

• Leggo TENERIFE •

IL GIORNALE ITALIANO PIÙ DIFFUSO SULL'ISOLA



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

Anno 3 - N°27 - Aprile 2015

COPIA GRATUITA



LE GRANDI OFFERTE DI APRILE A PAG.13

**Notizie
Legali & Fiscali**

ARTICOLI A PAG.4

**Cucina &
Recensioni**

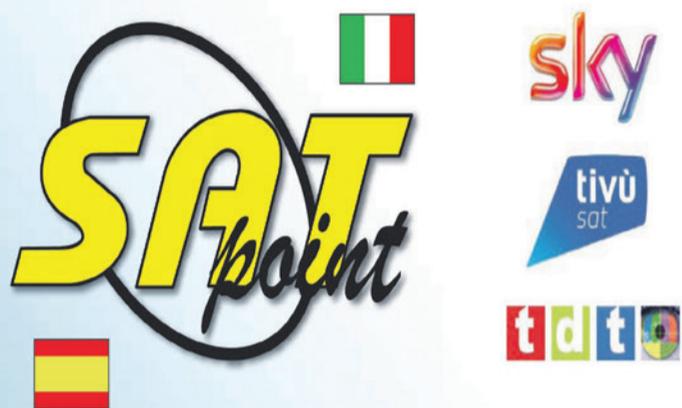
PAG.6 e PAG.7

**Benessere
& Salute**

PAG.11 e PAG.12

SENDERISMO

PAG.19 e PAG.20



- Instalaciones
- Antenas Sat
- TV TDT
- Camaras
- Installazioni
- Antenne Sat
- TV TDT
- Telecamere
- Schede Prepagate Sky



Calle Tegueste N° 2 - ADEJE
Tel.: 922 782 472 Mòv.: 618 318 473
www.satpointadeje.es

Leditoriale di Marianna Liberatore

Gli effetti del pettegolezzo



Sempre più diffusa la lamentela del pettegolezzo nella comunità italiana in Tenerife. Ma cos'è il pettegolezzo e che risvolti ha nella vita quotidiana di ognuno di noi?

Il pettegolezzo è nella natura umana! Tutti almeno una volta nella vita abbiamo utilizzato il pettegolezzo come forma di conversazione. Non significa necessariamente che sia nocivo, ma dipende molto da come e con quali sentimenti ed emozioni si pratica. Questa forma di conversazione, atta spesso a socializzare presenta alcuni, se

non molti, effetti negativi che tutti noi dovremmo conoscere. Probabilmente se ci si fermasse a pensare a quello che stiamo per fare prima di condividere storie, o diffondere pettegolezzi, ci si potrebbe rendere conto che la voglia di farlo molto spesso deriva da emozioni negative come gelosia, invidia, rabbia o solo noia. Così ho stilato una lista di effetti che il pettegolezzo può generare sia su stessi che sugli altri in modo tale che ognuno di noi possa rendersi conto che, anche se spettegolare aiuta a socializzare, spesso ha delle conseguenze irreparabili.

Pessimo Karma

Uno degli effetti peggiori del pettegolezzo è che torna sempre indietro. Se stai diffondendo pettegolezzi su qualcun altro, allo stesso tempo, qualcun altro potrebbe spettegolare su di te.

CONTINUA A PAG.2

Non siamo mica dei selvaggi!

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7945



E' più che comprensibile che l'uomo civilizzato voglia sterminare i selvaggi. L'esistenza del selvaggio gli ricorda infatti che lui deve lavorare quindici giorni per pagare l'affitto di un piccolo appartamento, o dieci, quindici anni per pagarne la proprietà, mentre il selvaggio costruisce la sua casa in due giorni e ne è altrettanto protetto. L'esistenza del selvaggio gli ricorda che perde i 3/4 della sua giornata ad occuparsi di cose di cui non vorrebbe

occuparsi, mentre il selvaggio impiega la maggior parte del suo tempo a ozio e a giocare. Infine l'uomo civilizzato vive la gran parte della sua vecchiaia malato e triste, mentre il selvaggio vive sano tutta la vita e quando si ammala muore senza lasciare ai suoi figli l'incombenza di un costoso funerale per pagare il quale dovranno impiegare ancora parte del proprio tempo a lavorare. Una volta eliminati tutti i selvaggi della terra, gli uomini civili potranno dimenticare il paradosso di una cosa che chiamano progresso e che non ha migliorato la loro vita. Potranno così consolarsi, come già fanno, dicendo che stanno al caldo, che si spostano facilmente, che comunicano in tempo reale a distanza, che hanno il pronto soccorso e il football. Ma volutamente dimenticano che potrebbero benissimo campare con

dieci gradi di meno e che stare al caldo li fa ammalare, che il più delle volte si spostano per ottenere il denaro che gli serve a comprare il mezzo con cui si spostano, che comunicano dicendo cose per niente interessanti, che il pronto soccorso, spesso, interviene a curare i danni della loro stessa civiltà, che il football li diverte assai raramente. L'uomo civile teme di tornare nelle caverne, per questo è disposto a morire di tumore per raffinare idrocarburi, e non si rende conto che ci sono milioni di modi di vivere, che non occorre andare nelle caverne per vivere una vita più sana, che la tecnologia veramente utile non è quella scatoletta a molla che tiene in tasca, che è diventato un piagnone stucchevole pronto a lamentarsi per l'assenza di una connessione di rete che gli serve a sognare ciò che non possiede e che l'unica strada che ha scelto è lastricata di menzogne che racconta per primo a se stesso.

Natalino Balasso

4landingGroupage

Se devi spedire

beni personali, mobili, auto o moto
dall'Italia alle Isole Canarie

il trasporto groupage

è la soluzione giusta per te!

Servizio per Privati e Aziende
e Assistenza Doganale

PER INFORMAZIONI:

Daniele Di Perna +34 642001765

4landing

shipping solutions agency
Official Branch of Sealandair - Livorno - Italy

Calle Tegueste n°2 - La Central - Adeje - Tenerife
email: info@4landing.es - www.4landing.es



La 4LANDING è un'agenzia di servizi con sede a Tenerife, nelle Isole Canarie, da 500 anni crocevia del commercio mondiale. Pianifichiamo un efficiente trasporto groupage dall'Italia alle Isole Canarie, con partenza dal porto di Livorno, e viceversa, avvalendoci di un nutrito team di professionisti del settore. Prossimamente opereremo anche in Europa, Nord Africa e Centro America. Il groupage è la soluzione più economica per il trasporto di una quantità limitata di merci in quanto si riuniscono in un unico container da 20 o 40 piedi beni provenienti da mittenti diversi e destinati ad una stessa area geografica, ottimizzando così gli spazi nel container ed abbattendo i costi. L'agenzia controlla la tua merce dalla partenza all'arrivo, occupandosi di tutte le pratiche doganali necessarie, grazie alla preziosa collaborazione dei nostri partners nei vari porti. Gli uffici della 4landing sono in Calle Tegueste, 2 local 5 - Adeje. Per informazioni contattaci senza impegno al 642 528 874. Official Branch of Sealandair - Livorno - Italy - email: info@4landing.es

L'EDITORIALE: Gli effetti del pettegolezzo

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7943

SEGUE DALLA PRIMA PAGINA

Probabilmente sono le stesse persone con cui stai condividendo i tuoi pettegolezzi. "Tratta gli altri come vuoi essere trattato." Questo è un detto popolare che, come ogni proverbio, ha in sé grandi verità. Mentre lo stai facendo forse pensi che stai parlando di qualcosa di poco importante, ma pensa a questo: forse per la persona oggetto dei tuoi pettegolezzi è molto più importante di quello che credi.

Spettegolare prima o poi ti isola

Senza dubbio spettegolare porta all'isolamento. Naturalmente la gente continuerà a parlare con te e avrai ancora "amici", tuttavia, sarai etichettato come la persona che "spara" costantemente. La gente che continua a starti vicino nel proprio intimo potrebbe essere anche arrabbiata con te ed i tuoi rapporti sociali potrebbero diventare solo di facciata. Pensa a qualcuno che conosci che spettegola molto. Come senti parlare di lui/lei? Come ti senti quando sei in sua presenza?

Nessuno si fiderà più di te

Se spettegoli costantemente, la gente smetterà di fidarsi di te. Ancora una volta, gli amici ti parleranno, ma potrebbero

esitare prima di dire qualcosa di serio, soprattutto se sanno che in passato hai usato la loro vita nelle tue conversazioni. Colleghi e familiari potrebbero smettere di raccontarti ciò che per loro è importante proprio perché temono possa diventare di dominio pubblico.

Puoi (e lo fai) ferire gli altri

Un altro degli effetti peggiori del pettegolezzo è che si può ferire gli altri. Se sei mai stato oggetto di pettegolezzi o di voci false, sai quanto dannoso sia. Ti senti in imbarazzo, caduto in disgrazia e vergogna, anche se non hai fatto nulla di cui vergognarti. Il fatto è che spesso si spettegola sulle persone perché fanno scelte diverse, o perché fanno cose con cui non siamo d'accordo. Prima di farlo sarebbe ideale mettersi al loro posto, e ricordare un momento in cui ci siamo sentiti feriti dai pettegolezzi.

Spesso stai rompendo delle promesse

Hai mai divulgato una cosa per cui avevi promesso di non parlare, solo perché era divertente, strano o incredibile? I pettegolezzi portano alle promesse non mantenute, anche se non è il tuo obiettivo. Molto spesso si finisce per diffondere storie su qualcuno molto vicino a noi, qualcuno che davvero amiamo, proprio perché rende una conversazione perfetta e ci permette di stare al centro dell'attenzione.

Ma ne vale davvero la pena?

Spettegolare appanna la tua reputazione

È un pessimo effetto del pettegolezzo perché la reputazione personale è molto importante. Se diventi noto come la persona che parla costantemente gradualmente (o spesso immediatamente) perderai la tua reputazione. La gente sicuramente non potrà più credere in te, soprattutto se si sentiranno ferite dalle tue azioni, e di conseguenza non vorranno condividere con te i dettagli della loro vita.

Il pettegolezzo diffonde le bugie

Molto spesso il pettegolezzo diffonde bugie. Diffondere una voce perché "si è sentito dire" e continuare a raccontare la storia, porta alla diffusione di menzogne. Alla fine porta a molti degli effetti offensivi sopra elencati. Se è mai accaduto a te di essere oggetto di bugie divulgate a macchia d'olio a causa del pettegolezzo, sai come ci si sente. Vuoi davvero fare questo a qualcun altro? Quando parli di qualcuno, che sia un collega, un amico, un conoscente, hai solo bisogno di ricordare che stai parlando di una persona che sta cercando di vivere la propria vita, proprio come te. In sostanza, se proprio non puoi fare a meno di spettegolare, fai del tuo meglio per non fare del male.

