiddetti microlimiti, cioè tornei da 1 euro e cash con bui 0.01-0.02 euro, allo scopo di prendere confidenza con i vari concetti che andremo a spiegare. Esistono poi i freeroll, cioè tornei ad iscrizione gratuita, che mettono però in palio denaro reale; generalmente sono frequentatissimi, proprio perché è possibile accedervi senza spendere niente e senza nessun rischio. Nella particolare situazione di una persona che si sta avvicinando per la prima volta al mondo del poker, è di vitale importanza non fare il passo più lungo della gamba; inizialmente occorre cercare di mettere in gioco la minor quantità di denaro possibile e imparare bene i concetti spiegati in questa guida.

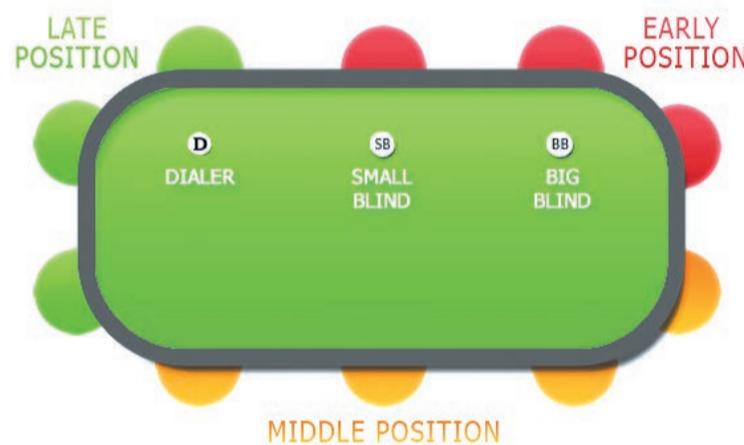
E' facile sentirsi ferrati in breve tempo e decidere di spostarsi su tavoli con bui più elevati, ma questo errore va evitato come la peste, perché è il primo passo verso la rovina. Nell'articolo precedente abbiamo dettagliato le "starting hands", cioè l'importanza delle carte che ci vengono servite e le probabilità di vittoria che da queste derivano. Abbiamo cioè definito la "forza" delle carte che ci vengono inizialmente servite, suddividendole in otto gruppi; dalle più "forti" alle più "deboli", ma queste informazioni, da sole, non sono sufficienti, occorre abbinarle al concetto di "posizione".

L'importanza della posizione
La posizione è fondamentale in un gioco di informazioni incomplete come il poker! Moltissimi dei nuovi giocatori e, a dire la verità, una parte anche di quelli più navigati, non ha idea dell'importanza della posizione o semplice-

mente la ignora. La posizione è determinata dal posto dove si è seduti, in relazione a dove si trova il dialer (o bottone), cioè il giocatore che simula la distribuzione delle carte. Dico "simula" perché è sempre il software ad eseguire questa operazione, ma chi "fa le carte" ha il vantaggio di essere l'ultimo del giro a fare la propria mossa. Ne deriva che chi sta fisicamente a sinistra del dealer (a destra nell'immagine speculare sotto) è il primo a fare la propria mossa, e via dicendo, in senso antiorario. Prima di iniziare a parlare di posizione, è bene osservare attentamente la seguente immagine e fissare nella nostra mente come sono definite (e suddivise) le posizioni, sul tavolo da gioco:

FRANCESCO

www.smetteredilavorare.it



AIR FRI **PAOLO: 658 031 072**
gaspa74@hotmail.com

INSTALLAZIONE E RIPARAZIONE
VENDITA NUOVO ED USATO
CLIMATIZZAZIONE
REFRIGERAZIONE e RISTORAZIONE

libit Soluzioni Informatiche
Servizi Informatici per la tua Impresa

Siti Web
Creazione / Diffusione

Joomla! VirtueMart

Stampanti Multifunzione Xerox
Stampanti colore/BN A4/A3 Multifunzione

TPV Agora
Software per Bar/Ristoranti/Negozi

libit Soluciones Informáticas - Avenida Santiago Puig, 4 Edificio El Dorado, Local 17
38660 Playa de las Americas - +34 650158743 - 922085033 - info@libit.es