Marianna Liberatore

LEGGO TENERIFE POINT

Punti di distribuzione fissi nelle località dell'isola più frequentate dagli italiani, per poter trovare la vostra copia gratuita più facilmente. (chi fosse interessato a diventare un punto di distribuzione ci contatti al numero 632 027 222, saremo lieti di inserirlo sulla nostra lista)

PUERTO DE LA CRUZ:

- Pizzeria La Tasquita - Plaza del Charco
- Caffè Amanusa - Calle La Hoya n°12

CANDELARIA:

- La Isla de la pizza - Avda de la Constitución n°15

EL MEDANO:

- Ripasso Café - Calle La Pilarica n°2

LOS ABRIGOS

- Note di caffè - Avda Los Abrigos n°2

LAS GALLETAS:

- Bar-ril - C/Cándida Peña Bello n°20

PALM MAR:

- Sabores de Italia - Avda El Palm Mar n°64 - Edf. Flamingo

LOS CRISTIANOS:

- Sabores mediterraneos Supermarket - Avda de Suecia n°14
- The Italian Style - Avda de Suecia n°30
- Caffè Borbone - Avda Los Playeros n°45
- INTERNET&CALLS - Calle Juan XXIII n°26 - Edf. Coral
- Heladeria La Golosa - Paseo Marítimo n°11b - Edf.El Carmen - locale 8
- Il Forno d'Oro - Bvar Chajofè, Edf. Marte, locale n°11
- Pasticceria Agata - Paseo Maria Amalia Frias n°45
- La Bottega - El Camison - Avda Antonio Dominguez n°9, locale 53
- Viva la vida - El Camison - Calle Ramona Martin Artista - locale 13
- Trattoria Ristorante La porchetta - C.C. Apolo
- Horfruca Sur - Avda de l'Habana n°12
- Malabar tapas & cañas - Avda de l'Habana n°3 - locale 4
- Caffetteria Pizzeria Surf&Stars - Avda J. Carlos I n°33 - Jardines del Sur
- Appetizer - Calle paseo Madrid n°11 - Edf.Fontana - locale 9
- Yogurteria Yo for You - C.C.Pasarela - **PROSSIMA APERTURA**

PLAYA DE LAS AMÉRICAS:

- Las Islas Gastrobar - Calle Mexico
- Caffè Aroma - Avda Fco Andrade Fumero - locale A/4
- La Bruschetta Rist.Pizz. - Calle Arquitecto Gomez Cuesta-Resid.Paradero 2,9

PUERTO COLON:

- Cafeteria Restaurante Las Italianas - Local 127 (frente Pantalan n°4 y parking)

FAÑABÉ:

- L'Aperitivo - Calle Londres n°4 - Playa Fañabé
- Bar La Flaca - Calle Ernesto Sarti-Urb.Mare Verde - locale 147-Fañabé

COSTA ADEJE:

- Bar Ristorante Pizzeria Tiffany - C.C.San Eugenio - locale 65

ADEJE:

- Bar Pizzeria La Parada - Calle La Cruz n°25
- Casa Yaya - Plaza Cesar Manrique n°11

PLAYA PARAISO:

- Outlet Playa Paraiso - Avda Adeje n°300 - Edf Oasis 2

CALLAO SALVAJE:

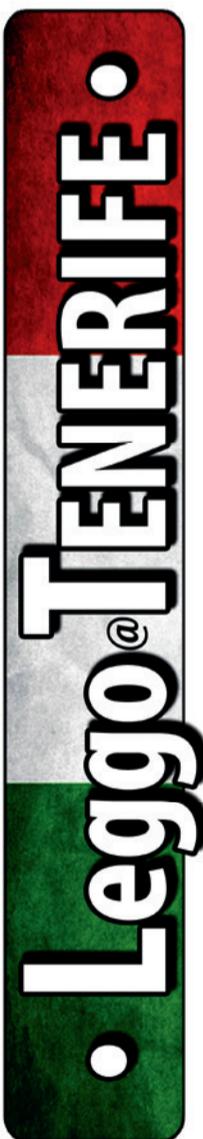
- The Italian Corner - Calle La Lava - Edf Perla Bianca, locale 2

PLAYA SAN JUAN:

- Fruteria Fresh Fruit - Calle Reina Sofia n°3

PUERTO SANTIAGO:

- Terry Café - Calle La Sirena n°2



EDITORE: Franco Leonardi

N° Deposito Legal: TF 34-2013

DIRETTORE RESPONSABILE: Franco Leonardi

Telefono e WhatsApp +34 632 027 222

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

Direzione Grafica e Edizione digitale: Cristiano Collina (cristiano@leggotenerife.com)

Internet: www.leggotenerife.com, www.leggotenerife.it

E-mail: info@leggotenerife.com

skype leggotenerife

facebook www.facebook.com/LeggoTenerife



STAMPATO in 7000 copie presso TF. PRINT, S.A. Corporación Bermont - S/C Tenerife

Distribuito in più di 500 punti sparsi per tutta l'isola di Tenerife. La pubblicità cartacea viene inserita gratuitamente sul nostro sito visitato mediamente da 650 utenti giornalieri

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 internet 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.

PUBBLICITÀ: I commerciali autorizzati preposti alla vendita di spazi pubblicitari sono Biancamaria Bianchini, Cristiano Collina, Roberta Tolio, Giuseppe Benedetti, Rosa Cavaliere, Luca Linder e Aura Palmerini. Diffidate pertanto da chiunque altro vi contatti per proporvi qualsiasi nostra iniziativa commerciale.

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

Consolo Onorario: Sig. Silvio PELIZZOLI

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

Da ormai sei anni ho preso la splendida abitudine di svernare a Tenerife dove si respira un'aria estremamente rilassante. Ogni anno, mi pare, le persone che la pensano come me sono sempre di più. Quest'anno, complice il tempo non sempre favorevole, passeggiare lungo il paseo è diventato impegnativo per la gran folla presente. A Tenerife vengono persone di ogni età, ma soprattutto anziani e disabili che qui trovano le condizioni ideali per trascorrere serenamente i mesi invernali. Per venire incontro alle esigenze di queste persone qui si tolgono barriere architettoniche e si offrono servizi vari, come la possibilità di circolare con car-

rozzelle a motore lungo il paseo pedonale. Purtroppo quest'anno molti di questi mezzi sono affittati senza scrupolo anche a chi non ne ha bisogno (si vedono allegre famigliole scorrazzare senza dover muovere un passo). Capita anche di vedere affidata la conduzione di questi mezzi a ragazzini inesperti e a volte pericolosi. Tale situazione non solo crea un certo intasamento nel traffico pedonale, già intenso, ma è anche pericolosa per l'incolumità delle persone. Sarebbe pertanto auspicabile un maggior senso civico e uno scrupoloso controllo, sia da parte di chi affitta (e ne ricava guadagno) che da parte della polizia locale, che dovrebbe far rispettare l'accessibilità alle aree pedonali solo a chi ne ha il diritto.

Distinti saluti
Giannina Pecce

Il 9 maggio l'hotel Sheraton La Caleta festeggia il 10° anniversario dalla sua apertura con un gran torneo di golf che si terrà nel campo di Costa Adeje. Possono partecipare sia i federati spagnoli che gli stranieri, sarà un evento unico. Ci saranno ricchi premi sia a sorteggio sia per i primi 3 classificati, successivamente ci sarà una cena di gala alla quale possono partecipare tutti i giocatori e relativi accompagnatori previa prenotazione.

5^o Gran Torneo de Golf



Sheraton La Caleta

RESORT & SPA
COSTA ADEJE, TENERIFE

10 años
creando recuerdos en Tenerife

Golf Costa Adeje

09 de mayo 2015

Inscripciones
Golf Costa Adeje, Tel. 922 710 000

Precio Jugador 75€
(Incluye torneo, cena de gala, entrega de premios y el gran sorteo en el hotel)

Precio especial para acompañantes 40€
(Incluye cena de gala, entrega de premios y el gran sorteo en el hotel)

Consultar ofertas especiales de alojamiento en el 922 162 000

- Modalidad
Stableford individual
3 categorías de caballeros
1 categoría de damas
- Premios
1^o, 2^o y 3^o clasificados para cada categoría
- Hole in One
Joyeria Ideal
- Premios y sorteo
Estancia en hoteles 5 estrellas en Sheraton Algarve, Sheraton Mallorca, vuelos entre islas, máquina Nespresso, experiencias Spa Eutonos entre muchos otros premios.

(grupocautrocomunicacion) G4 GOLF ASPAA EUTONOS NESPRESSO PLAZA DE DIOQUE neXsport club TORRES IDEAL

IDEAL TENERIFE PEARL

Binter Coca-Cola CHAMPAGNE G.H.MUMM

www.sheratonlacaleta/grantorneodegol2015

ASISTENZA E RIPARAZIONE
TELEFONI
TABLET
P.C. E PORTATILI
Tutte le marche
Preventivo Gratuito

SERVIZIO TECNICO
COMPUTER

Anche a domicilio

SoluciondirectaTenerife

Av. Los Playeros 44 C.C. Don Antonio loc.3 - Los Cristianos
soluciondirecta@outlook.com Cell. 628575122 Tel. 922788372

Comunicacion Directa
CHIAMATE
INTERNAZIONALI

INTERNET

INVIO DENARO

RICARICA SIM
CELLULARE



HELP

RYL

REFORMA Y LIMPIEZA

OBRAS PROFESIONALES

PINTURA - REFORMAS GLOBAL - LIMPIEZA - MUDANZAS

INSPECCIONES Y PRESUPUESTOS GRATUITOS

PERSONALE ITALIANO QUALIFICATO

TENERIFE - ARONA - LLAMANOS AL (+34) 630 54 68 39



Notizie Flash e dal Cabildo di Tenerife

● **Hanno rubato 110 alberi di avocado!**
Un fenomeno criminale che si è andato moltiplicando in tutta la Spagna a seguito della crisi è l'ondata di furti di cui sono vittime le aziende agricole. Non potevano rimanere indenni le Canarie dove si sono portati via 110 alberi di avocado, appena piantati con tre settimane di lavoro. Sembra che i ladri abbiano monitorato per giorni la messa in opera delle piante, aspettando il momento giusto per prendere gli alberi appena fossero stati trapiantati. Si parla di un danno di circa 3.000 €, oltre alle molte ore di lavoro impiegate.

● **L'Hotel Médano va buttato giù!**
Oggi una sentenza della Corte Suprema apre la strada per la sentenza di demolizione dell'Hotel Médano. La Corte Suprema ha stabilito che l'edificio è illegale perché la concessione dell'hotel di occupare suolo pubblico è scaduta, e il progetto originale approvato da Costas è stato modificato senza permesso, avendo edificato un piano in eccesso e con terrazze illegali che sporgono in mare come la prua di una nave. La Corte ha respinto il ricorso contro la sentenza di demolizione già confermata dalla Audiencia Nacional, il che significa che tutte le strade processuali sono state ormai esaurite. (NdR adesso staremo a vedere quanto sono rigide queste decisioni supreme nelle Canarie, mentre ancora tutti i giorni il famoso Mamotreto

di Playa de la Teresitas occupa un posto rilevante fra le news. E oltretutto i forum già rumoreggiano, lamentando la perdita di oltre 30 posti di lavoro... Vi terremo informati)

● **Solo 352 migranti arrivati alle Canarie in tutto il 2014**
In Spagna si parla di un significativo incremento di ingresso di immigrati attraverso il confine meridionale (11.146 nel 2014, circa un +30%), dovuto in primo luogo all'aumentato afflusso di quelli arrivati nella provincia di Cadice e soprattutto a Melilla. A questi dobbiamo aggiungere tutti i migranti intercettati dal Marocco, quasi 2.000 in più nel calcolo globale. Tuttavia non si può e non si deve assolutamente parlare di valanghe o di invasioni, perché le cifre sono molto più basse di quelle nel resto d'Europa. (NdR e noi italiani lo possiamo capire meglio di tutti)

● **Il 26 Marzo 2015 è entrata in vigore la nuova legge per la sicurezza del cittadino** e da ora sono possibili multe fino a 30.000 € per ogni tipo di offesa verso la Spagna o i suoi simboli e i suoi funzionari. Sono inoltre vietate completamente le proteste al di fuori di edifici pubblici importanti (la legge è stata accolta con vibranti proteste

al di fuori del parlamento spagnolo). Le nuove misure sanciscono in questa legge 31 "reati gravi" per i quali, nei casi peggiori, possono essere imposte multe fino a 600.000 €! Questi sono reati prevalentemente di ordine pubblico, ad esempio dimostrazioni di piazza, in particolare nei giorni caldi, come quelli che coinvolgono grandi eventi sportivi, o alla vigilia delle elezioni.

● **Quando si deve guidare NON SI BEVE ALCOL!**
Nei diversi test alcolici effettuati in occasione del Carnevale di Santa Cruz de Tenerife sono stati trovati circa 300 conducenti positivi al controllo alcolemico (NdR ricordiamo che qui il limite è 0,25, la metà rispetto all'Italia), di cui circa 43 casi saranno deferiti all'autorità giudiziaria per aver superato i 0,60, tasso considerato reato per la guida in stato di ebbrezza, in vari punti di Santa Cruz e limitrofi. Sono stati eseguiti anche test sul consumo di droghe, riscontrando un totale di 18 persone che erano al volante con un uso eccessivo di droga, ma nessuno di loro ha raggiunto il livello minimo per essere considerato un crimine contro la sicurezza stradale.

Cedesi attività Bar Caffetteria a 100 metri dalla spiaggia di Los Cristianos (Arona)
Trattative riservate - tel 603683777-608256150

Quando creare una società? Alcuni spunti (2ª parte)

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7937

La Sociedad Anónima (S.A.)

È una forma societaria meno abituale, pensata per grandi imprese con numerosi soci ed ampia capacità di investimento. Benché la creazione e la gestione quotidiana della società siano più complesse, richiedano maggior rigore formale, generino spese cospicue ed il capitale sociale minimo richiesto per la sua creazione sia il più alto tra tutte le forme societarie (60 mila euro), la possibilità di negoziare il trasferimento delle quote di partecipazione (nel caso della S.A. "azioni") liberamente, rapidamente e senza inficiare la sussistenza dell'impresa stessa, consente a questa forma societaria di incorporare facilmente un alto numero di soci investitori e conseguentemente di accumulare capitale e ricchezza. Anche la S.A., in quanto dotata di personalità giuridica e autonomia patrimoniale, limita la responsabilità degli azionisti verso terzi. Come nel caso della S.L., dal punto di vista fiscale troveranno applicazione l'Impuesto de sociedades e l'IVA (IGIC per le Canarie) e relativamente alla Seguridad Social gli amministratori ed i soci che detengano il controllo della società tributeranno nello stesso regime degli auto-

nomi (RETA) mentre gli altri nel regime generale (RGSS).
La Sociedad Laboral (S.L.L. o S.A.L.)

È una forma particolare che possono assumere sia le S.L. che le S.A., nella quale però la maggior parte del capitale (dal 50% in su) appartiene ai lavoratori dell'impresa. Concepita come strumento di interesse sociale gode di ampi benefici fiscali in fase di costituzione (esenzione del 99% dal ITPAJD -Impuesto sobre Transmisiones Patrimoniales Onerosas-), di una "corsia preferenziale" nell'erogazione di aiuti e sovvenzioni governative (ad es. la possibilità per il socio lavoratore di accedere al "pago único por desempleo", ossia ricevere in un'unica soluzione l'intera prestazione di disoccupazione) e consente ai soci lavoratori di rimanere inquadrati nel Régimen General della Seguridad Social. Il rovescio della medaglia sono una maggiore complessità amministrativa sia in fase di costituzione (in parte dovuta al fatto che ciascuna Comunità Autonoma possiede peculiari regolamentazioni in merito) sia in fase di gestione (in caso di funzionamento assembleare il raggiungimento di una decisione può risultare poco agevole).

La Cooperativa

È una forma associativa tra persone fisiche o giuridiche attraverso la quale esse soddi-

sfano interessi socio-economici comuni. Un esempio per tutte sono le cooperative de trabajo asociado, il cui oggetto sociale è generare posti di lavoro per i soci-proprietari attraverso la produzione, organizzata in comune, di beni e servizi per soggetti terzi. I vantaggi e gli svantaggi sono molto simili a quelli della Sociedad Laboral.

Un discorso a parte meritano la **Comunidad de Bienes (C.B.)** e la **Sociedad Civil (S.C.)**. In base al Código Civil, quando due o più persone sono proprietarie di un bene o vari beni in comune, per averli ricevuti in eredità o per qualunque altro motivo, si forma automaticamente tra essi una Comunidad de Bienes. Benché quindi la C.B. possa sussistere a prescindere da un espresso obiettivo economico, spesso diventa la forma di associazione prediletta dai lavoratori autonomi che, senza praticamente spese di costituzione e senza creare un vero legame societario, desiderino sviluppare un comune progetto imprenditoriale. Considerato che non è necessario redigere un atto di costituzione o uno statuto per la regolamentazione dell'attività né, in caso esista, di registrarlo, considerato altresì che i singoli partecipanti mantengono la loro condizione di lavoratori autonomi, con tutto ciò che comporta a livello fisca-



le (tributazione per IRPF) e di Seguridad Social (applicazione del RETA), questa opzione è consigliabile a piccoli imprenditori con una disponibilità di investimento limitata e che desiderino mantenere una estrema semplicità di gestione. Il rovescio della medaglia è chiaramente la totale responsabilità che i singoli partecipanti alla C.B., singolarmente e solidalmente, nei confronti di terzi creditori: infatti la creazione di una C.B. non dà vita ad una persona giuridica titolare di un patrimonio separato da quello dei singoli partecipanti. La S.C. invece nasce sempre e solo "espressamente" e con lo scopo di consentire ai soci di operare nel sistema giuridico ed economico mettendo a frutto i beni, il denaro o il lavoro messi in comune. Pur non richiedendo un capitale sociale minimo, prevede la redazione di un contratto di costituzione con relativa registrazione per consentirle di acquisire personalità giuridica (almeno secondo i più, poiché su questo punto esiste ancora un dibattito aperto) ed una parziale autonomia patrimoniale: per i debiti sociali è chiamato a rispondere prima il patrimonio

comune e poi, in via eventuale e sussidiaria (cioè in caso di insufficienza di detto patrimonio), il patrimonio dei singoli soci. Quanto al regime fiscale, Seguridad Social e convenienza vale quanto detto per la C.B.

Una considerazione finale: coloro che si affacciano al mondo dell'impresa per la prima volta e prevedono un investimento contenuto per dar vita al loro progetto così come la possibilità di generale solo piccoli debiti, sappiano che con l'approvazione nel 2014 della "tarifa plana" per gli autonomi (tutti gli autonomi, senza distinzioni per fasce d'età, potranno versare alla Seguridad Social per i primi 18 mesi di attività la quota minima mensile obbligatoria con riduzioni fino all'80%) ed il contestuale incremento della quota per i soci imprenditori, potrebbe rivelarsi più conveniente posticipare la creazione di una società sia per godere fino ad esaurimento degli incentivi relativi alla Seguridad Social sia per sondare in un congruo lasso di tempo la viabilità del proprio progetto prima di investire energie e denaro in un'organizzazione più complessa.

Avv. Elena Oldani

Attenzione: il soccorso SI PAGA! e salato

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7941

La penalità di rimborso imposta dal Governo delle Isole Canarie per i salvataggi causati da attività a rischio e/o imprudenza sta facendo le sue vittime.

Il più costoso dei 26 casi finora in esecuzione risulta il salvataggio effettuato in quota a La Palma per salvare uno sportivo colpito da un colpo di calore, durante la partecipazione alla corsa in montagna Transvulcania 2014. In particolare, e considerando che c'è un limite massimo di 6.000 € a persona, a questo atleta sono stati

richiesti 4.475 €, anche se poi il tutto ricadrà sull'organizzazione della manifestazione, che per tali contingenze è coperta da un'assicurazione. Proprio il trekking, il parapendio e le prove sportive sono quelle attività che hanno causato il maggior numero dei 26 casi aperti per questa imposta risarcitoria, anche se per adesso sembra che ne siano stati pagati soltanto undici, forse perché alcuni casi non sono ancora stati completamente elaborati e la Direzione Generale del Tesoro non ha ancora informato le autorità regionali di quanti stranieri sanzionati (e sforniti di assicurazione) abbiano già pagato.

dalla Redazione

Modificata la tassa giudiziaria

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7939

Il Consiglio dei Ministri, su impulso anche del Ministro della Giustizia, con il RDL n.1.2015, ha approvato nell'ambito di un pacchetto di riforme volte a stabilire alcune misure di ordine sociale, come il meccanismo della seconda opportunità e la riduzione del carico finanziario, anche la modificazione della tassa giudiziaria.