Centinaia di meduse nuotano al Loro Parque

Inaugurato un nuovo acquario che presenta centinaia di meduse, da quelle quasi trasparenti che si trovano alle Canarie alle meduse viola dei mari tropicali, che nuotano in acquari con più di 100.000 litri di acqua marina. L'idea è quella di scoprire le peculiarità di queste creature che popolano tutti gli oceani, dalle acque più fredde a quelle più calde e, naturalmente, quelle che circondano le isole Canarie. "Aqua Viva" è il nome di questa nuova attrazione di Puerto de la Cruz, inaugurata alla presenza del Presidente del Governo delle Canarie, Paulino Rivero, e del Loro Parque, Wolfgang Kiessling, dove si potranno ammirare questi invertebrati marini che flottano in un'area espositiva di 500 metri quadrati. L'installazione si compone di sette acquari e una laguna di mangrovie, dove ci saranno anche degli squali pinna nera e pinna bianca, e anche centinaia di pesci tropicali multicolori. Sarà inoltre visitabile una sala per l'allevamento delle meduse, con delle vasche che permettono ai visitatori di seguirne l'intero processo vitale, dal suo status "infantile" all'età adulta. Per adesso sarà possibile ammirare sette specie di medusa, ma nel programma di allevamento ce ne sono ben 17, che cambieranno gradualmente dall'inizio della mostra. Tra queste, la medusa "Cassiopea xamachana", che vive al contrario, distesa sul fondo sabbioso delle lagune per poter effettuare la fotosintesi. Si potranno veder nuotare anche la medusa luna (dai 5 ai 40 cm) e la medusa viola, che hanno una grande capacità natatoria, come le tipiche meduse Canarie. Ci sono anche diverse varietà di medusa "uovo fritto", così chiamata



PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/5394

per la forma caratteristica che assume da adulta. E in "Aqua Viva" viene mostrato per la prima volta in cattività un fenomeno unico al mondo: i pesci che vivono in simbiosi con la medusa imperiale, che è quasi trasparente e misura tra i 3 e gli 8 centimetri. Sfoggiano la loro eleganza le meduse a pallini e l'ortica di mare, alcune con tentacoli fino a due metri, in queste particolari strutture dove si è riusciti a riprodurre il flusso dell'acqua, l'illuminazione e i rumori ambientali, per consentire ai visitatori di sperimentare un ambiente "fantastico". La varietà delle meduse è assolutamente stupefacente, perché a seconda della luce, per realizzare la fotosintesi alcune mostrano colori di una forte intensità, che vanno dal viola al rosso, al blu e a spettacolari gialli, e anche all'interno della stessa specie alcuni esemplari sono bluastri e altri virano al viola o al marrone. E la diversità si estende anche alla loro morfologia, a forma di campana o di ombrello per il nuoto, e alcune specie possono convivere con altre senza problemi, anche se alcune hanno tentacoli urticanti. Attualmente in acquario ci sono 900 esemplari, che potranno arrivare poi a 1.500, e questi organismi estremamente delicati lasceranno lo spettatore "letteralmente incantato" quando li vedrà galleggiare nella vasca. Il nuoto delle meduse dà un senso di tranquillità, e si spera che i visitatori riescano ad entrare nel mondo di queste fantastiche creature del mare, arrivando a sentirsi galleggiare come loro. Questa nuova sezione del Loro Parque mira a promuovere l'educazione ambientale e far capire che, anche se queste creature possono essere urticanti, sono necessarie nella vita del mare e aiutano alla giusta alimentazione di tartarughe, tonni, squali e pesci, perché le meduse sono composte per il 99% di acqua e sono essenziali per l'idratazione delle altre specie.

Franco Leonardi

Multipli avvistamenti del raro squalo angelo

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/5396

Ben tre diversi club di subacquei hanno segnalato lo scorso maggio dodici avvistamenti nelle Canarie dello squalo angelo (NdR. In spagnolo "angelote", nome scientifico *Squatina dumeril*, sembra una razza ma in realtà è uno squalo), una specie minacciata per cui l'arcipelago rappresenta una delle sue ultime roccaforti nell'Atlantico. La comunicazione della presenza di squali angelo a Gran Canaria e El Hierro è uno dei primi importanti contributi ricevuti grazie a "Poseidon", un programma per ampliare le conoscenze sulla distribuzione e il comportamento di diverse specie marine dell'arcipelago, grazie alla collaborazione dei cittadini. Fino a pochi anni fa questo tipo di squalo aveva un'area di distribuzione in natura che si estendeva nell'Atlantico dalla Scandinavia alla Mauritania, con popolazioni significative nel Mediterraneo e Mar Nero, poi ridotte drasticamente in tutte le zone costiere dalla pesca intensiva.