La Legge di TASSAZIONE n.10 del 2012, a parte alcune esclusioni, prevedeva l'obbligazione per i cittadini di corrispondere

al momento dell'inizio del procedimento o fase del giudizio, l'importo debitamente previsto dalla legge, tenendo presente che la stessa include importi fissi e importi variabili a seconda del tipo di procedimento o del valore dello stesso. Alcuni esempi pratici: in ambito civilistico per iniziare un "Giudizio Cambiario" la tassa corrispondente era di 150 euro, per proporre un "Appello" la tassa era di 800 euro, o in ambito "Contenzioso Amministrativo" la quantità fissa esigibile partiva da 200 euro. La reazione a questa legge, nella lunga storia della Giustizia Spagnola, ha sorpreso gli stessi legislatori, e si è manifestata

attraverso una unanimità assoluta, dal Consiglio Generale del Potere Giudiziario, alla Procura Generale dello Stato, alle Associazioni di Giudici e Magistrati, Segretari Giudiziari, Sindacati, Avvocati, Funzionari; ritenendo tutti che questa legge rappresentava una barriera all'accesso alla giustizia per una gran parte di cittadini, vulnerando pertanto il precetto Costituzionale che enuncia all'art. 24 "... il diritto alla tutela effettiva...". Pertanto è accolta favorevolmente la modificazione attuale, che si riferisce e con effetto immediato alla ESENZIONE della applicazione della tassa a tutte le persone fisiche, e soltanto in alcuni casi specifici anche alle Persone Giuridiche.

Avvocato Civita Masone

ABOGADA CIVITA MASONE

Despacho Jurídico

TENERIFE

Calle Juan XXIII, 19 C.C. Don Antonio

Oficina n. 4 - 38650 Los Cristianos

Tel. +34 638671758

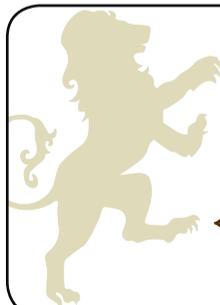
civita.masone@gmail.com

& Asociados

MILANO

ROMA

LONDON



Come vendere casa al meglio

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7933



Gli agenti immobiliari, la cui furbizia dovrebbe essere universalmente riconosciuta, si sono inventati una lista di cose da fare per poter vendere la tua casa a un prezzo maggiore di quanto tu potessi sperare.

Il valore può essere incrementato togliendo dalla vista le foto della famiglia, togliendo le porte al salone e addirittura togliendo l'auto dal garage, come è emerso dalle riunioni fra immobilieri. E' anche confermato che cuocere del pane e offrire del caffè prima di una visita sembra predisporre all'acquisto. Piazzare strategicamente degli specchi all'interno, in modo da creare un'illusione di maggior spazio

e una migliore luminosità aiuta molto. Importantissimo poi togliere tutte le cose ingombranti, per massimizzare lo spazio, una cosa che può avvalorare l'immobile di oltre il 10%! Sembra che la cosa sia confermata dagli utenti, che confessano di essersi fatti incantare dalla sensazione di maggior spazio a disposizione.

Altri accorgimenti intelligenti sembrano essere:

- Verniciare di fresco l'interno dell'abitazione
- Mettere dei vasi di fiori freschi
- Spersonalizzare la casa, togliendo come detto foto di famiglia, ornamenti etc.
- Togliere eventuale mobili in eccesso
- Fare un buon caffè
- Togliere l'auto dal garage, così sembrerà più spazioso

Fra le cose invece che fanno passare la voglia all'acquirente, in prima linea i muri scrostati o sporchi, e l'odore di sigaretta. Poi il disordine e oggetti sgradevoli in vista e, buon ultimo, l'odore di animali, che non a tutti son graditi.

Giorgio Tonazzi

Proteggi la tua **SALUTE**, la tua **CASA**, la tua **AUTO**
con noi sarai seguito e protetto da ogni imprevisto e nei momenti difficili.

**Contratta tutte le tue assicurazioni con
SegurCaixa Adeslas
e ottieni fino a 1000 € in regalo!**

Il tuo contatto italiano:
ARIANNA CARRARA
Mobile 651 660 830

CarraraA@Oficinalocal.segurcaixaadeslas.es

Adeslas
SegurCaixa

Avda Amsterdam, 1, Edf. Valdes Center - Local N°: 1.01A - Los Cristianos - Arona
ORARIO: lunedì-giovedì 9-14 e 15-18, venerdì 9-15 - Tel. 922 971 972

Troppi bar e ristoranti!

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7935

Alle Canarie sono registrati 14.855 ristoranti e caffetteria, uno per ogni

142 abitanti, meno rispetto al resto della Spagna, che ne ha uno ogni 176 abitanti. Tra il 2007 e il 2012 hanno chiuso oltre 40.000 punti in tutta la Spagna (-18,5%), e nell'Arcipelago nel solo 2014 hanno chiuso 482 esercizi di ristorazione. Il problema principale rimane nel sistema all-inclusive, che "non giova a nessuno ed è caratteristico di paesi senza sicurezza e offerta complementare". Il 32% dei turisti che hanno visitato le isole Canarie nel secondo trimestre del 2014, ha scelto il tutto compreso, 3% in più rispetto all'anno precedente. I più affezionati a questo sistema sono i tedeschi, con il 41% rispetto al 17% dei turisti nordici, i più "indipendenti" di tutti. (Ndr e, soprattutto nelle zone preferite dagli italiani, gli affitti stanno salendo...)

dalla Redazione



20 ANNI DI ESPERIENZA E PROFESSIONALITÀ NEL SETTORE IMMOBILIARE

Possibilità di investimenti patrimoniali con garanzie di alta rendita (stabili, locali commerciali e appartamenti)



SANEUGENIO
REALESTATE



LOS CRISTIANOS
RECENTE RISTRUTTURAZIONE
1 CAMERA DA LETTO,
CON SPETTACOLARE
VISTA MARE

135.000 €



SAN EUGENIO ALTO
1 CAMERA DA LETTO,
VISTA MARE
OTTIMA OCCASIONE

66.000 €



VIÑA DEL MAR
1 CAMERA DA LETTO,
VISTA MARE. POSIZIONE
MOLTO COMODA,
VICINO AL MARE

100.000 €



SAN EUGENIO
TIPO BUNGALOW
2 CAMERE DA LETTO
73 MQ, GIARDINO
VISTA PISCINA

130.000 €

TORVISCAS PLAYA
MONOLOCALE, MAREVERDE

77.000 €

OFFERTA DEL MESE

ISLAND VILLAGE HEIGHTS

AMPIO MONOLOCALE
IN SAN EUGENIO, VISTA MARE

68.000 €

LUSSUOSE VILLE IN ZONA MADROÑAL

LAS VILLAS DEL MADROÑAL è un luogo dove vivere e trascorrere vacanze tranquille, sicure, ottimamente esposto al sole e situato in posizione eccellente nel cuore di Costa Adeje zona Madroñal. Posizione molto comoda in prossimità di un centro commerciale con ogni tipo di servizio compresi i taxi e facilmente raggiungibile sia da sud che da nord, a 15 minuti dall'aeroporto Reina Sofia. Si tratta di una zona residenziale di 24 ville indipendenti con accesso privato disposte in gruppi di 8 unità. La prima fase è già pronta per essere abitata. Grandi muri perimetrali in pietra forniscono privacy al complesso.

Tutte le ville dispongono di un giardino privato con erba artificiale e piante di palme. Si lascia aperta la possibilità di costruire una piscina privata nel giardino, a seconda delle esigenze del cliente.

Mettiti nelle mani di un esperto
FILIPPO CRISTOFORI - tel.618.177.548

Email: filippocri54@libero.it
comercial2@saneugeniorealestate.net



**RISPARMIA 5%
ACQUISTANDO
SU PROGETTO.
FINANZIAMENTO
DA**

BANCA MARCH
banqueros desde 1926

LUSSUOSE VILLE IN ZONA MADROÑAL
Nuove costruzioni. 3 Camere da letto, 2 bagni,
1 bagno di servizio, garage per due auto, piscina
opzionale. Rifiniture di lusso. Adiacente al Centro Commerciale
Gran Sur.

a partire da 390.000 €

DOVE ANDIAMO A MANGIARE OGGI?

L'Italia in Bocca

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7931

Questo mese siamo andati a mangiare a Playa de San Marcos, un'incantevole caleta di sabbia nera nascosta fra le scogliere laviche vicino a Icod de los Vinos.

C'è una vasta serie di ristoranti, sia direttamente sulla spiaggia sia con delle terrazze romantiche ai piani superiori, noi ci siamo fermati a L'Italia in Bocca (la cocina de Rosa). Decisamente un ottimo ristorante italiano affacciato sopra la spiaggia, soprattutto la sera quando tramonta il sole.

Un variegato menu che spazia da piatti di pasta italiana e soprattutto siciliana, ai secondi di pesce freschissimo, ma la cosa che più mi ha sorpreso è stata la verdura! Sì proprio le verdure... sembravano le "mie" verdure italiane, per la prima volta sull'isola ho mangiato delle

verdure ottime, dalla vera caponata siciliana, alle zucchine e melanzane alla griglia, ma di un profumo e di una croccantezza che mi ero quasi dimenticata, ahimè, in queste isole.

Come mai queste verdure così italiane? Scoperto l'inghippo: il padrone di casa, Cosimo, mi confessa la sua passione per l'orto, e la coltivazione biologica, solo acqua e terra vulcanica ci tiene a precisare... ed in effetti la differenza si sente! Comunque oltre a queste delizie vegetali mi hanno portato un'ottima frittura di pesce misto e, per finire il pasto, molti dolci, tutti fatti in casa, dalla crostata di mele deliziosa all'immane Tiramisù, e il limoncello che non poteva mancare.

Ah dimenticavo per chi volesse la pizza c'è pure quella... Dalla veranda del ristorante si domina l'intera baia. Chi se l'aspettava in un posto così nascosto di trovare un eccellente ristorante italiano. Mi è stato regalato anche un mazzo di... rucola profumatissima!

Bina Binella



RICETTE DEL MESE

Ropa Vieja
(Spezzatino di carne con ceci)

Ingredienti:

- ½ Kg. di ceci ■ ½ Kg. di carne di manzo ■ ½ Kg. di carne di pollo
 - 1 Kg. di patate ■ 3 spicchi d'aglio
 - 1 peperone ■ 1 cipolla
 - 1 pomodoro maturo ■ 1 tazzina di vino bianco ■ 1 tazzina di brodo o acqua ■ paprica, pepe, timo, alloro, chiodi di garofano, sale e olio.
- (a piacere si possono aggiungere formaggio bianco di capra e mela)

Preparazione:

Si mettono i ceci a bagno la notte prima, per farli ammorbidire. Il giorno dopo si sciacquano, si mettono in una pentola con la carne e il sale, coprendo con acqua. Una volta bollito il tutto, si scola l'acqua e si sminuzza la carne. Si soffriggono, quindi, carne e ceci per renderli croccanti e poi si mettono da parte. A parte si prepara un soffritto con l'olio, la cipolla, il peperone, il pomodoro sbucciato e l'aglio, tutto finemente tritato, e si aggiungono il pepe e i chiodi di garofano. Verso la fine si aggiungono la paprica, il vino, il timo, l'alloro e una tazzina di brodo o acqua. Successivamente si aggiungono la carne e i ceci e si lascia alcuni minuti sul fuoco. All'ultimo si friggono le patate a dadini e si unisce il tutto. Come variante si possono aggiungere verdure come carote o fagiolini. Questo piatto tradizionalmente si preparava per riciclare i ceci e la carne già impiegate nella bollitura del "puchero".



BAR • CREPERÍA • HELADERÍA

HELADOS ARTESANOS: DISTRIBUCIÓN Y VENTA AL PORMAYOR

Av. de Suecia nº52, Los Cristianos - C/José Ventura nº17, San Isidro

☎ 660762570

E-mail: gelateria_italiana@yahoo.it

☎ 667384965

f s3maravillas

Burraco: incontri amichevoli con apericena il lunedì e giovedì alle ore 16.
Spagnolo: incontri per imparare la lingua con colazione il lunedì, mercoledì e venerdì alle ore 10.30

Torta di patate pasquale

Ingredienti:

- 1 kg e 500 gr di patate lesse
- 500 gr di zucchine
- 100 gr di parmigiano grattugiato
- 1 cipolla
- sale e pepe q.b.
- Pangrattato q.b.
- 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 1 uovo + 1 tuorlo
- 150 gr di prosciutto cotto a fette
- 200 gr di provola affumicata a fette
- 1 cucchiaino di noce moscata grattugiata

Preparazione:

Lavate le zucchine e tagliatele a rondelle non troppo spesse e fatele cuocere in padella con la cipolla (tagliata a rondelle sottili), sale, pepe e olio. Lessate in abbondante acqua salata le patate, quando saranno cotte pelatele e ancora da calde schiacciatele con uno schiacciapate riunendo tutto il purè in una ciotola capiente. Unite alle patate schiacciate il formaggio grattugiato, le uova, sale, pepe, noce moscata grattugiata, mescolate bene. Rivestite una teglia (anello che si apre) e con parte del composto di patate rivestite il fondo e i lati della teglia aiutandovi con un cucchiaio. Sul fondo della torta formate il primo strato di zucchine e cipolla, coprite con uno strato di provola tagliata a fette, e terminate con uno strato di prosciutto cotto. Coprite l'ultimo strato con il resto delle patate schiacciate rimaste, livellando la superficie con un cucchiaio, spolveratelo con pangrattato e alcuni fiocchetti di burro e infornate la vostra torta di patate per 35-40 minuti a 180 gradi. Servite la vostra torta di patate, provola e zucchine tiepida tagliata a fette.



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

Minimarket

La Bottega



Il più vasto assortimento di salumi e formaggi a Tenerife



Pasta Fresca
Lo Sciattolo
a partire da € 2.40

AMPIA SCELTA DI VINI ITALIANI

Lo staff augura Buona Pasqua

Av. A. Domínguez - El Camisón - Local 53 - Playa de las Américas Tel. 922 795 240 - Orario continuato 9.30 - 19.30 - Domenica chiuso - www.labottegatenerife.com

TOPASUR
PROPERTIES

Agenzia immobiliare
Tel. +34 922 751 006



- Appartamenti
- Ville
- Terreni
- Attività commerciali



Il vostro contatto italiano: Valentina
+34 671 150 101

www.topasur.com
info@topasur.com



Avenida Amsterdam 4, local 5
Edif. Cristiansur - Los Cristianos



TIA VALERIA - UNA BRUJA EN COCINA

Ben ritrovati, oggi vorrei parlarvi di un ristorante che abbiamo scoperto

dopo il nostro tormentato trasloco: essere una bruja en cocina non mi ha permesso di fare come Mary Poppins e riuscire con un colpo di bacchetta e una formula magica, a infilare tutto quello che possediamo in una piccola borsa da viaggio! I primi giorni nella casa nuova, sommersi di scatoloni e con la cucina ancora non funzionante, siamo stati praticamente adottati dai nostri vicini di casa, nonché proprietari del ristorante "Las Cazuelitas de Feriche". Il ristorante si trova all'interno di una classica casa canaria di campagna con un patio interiore e suddiviso in varie sale, ognuna con la sua caratteristica, con la possibilità di cenare nel periodo più caldo nella grotta, dove una volta conservavano il vino. Con il tempo abbiamo avuto la possibilità di provare differenti piatti, sempre gustosi. Il cuoco e la sua famiglia sono persone accoglienti e hanno una grande attenzione per i dettagli: è stato sufficiente dirgli la prima volta che mio marito è allergico alla frutta secca. La cucina sposa piatti e sapori tradizionali con elaborazioni più mediterranee ed europee. I piatti sono presentati con piacevoli decorazioni, ma cosa fondamentale la cucina di Feriche è veramente squisita: la carne cucinata perfettamente, i sapori dosati, gli abbinamenti tra

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/7929



i cibi soddisfano il palato e l'olfatto. Una amica commentava "a me non piaceva il polipo, dopo averlo provato mi sono ricreduta, era buonissimo". La maestria in cucina "creare piatti semplici ma deliziosi". Insomma non vi resta che provare... le magie di un cuoco di campagna.

Tia Valeria

Las Cazuelitas de "Feriche"
Calle Juan Rodriguez 32
El Roque San Miguel de Abona
Tel.669 599 216



Cosa tenere in cucina...



PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/7927

Impazza la "mania" di cucinare, tutti si scatenano in ricette, spesso improbabili e farraginose, alla TV sempre più programmi che parlano di cuochi e/o di gare culinarie, nei negozi di casalinghi ormai si trova di tutto, oggetti super professionali e ultra tecnologici. Ma che cosa serve davvero in cucina?

Quali utensili sono da considerare imprescindibili per chi armeggia spesso con i fornelli e vuole semplificarsi la vita? In ogni cucina che si rispetti deve esserci almeno un paio di coltelli buoni da chef. Servono per tutto: tagliare il pane, la carne, le verdure e persino aprire una bottiglia. Poi una piastra di ghisa che vi servirà per cuocere bene carne o pesce, anche senza condimenti. L'unico proble-

ma: deve sempre essere lavata a mano e non in lavastoviglie. Non dimenticatevi dei cucchiaini di legno: non rischiano di bruciarsi e di puzzare, come quelli in plastica e, inoltre, a differenza delle posate in metallo (ottimo conduttore di calore), non scottano dopo averli passati nella pentola. Non possono mancare in nessuna cucina almeno due cucchiaini di legno, ma nemmeno delle pentole dal fondo spesso, una in acciaio con il fondo spesso di dimensione media vi servirà per tutto, soprattutto per zuppe e minestre, ed eviterà che gli alimenti si attacchino facilmente, e un wok, utensile tradizionale nella cucina cinese

che, con i suoi bordi alti e arrotondati, è perfetta per i risotti e la cottura delle verdure. Chi si ricorda il vecchio mortaio sia di legno, pietra o metallo?

Un mortaio vi servirà molto spesso. Per preparare il pesto, certo. Ma anche per tritare per bene le erbe aromatiche e le spezie. Il passaverdura, utensile manuale utile per schiacciare praticamente qualunque tipo di verdura già cotta e preparare così zuppe, creme o vellutate. Per non parlare del tagliere, senza il quale, di grande misura, non si riuscirà a tagliare e affettare bene verdure e ortaggi. Rispetto ai taglieri di plastica, quelli di legno sono preferibili perché durano più a lungo. Dovranno, però, essere puliti con attenzione, senza abbondare con il detersivo. E per finire, ma non meno importanti, delle forbici da cucina, ben taglienti, utili per tagliare alcune verdure e per effettuare tagli molto precisi e veloci, per pulire il pesce ed anche per tagliuzzare il prezzemolo, la salvia o il rosmarino, in velocità all'interno di un bicchiere.

Buona cucina a tutti!

Bina Binella



PLADUR SYSTEM

- Tutto per le riforme dei vostri locali
- Tetto, archi, cornici gesso, stucco, elettricità, idraulica
- Decorazioni artistiche, finiture di interni
- Progetto e preventivo in 24 ore
- Prezzi competitivi, 15 anni di attività'

CREIAMO IL TUO SPAZIO IDEALE

Tel. 693 769 787 - 642 661 011

C/Gral del Sur Nr 125 San Miguel de Abona



Appetizer

COFFEE WINE & MORE

Tutti i giovedì sera BUFFET LIBERO per tutti i nostri clienti

Calle Paseo Madrid 11- Edificio Fontana Local 9- Los Cristianos

appetizer



Il Barranco del Infierno aprirà in aprile

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/7925

Entro un mese, il Barranco del Infierno tornerà ad essere uno dei luoghi più visitati dell'isola, dopo sette anni di chiusura causati dai danneggiamenti alle strutture che mettevano a rischio la sicurezza dei due milioni di visitatori annui. Il Cabildo si è fatto carico dei quasi 200.000 euro necessari per ripristinare le strutture di sicurezza e la segnaletica necessarie. Entro la fine

del mese di marzo si conoscerà chi ha vinto il concorso per la concessione per sei anni del servizio di monitoraggio e controllo del barranco. Pare che ci sarà un limite per l'afflusso di 300 persone al giorno. Le autorità locali confidano che il Barranco sarà aperto entro Pasqua, e che ridarà come già in passato un'eccezionale spinta al commercio locale.