Inoltre, la biologia dell'angelote rende questa specie molto sensibile alle minacce, a causa dei lunghi tempi di gestazione, molto intervallati nel tempo e con pochi figli ad ogni nascita, e questo ha portato l'Unione Internazionale per la Conservazione della Natura (IUCN) a classificare questa specie in pericolo critico di estinzione. Attualmente, le Isole Canarie sono l'unica area geografica in cui gli squali angelo sono avvistati spesso, ma anche così, si teme che anche la popolazione locale sia in pericolo di scomparire. La mancanza di dati non consente neppure di stimare la dimensione della popolazione, la distribuzione spaziale e la biologia di questa specie. Il programma Poseidon (www.programaposeidon.eu), anche se ancora nella sua fase di sviluppo, ha registrato in maggio i primi avvistamenti di questa specie, grazie alla collaborazione dei centri di immersione 7mares Las Canteras a Las Palmas di Gran Canaria; PozoScuba a Pozo Izquierdo (Gran Canaria); e Extra Divers a El Hierro. A Gran Canaria,

gli avvistamenti sono stati effettuati in El Cabrón y Sardina, che sono siti noti tra gli amanti delle immersioni, dove sono più regolari gli avvistamenti di squali angelo. Tra i dodici individui, di dimensioni approssimative da 100 a 160 centimetri di lunghezza, è stato possibile individuare chiaramente due maschi e una femmina. L'individuo più grande, di 160 centimetri, è stato registrato in Sardina del Norte ad una profondità di 12 metri, gli altri esemplari sono stati avvistati dai 4 ai 22 metri di profondità.

Il programma Poseidon ha un comitato consultivo che comprende istituzioni di fama internazionale come la Fondazione Phillip Cousteau, Oceana e la Zoological Society of London, quest'ultima particolarmente interessata a svilup-



pare un piano di conservazione di questi fantastici pesci.

Franco Leonardi

Come scegliere una buona pensione per il mio cane

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/5400

Chi possiede un cane, almeno una volta si è domandato a quale pensione rivolgersi per l'affidamento temporaneo del proprio amico a quattro zampe. Capita spesso che per partenze improvvise,

vacanze o impegni di lavoro, si debba optare per una struttura esterna che ne possa garantire un ottimo accudimento. Vi sono vari fattori da tenere conto in questa scelta e ve ne elenco alcuni a mio parere fondamentali da osservare: Per prima cosa è indispensabile recarsi in visita alla futura pensione per valutarne alcuni requisiti, ed il primo impatto con i

gestori della struttura ci potrà permettere già di valutarne le doti professionali. I gestori di una pensione che si rispetti devono tassativamente richiedere il libretto sanitario del cane, per poter verificare se siano state eseguite tutte le vaccinazioni base contro le più comuni patologie canine, verificare se l'animale è stato regolarmente sverminato, e se è stato inoculato il microchip. Questo farà sì che il nostro amico potrà vivere temporaneamente in un ambiente il più sicuro possibile da un punto di vista sanitario. Molto importante è la valutazione del grado di pulizia, sia all'interno dei box dove verranno alloggiati i cani, sia nelle aree esterne tipo aree sgambatura. I box dovranno avere una misura idonea perché il nostro pet possa avere a disposizione un buono spazio per un regolare movimento, e dovranno avere una zona coperta ed una zona esterna, sempre ad uso esclusivo del nostro amico. La presenza di più aree sgambature divise tra di loro possono rassicurarvi sul fatto che il vostro amico "Fido" abbia la possibilità di correre e sfogarsi. Molto importante è valutare se all'interno della pensione vi sia un servizio veterinario, o se vi siano accordi tra i gestori della pensione e veterinari che possano garantire un'immediato intervento se ve ne fosse la necessità. Dovremo poi controllare in che modo sia regolato l'approvvigionamento dell'acqua, quindi osservare se l'acqua viene erogata attraverso degli abbeveratoi automatici con acqua sempre a disposizione, o se l'acqua viene approvvigionata manualmente dagli operatori. Per quel che concerne il mangiare accordatevi su quale tipo di alimento dare al vostro cane e preferibilmente è meglio lasciare il cibo che abitualmente il vostro pet mangia per non creargli imbarazzi intestinali. Dopodiché non rimane che partire tranquilli! **Roberto Maggiorani**

ALLEVAMENTO DEI MAGGIO

Allevamento Amatoriale di
Cani Lupo Cecoslovacchi
Cani Lupo di Saarloos - Akita Americano



www.allevamentodeimaggio.it - info@allevamentodeimaggio.it

I gatti tricolore sono quasi sempre femmine

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/5398

C'è un motivo per questa considerazione, non si tratta di una leggenda metropolitana. Scopriamo il perché. I veterinari non hanno poteri divinatori. Scherzi a parte, il vostro veterinario non ha doti profetiche se solo osservando il muso del vostro micino appena preso vi dice: "È una femmina", senza neanche toccarlo o guardare la zona anale. In realtà gli è bastato dare un'occhiata al colore del pelo: è tricolore? È una squama di tartaruga? Allora il gatto al 99% sarà femmina. Eh, sì, perché c'è anche la rarissima possibilità che sia maschio, ma francamente finora me ne è capitato solo uno, ed è un evento più unico che raro. Ma c'è un ben preciso motivo genetico

se i gatti tricolore sono praticamente sempre femmine, vediamo quale. Fondamentalmente il colore del pelo dei gatti è collegato al cromosoma X, quello che si eredita inevitabilmente dalla madre (ricordo che le femmine sono XX e i maschi XY e che si prende un solo cromosoma da ciascuno di loro). La femmina può dunque ricevere il gene del colore del pelo sia dal padre che dalla madre, mentre il maschio solamente dalla madre visto e considerato che dal padre, essendo maschio, può aver ereditato solamente il cromosoma Y, quello non collegato al gene della colorazione del pelo. A questo associamo poi il fatto che il colore bianco è determinato da un gene dominante, sempre attivo quando presente nel DNA. Questi due fatti spiegano l'esistenza del colore squama di tartaruga (nero/grigio con rosso/crema, da uno dei due genitori

la femmina prende il cromosoma X rosso e dall'altro il cromosoma X nero) o il classico tricolore, detto anche calico, dove abbiamo il bianco, il rosso/crema e il nero/grigio. I rarissimi maschi tricolore hanno di solito caratteri sessuali maschili, ma la maggior parte sono sterili. Cosa comporta avere un gatto tricolore o squama di tartaruga? Assolutamente nulla, sono gatti come tutti gli altri. Se avete la fortuna di trovare un raro maschio tricolore, allora segnate l'evento sul calendario, ditelo al vostro veterinario (che morirà di invidia e probabilmente vi chiederà di poter vedere e toccare questa rarità). Dal punto di vista sanitario non cambia nulla. Dal punto di vista caratteriale ho invece notato che le squame di tartaruga tendono ad essere un filino più nervosette e aggressive rispetto agli altri gatti, esattamente come le gatte nere femmine. Non è un dato oggettivo, solamente un'osservazione sul campo,

poi ci sono anche gatte squame di tartaruga tranquille e socievoli.

Marco Gelli



Non potete fare affidamento ai vostri occhi se la vostra immaginazione é fuori fuoco *Mark Twain*