dalla Redazione

La guerra ai tassisti abusivi

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/7923

Il Comune di Santa Cruz e il Cabildo de Tenerife firmeranno un accordo per impegnarsi a destinare € 2.000.000 per eliminare altre 80 licenze di taxi, da aggiungersi alle 26 dello scorso agosto e alle 50 già revocate dal Comune. Nel mese di agosto dello scorso anno, Santa Cruz ha aperto un bando per tutti quelli che volevano lasciare la professione in cambio di una compensazione di 28.000 euro. Nonostante la grande quantità di persone che si sono presentate, il Comune intanto indennizzerà solo i primi 26 che si sono messi in lista. Nel 2011, Santa Cruz aveva 1.086 licenze di taxi, scesi oggi, per adesso,

a 972. Il Comune deve essere obbligato a sanzionare l'abusivismo nel settore dei taxi. Sotto le proteste dei tassisti che si vedono impotenti a sopportare ogni giorno di vedersi passare sotto gli occhi le "macchine-pirata" che trasportano i turisti, il Comune di Arona si prepara a gestire le multe per i casi di abusivismo del settore dei taxi rilevati in città, che in precedenza, anche se raramente, venivano trasmesse al Cabildo Insular, a cui peraltro non toccava essere competente in questo settore. Infatti negli ultimi quattro anni sono state inflitte ben 155 ammende per il trasporto passeggeri in aree urbane, ma senza nessun riscontro.

dalla Redazione



I combattimenti di galli a Tenerife

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/7921

La celebrazione dei combattimenti di galli nel comune di Güímar continua ovviamente a suscitare polemiche. Gli organizzatori, pur ammettendo di utilizzare un luogo pubblico, l'Associazione di Quartiere di San Pedro Arriba, dove allestiscono i loro eventi da oltre 20 anni, facendo parte dell'associazione gallistica delle Canarie, precisano di aver impiegato questo spazio da prima dell'entrata in vigore della Ley autonómica canaria 8/1991, e la legislazione prevede che se i locali erano utilizzati a tal fine da prima della legge tutto sia perfettamente legale. Questa attività è una manifestazione culturale che viene dai loro antenati, e spesso i gruppi politici l'avevano anche dichiarata essere una tradizione ultrasecolare e patrimonio della città e, senza queste lotte, questa razza di galli sarebbe del resto condannata all'estinzione. Questi galli, noti come gallo inglese, non hanno nessuna valenza alimentare, né tantomeno sarebbero utili a produrre le uova e, dal momento che vanno tenuti separati

perché si combattono fra loro, nessuno avrebbe interesse ad allevarli e mantenerli in vita. Gli allevatori e i loro galli sono soggetti ad un controllo scrupoloso, si dichiarano naturalmente contrari alle lotte illegali e i combattimenti sono monitorati dal Servicio de Protección de la Naturaleza (Seprona). Il Municipio di Güímar è uno dei più tradizionali dell'isola e in tutta Tenerife ci sono attualmente cinque squadre. La loro stagione si svolge da dicembre a maggio, per rispettare la muta di piumaggio dei galli, e gli eventi si svolgono ogni sabato e domenica del mese nei recinti dei diversi comuni.

Franco Leonardi



Il Centro Visitatori di Erjos chiude dopo soli 15 mesi



La struttura con gestori privati, due giovani imprenditori del paese, aveva aperto a Los Silos, nell'ottobre 2013 e nel suo primo anno aveva contato 1.400 "utenti", per poi chiudere i battenti lo scorso mese di gennaio, perché l'azienda non era sostenibile. Il Cabildo di Tenerife aveva investito 373.000 € nel restauro e arredamento dell'antica casa forestale, per poi cederne la gestione alla città di Los Silos, che l'aggiudicò per concorso. L'intenzione del Comune è di rimettere nuovamente in appalto il Centro quanto prima.

dalla Redazione

Vi mancano gli spettacoli?

Tra il 24 aprile e il 10 maggio va in scena a Santa Cruz "The Hole", una proposta scenica trasgressiva di non facile classificazione, che conta oltre un milione di spettatori in quattro anni di successi, tanto che oggi ha due spettacoli itineranti in Spagna e uno permanente al Teatro Moliere di Città del Messico. Acrobazie, teatro, cabaret, erotismo e musica in due ore e mezzo di show, in cui è possibile anche godersi un cocktail o una cena, o anche finire a condividere il palco con i protagonisti. Per l'evento verrà allestita una grande tenda da circo con una capacità di 750 posti, vicino al centro fieristico. I prezzi dei biglietti variano tra i 12 e i 45 €, con possibilità di usufruire di sconti se vengono acquistati per tempo attraverso il sito ufficiale della manifestazione (theholeshow.com).

dalla Redazione



f Dario's Tenerife

Dario's

DISCO RESTAURANT COCKTAIL BAR
Italian ConceptCalle La Habana, 11 | c.c San Telmo Local 16c | Los Cristianos | Tenerife
Tel. (+34) 632663057

FUNARI

Global
consulting

Tenerife - Las Galletas - Arona
Tel. +34 - 630 546 839 - email: funariglobalconsulting@gmail.com

“Consulenza e intermediazione dal 1993”

- Assistenza personale per pratiche di residenza e iscrizioni A.I.R.E.
- Consulenza Globale immobiliare e per investimenti
- Intermediazione immobiliare per compra/vendite e locazioni
- Analisi di mercato per settori e analisi di fattibilità
- Assistenza personale per compra/vendite e locazioni
- Assistenza personale per apertura nuove imprese e start-up
- Consulenza import-export, fiscale, legale, assicurativa e finanziaria con l'ausilio di studi professionali qualificati e convenzionati

..... **Direttamente all'obiettivo** >>

Che cosa c'è da sapere per scegliere un'assicurazione sanitaria?

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7917



Allora intanto per iniziare diciamo che le assicurazioni private sulla salute non sono in genere convenienti/adatte per chi soffre di malattie/patologie gravi, dato che come copertura in questi casi sono molto limitate, e spesso non ti accettano nemmeno come cliente nuovo.

Per chiunque la salute è una delle principali preoccupazioni e si è disposti ad investire in

un'assicurazione privata se è necessario. Uno dei principali vantaggi di questo tipo di assicurazione è quello di accelerare i tempi per le prenotazioni e le visite: per esempio, ci si può rivolgere direttamente ad uno specialista, senza dover passare attraverso il medico di base e poi prendere appuntamento. Le modalità di assicurazione sanitaria più comuni che si possono trovare sul mercato sono:

Assicurazione di malattia

E' il tipo più noto e usato. L'assicurato ha un certo numero di professionisti e di ospedali/cliniche che hanno stipulato un accordo con la Compagnia Assicuratrice, e quindi si può scegliere tra quelli che meglio rispecchiano le esigenze personali. A seconda del tipo di polizza si potrà accedere a diverse coperture assicurative ed anche a garanzie specifiche,

come l'aver diritto a certe specialità che normalmente non sono inserite nel quadro base dell'assicurazione. Quindi è molto importante definire cosa copre esattamente l'eventuale polizza che si va a fare.

Normalmente la copertura base include pronto soccorso, esami diagnostici, medicina generale, pediatria e/o urgenze. Si può stipulare una polizza con il rimborso delle spese mediche avute, che consiste nel pagare immediatamente la visita o gli esami e poi essere rimborsati dalla Compagnia, in genere per un 80/90% del costo totale. Questa formula può essere comoda per chi ha necessità di viaggiare all'estero.

La polizza di sussidio

Questo tipo di contratto non copre i trattamenti medici, ma paga una diaria per tutto il periodo che si è ammalati. E' una assicurazione che va bene per chi lavora in proprio, e quindi rischia durante i periodi di malattia di non poter portare avanti la professione. Il principale inconveniente di queste polizze è che spesso sono abbastanza onerose e non vengono accettate per chi soffre già di gravi patologie. Bisogna inoltre tener presente che al momento della stipula non si potrà immediatamente accedere ad ogni servizio, ma viene richiesto come regola un periodo di "prova" (che può variare dai 2 mesi ad un anno a seconda della polizza) prima di poter usufruire dei servizi sanitari privati. Attualmente alcune polizze danno coperture aggiuntive utili per alcuni tipi di trattamenti o di mantenimento: contemplano così sconti per le palestre o per i massaggi di riabilitazione. Ovviamente avranno un costo decisamente più caro.

dalla Redazione



CLINICA DENTAL EL CAMISÓN

dei dottori Claudio e Daniele Giuffrida

www.clinicadentalelcamison.com

Se anche per te la qualità è
imprescindibile e la
professionalità essenziale, allora
"PARLIAMO LA STESSA LINGUA"!!!



Fissa il tuo appuntamento
da lunedì a venerdì: 10 - 14 & 15 - 18

Tel.: +34 922 753 348 - 649 213 564

Residencial el Camisón - Avda Antonio Dominguez
Playa de las Américas - Arona (accanto café Época)

Due prostitute in prigione per l'uccisione di un uomo d'affari belga a Gran Canaria

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7919

La polizia di Maspalomas ha arrestato lo scorso 1° marzo una madrilena di 33 anni e una russa ventottenne con l'accusa di omicidio, aggressione e rapina. Una settimana prima la vittima, noto imprenditore belga, era andata dopo cena insieme a quattro amici nel nightclub Red Hot. Le due prostitute avevano "attaccato bottone" col defunto e un amico per poi prendere un drink assieme. Poco dopo, l'uomo si sentì male, venne portato con l'ambulanza in ospedale, dove poi morì. E' finito in ospedale anche uno degli amici del defunto, con gli stessi sintomi, ma grazie alla lavanda gastrica ha salvato la pelle! L'analisi tossicologica fatta in ospedale ha individuato la presenza di scopolamina e altre sostanze. Ipotizzando su

chi avesse potuto mettere le sostanze nei drink, alla fine sono state arrestate le due prostitute, e sono stati messi in stato di fermo anche la cameriera e il responsabile del locale, perché si sospetta che tutti potessero avere un guadagno da queste pratiche illecite e pericolose. La scopolamina "rimbambisce" il malcapitato a cui viene somministrata, rendendo agevole svuotare le tasche alle vittime, magari anche usando le carte di credito, e senza che i poveretti siano consapevoli di quello che è successo. L'inchiesta sul grave episodio non è affatto terminata.

(NdR non ci stancheremo mai di ripetere di stare MOLTO attenti quando si frequentano certe persone e certi posti, anche se dobbiamo dire che in quattro anni è la prima volta che sia data notizia del verificarsi di un caso del genere)

dalla Redazione

Allarme sicurezza!

Qualche imprenditore delle zone turistiche del Sud non è tranquillo quando apre la porta della sua attività, e sembra crescere l'allarme per la crescente insicurezza nella parte commerciale della zona turistica. Ogni giorno aumentano furti, rapine e scippi a imprese e a turisti, per lo più anziani, a volte provocando anche lesioni gravi.