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



PALMAR
Foto di Bina Binella



Foto di Antonella Vegro

LAS CAÑADAS DEI TEIDE
Foto di Ruggero Pini



Foto di Marco Fava



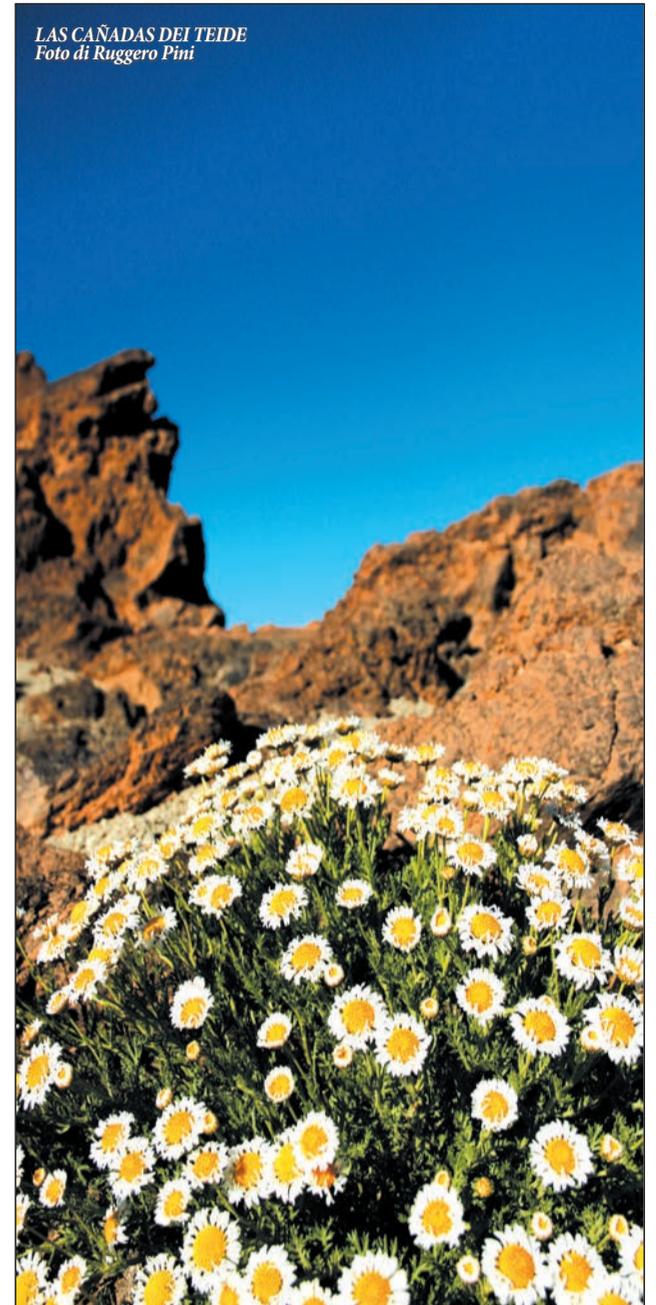
Foto di Giusi Sentinella



DEDO DE DIOS e TEIDE
Foto di Ruggero Pini



Foto di Paolo Suza



NON TUTTI SANNO CHE... la lingua Canaria non esiste

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5392

Salve cari lettori, eccomi qui nuovamente con voi, questo mese comincerai con un "Non tutti sanno che..."
...La lingua Canaria non esiste, però esistono moltissime espressioni e parole che puoi trovare solo qui!
Vi fornirò un piccolo dizionario "Tinerfeño", invitandovi a provarlo con la gente del luogo! Vedrete che rimarranno sorpresi dal vostro vocabolario! Chiaramente nelle altre isole si possono incontrare parole nuove, o addirittura non intendere queste che sto appunto per elencarvi, che sono tipiche di Tenerife! Spero che continuate a reputare i miei articoli interessanti e curiosi!

Con affetto
Mirko Giovagnoli



Alegar = Parlare
Arretranco = Inutile, che non serve più
Arrojar = Vomitare
Arvejas = Piselli
Baifo = Capretto (cucciolo di capra)
Bobo = Scemo
Botado = Tirato (nella spazzatura)
Buche = Sorso
Calufa = Caldo insopportabile
Cambado = Storto
Canelo = Marrone
Chafalmeja = Un balordo
Chicharrero = Nativo di Santa Cruz di Tenerife
Chico = Corto
Chola = Ciabatta aperta da piscina
Cotufas = Pop Corn
Cuca = Organo maschile (pisellino)
Embostado = Supersazio
Enyugado = Strozzato per alimento o bevanda
Escachar = Schiacciare

Escobillon = Scopa
Fatiga = Fame
Fisco = Pochino
Fosforos = Fiammiferi
Gajo = Spicchio (normalmente usato solo per la frutta)
Gaveta = Cassetto
Geito = Storto o mal gesto che rovina un'articolazione
Godo = Che viene dalla penisola Spagnola
Guagua = Bus
Guiri = Straniero
Habichuelas = Fagiolini rotondi
Manises = Noccioline
Nalgada = Schiaffo sulle chiappe
Ñoños = Dita dei piedi
Papas = Patate
Pelete = Freddo
Pepito de ternera = Panino con carne
Piche = Catrame per asfalto
Piña de millo = Pannocchia di mais
Platina = Carta stagnola per alimenti
Polla boba = Presuntuoso, stupido
Puntal = Il migliore, un pilastro portante
Rebenque = Stupido che fa cose cretine
Rodarse = Mettersi a un lato
Ruín = Grammo, Cattivo
Tacha = Chiodo

Tachar = Cancellare
Taponazo = Un colpo forte. Esempio: ero al semaforo e una macchina mi ha dato un "taponazo" di dietro!
Tolete = Tonto, Scemo (in maniera scherzosa)
Tonga = Una pila di...libri, fogli, mattoni etc.
Traba = Molletta per stendere
Trancar = Chiudere
Trillarse = Pizzicarsi
Tupir = Tappare
Valde o Cubo = Secchio
Volador = Fuoco artificiale

ESPRESSIONI CORRENTI:

Fos! = Che puzza!
Ñooo = Esclamazione, come dire "Cavolo!"
Ay mi madre! = Mamma mia!
Fundamento! = Mi raccomando!
Agüita! = Esclamazione tipo "alla faccia!"
Se le va el baifo! = E' fuori di testa!
Chooos! = Esclamazione tipo "Che forte!"





Un ponte tra due mondi

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5390

Questo mese l'arca del mistero vi farà navigare nel sottile velo che separa questo mondo dal successivo. Iniziamo ubicando temporalmente l'evento, dicendo che in una calda serata di fine settimana una ragazza giovane intorno ai 18 anni esce con il suo ragazzo per andare a una festa. Possiamo immaginare l'allegria e la felicità nel prepararsi e farsi bella. Sotto casa ad aspettarla un giovane prestante nel fiore degli anni, seduto nella sua auto, un po' vecchia ma tenuta in perfetto ordine. Quando la ragazza scende, passa a salutare i genitori nel bar del paese di loro proprietà e si allontana velocemente. Purtroppo per i due giovani il destino aveva in serbo un altro progetto, e scendendo da Valle San Lorenzo, appena prima della rotonda che devia a Capo Blanco e a pochissimi chilometri dal loro punto di partenza, la vettura esce di strada e cade in un barranco. Questo barranco però non è uguale agli altri: si tratta del Barranco oscuro, famoso da tempi immemorabili per essere il luogo preferito per le streghe e dove, per le correnti magnetiche, la presenza di acqua sotterranea e altri elementi, apparentemente il confine

tra questo mondo e quello dei morti diventa più flessibile. La povera ragazza purtroppo muore per l'impatto, e nei giorni seguenti viene celebrato il funerale, dove tutti gli amici e quasi tutto il paese partecipano, essendo una famiglia molto conosciuta nella zona. Tutto questo potrebbe restare un tragico evento di cronaca, e va detto che per vari mesi la cosa rimase tale, se non che dopo circa 5 mesi dall'evento molti vicini della zona dell'incidente iniziarono a vedere una ragazza sul ciglio della strada che camminava in direzione di Valle San Lorenzo. Le descrizioni parlano di una ragazza dai capelli neri, giovane e con un passo lento, molto lento. Alcuni addirittura, vedendole il viso, iniziarono ad associarla alla ragazza morta in quel punto. Una sera però un tassista viene fermato con un gesto della mano da questa strana ragazza, e quando il veicolo si ferma lei sale sui sedili posteriori e chiede al tassista di portarla fino all'indirizzo del bar dei genitori. Durante il viaggio, che per la corta distanza è durato solo pochi minuti, non si scambiano parole, e il conduttore non notò nulla di strano, fino al momento in cui si ferma all'indirizzo fissato. Qui la ragazza gli chiede un favore, lo prega di entrare nel bar e dire a sua madre che nella sua stanza sotto al letto si trova una cate-

nina d'oro, che è di proprietà di una sua amica e che per favore la dia alla proprietaria. Il tassista a quel punto si volta perplesso chiedendosi perché la ragazza non scenda di persona a parlare con la madre, ma al farlo la figura della ragazza sparisce improvvisamente. Spaventato, cerca di trovare una spiegazione logica, e scende dal taxi per controllare che la ragazza non fosse scesa rapidamente e fosse scappata, ma non vede nulla. A quel punto, dopo ripetuti tentennamenti, decide di esaudire le richieste di quella giovane e, avvicinando la signora, che si trovava dentro al bar, inizia a raccontare tutti gli eventi. Effettivamente controllando la stanza trovarono questo medaglione e lo diedero alla legittima proprietaria. Da quel giorno non si hanno più notizie di apparizioni di questa strana figura e la famiglia, così come la maggior parte del paese, preferisce dimenticare l'accaduto e non farlo sapere in giro, così da dare il meritato riposo alla giovane tenerfegna. Questa storia non contiene molti dettagli, e qualcuno potrebbe pensare si tratti di semplici speculazioni, però teniamo molto a dire che, per rispetto alla famiglia e ai protagonisti, di cui molti ancora in vita, abbiamo censurato i dati troppo specifici, ma possiamo affermare che la vicenda è stata studiata da vari ricercatori e tutti la considerano assolutamente veritiera, e anche il tassista, pur essendo passati anni, continua a confermare la veridicità degli eventi.

Loris
Scrofernecher



L'Edettismo dei numeri: 13 - 17 - 7



Molta ambiguità nel campo della superstizione circola intorno al n. 13, amulettico e difensivo, quando lo si indossa, in oro o in altro metallo, accanto al gobbetto e al cornicino, infausto e disastroso quando si indica un numero di casa o un posto in albergo o una data mensile. Ciò soprattutto dipende dal fatto che il n. 13 indica "il tradimento",

poiché nell'ultima cena il tredicesimo apostolo si identifica in Giuda Escariota che tradì Gesù. Da qui nasce la preoccupazione che a tavola non si deve mai essere in tredici. Molto più oscura è la storia che da origine alla negatività del n. 17. Non se ne conosce il motivo e, pertanto, può darsi che nella memoria popolare esso richiami la data di un'epidemia, un terremoto, una carestia o una eclissi. Questo nel mondo moderno, a memoria d'uomo si può dire. Nel mondo antico le cose andavano diversamente. Nelle Georgiche, Virgilio consigliava di scegliere come fortunato il decimo giorno del mese e di evitare il quinto. "Il settimo giorno dopo il decimo è quello propizio a piantare la vite, a domare i bovi presi al laccio e aggiungere licci alla tela". Anche il n. 7 assume significati magici: nel ciclo della vita umana si crede che ogni set-