Da questo può derivare un'immagine poco gratificante dell'isola, che è bene riportarlo, vive essenzialmente di turismo. A volte vengono aumentati i controlli ma, appena la Polizia si rilassa, cominciano a riapparire nuovi episodi di criminalità. Le statistiche governative parlano di tasso di reati sotto la media, ma però...

dalla Redazione





Un futuro sereno

Mi rendo conto che tratterò di un argomento non proprio divertente o spassoso, ma purtroppo è l'esperienza che nessuno nella propria vita potrà esimersi dal fare. Salutare questo mondo con la sicurezza che il proprio funerale sia organizzato a regola d'arte, senza gravare economicamente sui propri familiari (è già tutto pagato) e con un'assicurazione che segue, passo dopo passo, la "tua" pratica dopo il tragico evento.

L'assicurazione per l'organizzazione del proprio funerale attira l'interesse di un numero sempre crescente di sottoscrittori. Questa popolarità è dovuta agli aspetti pratici di questa polizza di assicurazione e ai vantaggi economici che essa comporta, al momento di dover finanziare le spese legate alla gestione di

un evento luttuoso, per quanti desiderano organizzare in anticipo le proprie esequie al fine di evitare ai propri familiari il carico emotivo ed economico legato all'organizzazione di una cerimonia funebre. Qualcuno toccherà ferro per scaramanzia, ma in realtà, questo servizio rappresenta una soluzione per la tranquillità di chi lo sottoscrive e, di riflesso, per i suoi cari, sollevati dalle incombenze organizzative ed economiche che si presentano in uno dei momenti peggiori della propria vita, la perdita di un familiare. Quindi stipulare un'assicurazione di previdenza funeraria è il modo più efficace per prepararsi all'inevitabile, tutelando al meglio le proprie ultime volontà: l'organizzazione e l'espletamento delle pratiche, soprattutto all'estero, non sono certo

cose semplici da risolvere per chi si trova con il cuore infranto per la perdita del proprio caro, dall'organizzazione della camera ardente, alla compilazione delle "scartoffie" burocratiche per la sanità, il consolato e il ritorno in patria possono diventare barriere invalicabili. Per non parlare dell'organizzazione dell'eventuale cremazione o del funerale vero e proprio in una chiesa straniera.

A Tenerife c'è chi si occupa di questo, per qualunque informazione senza impegno potete contattare **Ferdinando Scioli, referente italiano di Mapfre qui a Tenerife**, che vi saprà chiarire ogni dubbio.

Per informazioni chiama il numero +34 646919149 oppure scrivi a fscioli@mapfre.com

La polizia spagnola chiede fucili d'assalto e giubbotti antiproiettile

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7915



I sindacati chiedono un netto miglioramento nelle dotazioni della polizia nazionale, giustificandole con la reale e crescente minaccia terroristica, a cui va aggiunto il dilagare di una criminalità sempre più violenta.

I rappresentanti dei lavoratori chiedono che si valuti la possibilità di fornire tutte le unità di sicurezza delle principali stazioni di polizia con un certo numero di

fucili d'assalto HK G36 e di giubbotti antiproiettile. Tutto questo, mentre si aspetta che il prima possibile tutte le forze dell'ordine possano lavorare in sicurezza, protette dall'indispensabile giubbotto antiproiettile, per poter contrastare adeguatamente un crimine sempre più violento, che conta gruppi perfettamente organizzati, armati di giubbotti antiproiettile, armi automatiche, munizioni e tattiche di guerra, criminali che mostrano un totale disprezzo per la vita umana pur di raggiungere i loro obiettivi.

dalla Redazione

Ho fatto il tour a La Gomera

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7913

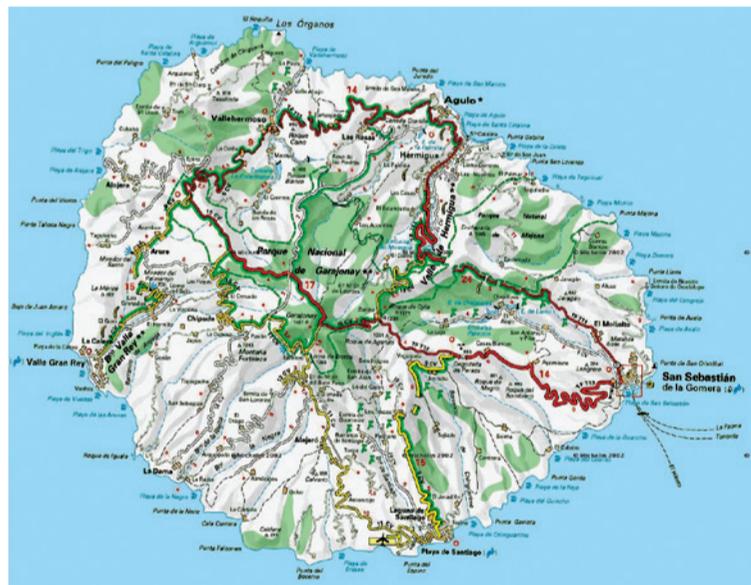


Sto a Tenerife da qualche mese e sono incantata da questa isola. Poi ho desiderato vedere un po' cosa c'era al di là dell'orizzonte, di leopardiana memoria, ed ho pensato di andare a La Gomera.

Mi immaginavo un'isola più selvaggia di Tenerife, meno turistica ed umanamente coinvolgente, ed ho trovato tutto questo. A cominciare dall'organizzazione del viaggio che è stata eccellente, l'accompagnatore molto professionale, disponibile e che ha parlato in cinque lingue ininterrottamente con spiegazioni interessanti, precise, a volte realistiche ed a volte fantastiche. E che dire dell'isola? Bella e, per dirlo io che soffro il senso del vuoto, è il massimo. Sì, perché si parte col bus dal porto di attracco del traghetto San Sebastian de La Gomera e si sale fino a 1487 metri

di altitudine nel Parco Nazionale Garajonay. Ed è tutto un susseguirsi di tornanti a pelo strada con burroni mozzafiato e paesaggi meravigliosi. Non vi racconto dei luoghi in cui sono stata perché è stato tutto un susseguirsi di scorci stupendi e monti verdi e con vegetazione lussureggiante, poi picchi alti e superbi, infine terrazze coltivate e qua e là le casette degli isolani aggrappate ai pendii. Fino ad arrivare al Parco nazionale che ti avvolge come se entrassi in un mondo magico: buio, verde, grigio, ovattato, dove sembra possa succedere di tutto. Altra sorpresa simpatica al ristorante dove abbiamo pranzato: oltre al pasto gradevole (vellutata di verdure, piatto misto di riso, spezzatino di vitello, verdure al vapore, bananina del posto), una ragazza si è esibita nel "silbo gomero", fischi acuti che permettono di trasmettere di valle in valle quanto c'è da dire. Divertente e simpatico il piccolo show, come simpatici e disponibili sono gli abitanti del luogo. Un consiglio: andate a visitare La Gomera, ne vale la pena e, se potete, non fate mordi e fuggi come me, restateci qualche giorno.

Aura Palmerini
aurapalm@gmail.com



Live Music and Karaoke

Cucina aperta fino alle 2 di notte

Zentral Center 48 (di fronte a Coralbeach Hotel)

babylon

MUSIC BAR

C E E E

La prevenzione dal cancro del colon-retto

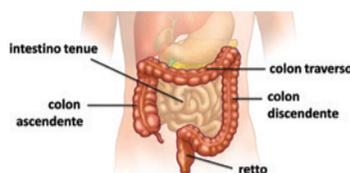
PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7911

Una ricerca di un gruppo di specialisti di Gastroenterologia dell'Ospedale Universitario de Canarias (HUC) è stata pubblicata sulla rivista "Gastroenterology", considerata la più prestigiosa e più diffusa in tutto il mondo in questa specialità.

Questa ricerca ha messo a confronto per la prima volta l'efficacia della colonscopia con il test immunologico del sangue occulto nelle feci annuale, per il rilevamento del cancro del colon-retto e della sua lesione precursora, il polipo adenomatoso avanzato, nella popolazione a rischio per familiarità. Si tratta di uno studio prospettico progettato per contrastare l'ipotesi di equivalenza tra le

due strategie per l'individuazione di neoplasia colonrettale avanzata, in questa popolazione a rischio. Per questo, il gruppo di ricerca ha studiato quasi 2.000 pazienti, randomizzati al controllo del sangue occulto fecale annuale per tre anni o a una colonscopia. Lo studio ha rivelato che il test del sangue occulto fecale è equivalente alla colonscopia per individuare il cancro o polipi avanzati.

In particolare, sono stati diagnosticati cinque casi di cancro in ogni ramo di studio, 28 adenomi avanzati nel gruppo di sangue occulto e 39 nel gruppo di colonscopia. Il numero di persone che avevano bisogno di una colonscopia per individuare il cancro o adenoma avanzato è stato di 4 nel gruppo di sangue occulto e 18 nel gruppo di colonscopia. Questo suggerisce che, in questa popo-



lazione a rischio, lo screening con controllo annuale del sangue occulto evita di fare una quantità significativa (86%) di colonscopie inutili, con un risultato finale pari allo screening con colonscopia. La conclusione principale di questo studio è che lo screening con test immunologici del sangue occulto fecale annuale equivale alla colonscopia per scoprire il cancro e le lesioni precancerose (adenomi avanzati), con un notevole risparmio di costi. Con il test del sangue occulto fecale sono necessarie 4 volte meno colonscopie per rilevare una lesione avanzata che con la colonscopia diretta.

dalla Redazione

Le "Droghe" legali

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7908

Esistono un numero di sostanze alimentari di uso comune considerate innocue, che hanno parecchie caratteristiche tipiche delle sostanze stupefacenti, cioè capaci di alterare l'attività mentale e capaci di indurre assuefazione.