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/5388

timo anno comporti mutamenti dello stato della persona; 7 sono i sacramenti, i doni dello spirito santo, le virtù, i peccati mortali e i precetti della Chiesa. Ma il 7 è anche un numero malaugurante, perché ricorda i 7 anni di espiazione che toccano a chi abbia ucciso un gatto, o anche i sette anni di disgrazia che colpisce chi rompe uno specchio o versa il sale. Da quanto esposto si può dedurre che l'uomo, sempre al fine di evitare la monotonia della sua esistenza, ha bisogno, per distrarsi, di credere in queste cose futili, facendo proprio il detto "non è vero, ma ci credo".

Avv. Amalia Sica

OROSCOPO GIUGNO

ARIETE 21/3-20/4
Non periodo da exploit clamorosi: saranno piuttosto favoriti gli approcci graduali ma costanti a ogni genere di esercizio fisico per rendere il corpo agile e flessuoso, sostenendo anche la circolazione.

TORO 21/4-20/5
A Giugno potrebbero essere più chiare le questioni che ti hanno preoccupato nel periodo precedente. Se è vero che capire vuol dire un po' risolvere, vorrà anche dire che finalmente potrai iniziare ad intravedere la via d'uscita da qualche problema.

GEMELLI 21/5-20/6
In famiglia, e in generale attorno a te, i rapporti saranno più scorrevoli, in modo particolare dal giorno 8 al 29, periodo in cui la tua voglia di socialità, divertimento e viaggi, potrebbe essere al massimo.

CANCRO 21/6-22/7
Mai accontentarsi, hai ragione, però, anche volere l'impossibile può avere risvolti molto negativi... Le emozioni saranno sempre intense e speciali, il tuo sex appeal sempre grintoso e le sorprese davvero eccitanti...

LEONE 23/7-22/8
Le occasioni che cerchi? Probabilmente in dirittura di arrivo. Questo mese potresti finalmente iniziare a concretizzare alcune delle tue aspettative. Le stelle però ti ricordano che per iniziare a parlare di traguardi grandi e grossi occorrerà aspettare la fine di luglio.

VERGINE 23/8-22/9
Avrai voglia di essere più bello, di sentirti in forma per l'estate e agirai di conseguenza. Non esagerare però con gli impegni sportivi e le diete troppo drastiche: un buon riposo, adeguato e profondo, sarà una buona cura di bellezza!

BILANCIA 23/9-22/10
Se nel periodo precedente avevi avuto qualche preoccupazione, per te inizierà un momento di maggiore leggerezza, all'insegna della risoluzione, dell'accordo in famiglia, potresti fare scoperte interessanti, conoscere nuova gente, o fare la pace con qualcuno perso di vista.

SCORPIONE 23/10-21/11
Una notizia piacevole ti metterà di buonumore, perché rappresenta la possibilità di riemergere e di ritrovare l'equilibrio da lungo tempo ricercato. Avrai grandi occasioni se sei single, parecchie persone ti corteggeranno e ti metteranno di buonumore, si annuncia quindi per te una fase molto favorevole.

SAGITTARIO 22/11-21/12
Ottimo mese per il lavoro. Se lavori come dipendente, potresti avere ottime idee che ti metteranno in luce e ti permetteranno di centrare alcuni dei tuoi obiettivi. In generale, giugno occupa un posto di rispetto nella tabella di marcia verso il successo.

CAPRICORNO 22/12-19/1
E se proprio il partner dovesse fare ancora i capricci, peggio per lui/lei: perché, con il fascino che ti ritrovi, ci metterai davvero poco a trovare un valido e ottimo sostituto... Progetti e lavori in corso!

ACQUARIO 20/1-18/2
Vita sociale vivace, simpatia in primo piano, e nel corso dei giorni anche esuberanza, fascino, dolcezza... beh, se a giugno rimarrai single vorrà dire che l'hai voluto! Farai colpo facilmente e in qualche caso potresti anche lamentartene.

PESCI 19/2-20/3
Un po' di confusione per i primi sette giorni del mese. Probabilmente strascichi delle tensioni precedenti in famiglia o con gli amici. Tu potresti sentirti libero di decidere in base a quelli che sono i tuoi programmi personali, finalmente libero da contrasti e opposizioni.

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.

**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**

I MERCATINI del sud l'ISOLA
Mercadillo Costa Adeje
Giovedì e Sabato dalle 9 alle 14
Bus 416-417-441
Mercadillo de Alcalá
Lunedì dalle 9 alle 14
Bus 473
Mercadillo Los Abrigos
Martedì dalle 17 alle 21
Bus 470-460-486
Mercadillo Los Cristianos
Domenica dalle 9 alle 14
Bus 470-464-483-450-473
Mercadillo El Médano
Sabato dalle 9 alle 14
Bus 470 464 483
Mercadillo Golf del Sur
Venerdì dalle 9 alle 14
Bus 470 483
Mercadillo San Isidro
Venerdì dalle 17 alle 21
Bus 450 470 116
Mercadillo Playa San Juan
Mercoledì e Domenica dalle 9 alle 14
Bus 473

Giuseppe Giambra

Affitti e compravendite immobiliari ed attività commerciali

Avda Santiago Puig, 1
Ed. Los Tajinaste - loc. 2
Playa de las Américas

Tel. (+34) 922 190017
Tel. (+34) 679 794 380
Email: giambra@libero.it
 pinotenerife
www.giuseppegiambra.com



ATTICO PARQUE SANTIAGO 2 PLAYA DE LAS AMERICAS



Super attico in primissima linea. Situato in pieno centro a Playa de las Americas nel famoso residence Santiago 2. Residence con bellissima piscina climatizzata comodo a tutti i servizi. Si tratta di attico con una terrazza di 100 mq con vista su 3 lati al mare, alla spiaggia e alla città. Vista mozzafiato.

€ 840.000

Composto da 3 camere da letto, 2 bagni, grande salone che dá sulla veranda, cucina chiusa. Ascensore al piano. Include un grande garage chiuso molto comodo. Si vende arredato. Prezzo trattabile.



Appartamento Parque San Eugenio San Eugenio



€ 135.000

Appartamento totalmente rifornito con impianto elettrico e idraulico nuovi. Un bagno, una camera, sala cucina con divano letto, terrazzo vista mare e piscina comunitaria. Totalmente arredato ed equipaggiato. Centralissimo e molto comodo a tutti i servizi, si trova vicino al centro commerciale San Eugenio con supermercato, negozi, ristoranti, centro medico, fermata dell'autobus proprio di fronte, spiaggia attrezzata a 300 metri.

Los Cristianos Residence Albatros 1 camera



€ 53.500

Appartamento di una camera nel complesso Albatros (Los Cristianos) con una superficie interna di 48 mq ed esterna di 12mq. Composto da 1 bagno, sala cucina. Si vende arredato. Quota condominiale di 48 euro mensili. Residence centrale con scuola pubblica nelle vicinanze, centro culturale e piscina comunale.

MALIBU PARK BILOCALE SAN EUGENIO ALTO



€ 90.000

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

CASA A SCHIERA PLAYA PARAISO



Trattasi di casa a schiera in contesto di solo 5 unità nella zona di Playa Paraiso. Molto ben servita da autobus di linea, supermercato, bar, ristoranti ecc. La casa ha bisogno di una piccola ristrutturazione di cui abbiamo già vari preventivi

€ 220.000

La casa ha 3 camere da letto ampie una con terrazza, 2 bagni, cucina chiusa, grande salone con accesso al patio coperto con caminetto e forno a legna, un grande spazio esterno da utilizzare come giardino. In totale trattasi di 140 mq interni e 70 mq esterni. Non ci sono spese di condominio



EL MADROÑAL ATTICO 2 CAMERE



€ 248.000

Attico di 2 camere nel residence Los almendros (El Madroñal). Elegante urbanizzazione residenziale, dotata di tutti i confort come scuola privata, asilo, campi da tennis, palestra spa piscina, parco giochi, parrucchiera ecc. Composto da 2 camere da letto, sala cucina aperta tipo americana, 2 bagni e una terrazza con splendida vista. La superficie interna è di 73mq. e la terrazza di 12 mq. Dispone anche di una cantina di 8mq. più un garage coperto di 18mq. Il residence è molto ben curato e dotato di una grande piscina comunitaria.

BALCON DEL ATLANTICO TORVISCAS



Vera occasione! Ampio appartamento con spettacolare vista sull'oceano di 52 mq interni e 25 mq di terrazza. Composto da una camera da letto con armadio a muro, grande sala cucina, un bagno con doccia e ampia terrazza. Incluso nel prezzo c'è anche un garage chiuso.

€ 127.000

Il complesso dispone anche di grande piscina comunitaria. Appartamento ben curato. Non è mai stato affittato e i proprietari lo hanno usato solo per pochi mesi all'anno. Prezzo veramente interessante