Si è quindi indotti ad aumentare le dosi per ottenere gli stessi effetti, e danno sintomi di astinenza se si tenta di interrompere l'assunzione, tipo nervosismo, mal di testa, irritabilità. Sono sostanze che possono togliere o ridurre la libertà di scegliere, creare problemi psichici e fisici per cui vanno trattate con attenzione e consapevolezza. Uno è lo zucchero bianco, un prodotto naturale ottenuto per processi di raffinazione industriale, tali trattamenti lo privano delle sostanze



che potrebbero riequilibrarlo, vitamine e minerali, soprattutto il calcio, che verranno sottratti al corpo per essere utilizzati. I potenziali danni sono la decalcificazione delle ossa e dei denti. Potremo dire che è un concentrato e quindi le sue caratteristiche vengono potenziate, esse sono: rapidissima azione energizzante, venendo metabolizzato immediatamente; aumenta la capacità di concentrazione mentale ed efficienza; stimola l'individualismo, tutte qualità molto richieste in questi tempi. L'aspetto meno conosciuto è la dipendenza, l'assuefazione derivata dalla capacità di creare l'alliestesia, cioè la soppressione dello stimolo di sazietà, importante funzione regolatrice che ci avverte quando stiamo mangiando troppo,

la conseguenza potrebbe essere un aumento di peso. New Paradigm consiglia di ridurre l'uso, sostituirlo gradualmente con lo zucchero integrale vero (prodotto meno dolce, intero, quindi più equilibrato ricco di vitamine e minerali) o usare dolcificanti naturali come miele, succo di malto, d'orzo, di riso, di mais, di melassa, di mele, di uva, sciroppo d'acero. Un'altra droga legale è il caffè, sostanza entrata nell'uso e abuso quotidiano come bevanda, dotata di molteplici qualità, digestivo, stimolante psico-fisico,



antiossidante, anch'esso ha però le caratteristiche delle droghe: assuefazione, dipendenza e sintomi di astinenza. E' la bevanda della nostra era, nei paesi industrializzati, in cui sono richieste alte prestazioni, alta concentrazione e alta capacità di risposta. Il tabacco è un'altra sostanza naturale il cui uso distorto produce una vera dipendenza oltre che ai noti effetti nocivi, dati per lo più dalla carta con cui sono costruite. Fumare occasionalmente non ha nulla di demoniaco, come il mangiare un dolce, bere un caffè o una famosa bibita scura e gassata, il problema lo fa la dose, cioè l'abitudine, il vizio, la dipendenza che deriva dalle loro sostanze relativamente innocue ma dagli effetti nascosti. Per evitare tutto ciò con problemi di salute, per riappropriarsi della capacità di scegliere, per riacquistare il piacere del gusto, scomparso nella quotidiana abitudine, New Paradigm propone di non rinunciare al loro uso, ma di assumerli solo in circostanze in cui possiamo dedicarci completamente a loro; bere un caffè, fumare una sigaretta, mangiare un dolce elaborato in piena consapevolezza,



gustarlo lentamente, ad ogni sorso o boccone, lasciando che il loro aroma ci pervada, ci riempia e ci soddisfi, bisogna fare diventare questi momenti dei rituali, da compiere con estrema calma, in silenzio o con musiche rilassanti, anche con altre persone, ma solo se condividono con noi il nostro rituale. Assolutamente mai far diventare questi degli atti meccanici, trattare queste sostanze con superficialità e sufficienza e non farne uso se non si rispettano queste condizioni; sicuramente si ridurranno le assunzioni ed eventualmente si potrà scegliere di interrompere del tutto l'uso nella piena libertà ritrovata.

Dottor Gianluca Picco



Av. Antonio Dominguez 16, El camisón, Arona, Tenerife - tel. 922 78 76 01



Aperto dalle 9:00 alle 00:00

Caffetteria
Dolci artigianali
Colazioni
Tapas
Piatti combinati
Cibo da asporto
Cene speciali
Pasti rapidi
Cibo italiano fatto in casa
Pesce fresco su richiesta
Crepes, focacce, panzerotti, pizza



Marianna Liberatore
 operatrice olistica del benessere psico-fisico

靈氣

Sessioni di tecniche psico-energetiche per risolvere problemi cronici fisici e emozionali come fobie, stati d'ansia, attacchi di panico, dolore cronico alla cervicale e schiena e tanto altro

MASSAGGI:

rilassante, decontratturante, di aromaterapia con olio caldo e oli essenziali, con le pietre calde vulcaniche, ayurvedico, riflessologia plantare, massaggio di drenaggio linfatico, massaggio energetico, Reiki

www.facebook.com/tenerifebienestar

Ctra General, 19 - Guaza - Arona - Tel. 640 248 219



Dr. Marco Caneschi

Medico Chirurgo

Col. N 38.38.07350 Tenerife

Abilitazione Emergenza-Urgenza

Medicina Generale - Medicina Estetica



SETTORE ESTETICO

- **Biorivitalizzazione con Acido Ialuronico** indicata nei processi di invecchiamento cutaneo tra cui ruvidità e minore luminosità della pelle, rughe, esiti cicatriziali come in seguito a traumi e acne
- **Biorivitalizzazione con vitamine**, immediata luminosità e turgore
- **Filler con acido ialuronico** per aumenti volumetrici e rughe profonde
- **Peeling** ad alta concentrazione per macchie cutanee, piccole rugosità, maggior luminosità ed effetto bio-lifting. NO Fotosensibile
- **Rassodamento cute del collo e braccia.**
- **Trattamento Varici** con nuova tecnica anallergica (non necessita bendaggio)
- **Mesoterapia personalizzata** per disturbi circolatori alle gambe.
- **Adiposità localizzate - cellulite**
- **Valutazione intolleranze alimentari**
- **Chirurgia Ambulatoriale**
- **Mesoterapia** per ogni tipo di dolore muscoloscheletrico

VISITE AMBULATORIALI

- VISITA MEDICA GENERALE ■ PRESSIONE ARTERIOSA
- SATURAZIONE ARTERIOSA ■ ELETTROCARDIOGRAMMA
- SOMMINISTRAZIONE DI FARMACI ■ ENDOVENA E INTRAMUSCOLO ■ RICETTE PER CONTINUAZIONE TERAPIE DOMICILIARI ■ EVENTUALE RICHIESTA APPROFONDIMENTI DIAGNOSTICI ■ RADIOGRAFIE ■ ESAMI DEL SANGUE

Prezzi molto vantaggiosi
 Per informazioni contattare
 il medico Telefono 697 361 392
VISITE DOMICILIARI

STUDI:
 Costa del Silenzio
 Policlinica Villa Isabel
 Medano - Los Cristianos

Per info e prezzi spazi pubblicitari:

- scrivere un E-mail a info@leggotenerife.com
- chiamare dalla Spagna al 632 027 222
- chiamare dall'Italia 333 5229413
- consultare il sito www.leggotenerife.com

Le allergie

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/7906

Questa settimana affrontiamo un abbinamento sicuramente anomalo; parlando infatti di allergie non andremo certo a considerare gli abbinamenti enogastronomici come nelle settimane precedenti, ma cercheremo in poche righe di dare qualche notizia sulle intolleranze e sulle allergie alimentari che riguardano il nettare di Bacco.

Esistono infatti nel vino alcuni elementi, presenti sia in forma naturale che in aggiunta nella vinificazione, che possono avere effetti allergizzanti in soggetti sensibili a tali sostanze. E' il caso, ad esempio, dell'istamina, un'ammina biogena di origine naturale spesso presente negli alimenti fermentati come il vino, ma anche e soprattutto nei formaggi; questa sostanza può esser causa di mal di testa e reazioni allergiche e la sua

percentuale aumenta nei vini rossi affinati in botte. Tra le sostanze che vengono introdotte durante la vinificazione e che possono creare problemi di intolleranza vi sono i lieviti e l'anidride solforosa. I lieviti vengono usati nella produzione degli spumanti, poiché la loro fermentazione provoca la produzione di alcol e anidride carbonica, mentre l'impiego dell'anidride solforosa, che in soluzione da origine ai solfiti, è una pratica diffusa fin dall'inizio del 1900 ed è stata sempre considerata indispensabile sia nella produzione dei vini bianchi che di quelli rossi. La sua azione principale è antisettica selettiva, inibendo la crescita di microrganismi indesiderati, ma ha anche altre funzioni come quella di determinare vini più colorati e brillanti ed evitare l'intorbidimento del vino con un'azione acidificante e antiossidante. Si tratta però di una sostanza irritante ed è considerata un'allergene, che può causare, in soggetti sensibili, mal di testa ed altri disturbi. Questo è il motivo per cui ora vige l'obbligo di indicare, nell'etichetta, la sua eventuale presenza nel vino.



Per concludere diciamo che in tal senso arrivano buone notizie dalla Spagna, dove dei ricercatori hanno messo a punto una tecnica, rivelatasi efficace nel 90% dei casi, sostituendo lo zolfo, potenzialmente fonte di allergie, con l'ozono.
Massimo Proietti

Il cibo degli Dei...il cioccolato!

PER LASCIARE COMMENTI VISITA :
www.leggotenerife.com/7904

Il cioccolato è un alimento che non finisce mai di stupire per le sue incredibili proprietà benefiche. Cioccolato è il nome di battesimo, è l'alimento derivato dai semi della pianta del cacao (Theobroma cacao L.).

Se è vero che i cibi buoni sono anche quelli più pericolosi per la salute, il cioccolato sembra essere la classica eccezione che conferma la regola, o almeno in parte. Chi vuole beneficiare a pieno del suo prezioso carico di antiossidanti deve fare uso del cioccolato fondente, che rappresenta una delle più generose fonti alimentari di flavonoidi, rinomati antiossidanti presenti negli alimenti di origine o derivazione vegetale, come il tè, il vino rosso, gli agrumi, ed i frutti di bosco; tutti questi alimenti hanno la capacità di contribuire al buono stato di salute dell'apparato cardiovascolare. Tanto è maggiore la pre-

senza di cacao nell'amata tavoletta e tanto è superiore la presenza di flavonoidi. In media, 100 grammi di fondente ne contengono 50-60 mg, mentre in un'analogo quantità di cioccolato al latte ne ritroviamo soltanto una decina di mg, addirittura nulla è invece la percentuale di flavonoidi nel cioccolato bianco. I polifenoli, di cui il cioccolato è ricco, rappresentano un vero toccasana per il nostro cuore, una barretta di cioccolato contiene tanti polifenoli quanto un bicchiere di buon vino rosso e contribuisce a diminuire i livelli di colesterolo cattivo (LDL) dal nostro sangue, non solo, le proprietà antiossidanti del cioccolato sono pari a quelle di aglio e fragole ma sempre se si predilige il cioccolato nero dove si incontrano gli antiossidanti di migliore qualità e in altissime concentrazioni. Si è sempre pensato che i grassi contenuti nel cioccolato avessero un effetto dannoso sul sistema cardiocircolatorio, infatti l'assunzione di cioccolato non provoca alcun innalzamento della concentrazione di colesterolo; questo



avviene perché il grasso contenuto nel cioccolato stesso (derivante dal burro di cacao) contiene degli acidi (stearico, palmitico e oleico) che non solo esercitano un effetto neutro, ma addirittura riducente del colesterolo. Le qualità del cacao sono diverse, è indicato in quanto energetico, leggermente stimolante e secondo alcuni studi avrebbe anche proprietà antidepressive in quanto favorisce la produzione di endorfine, ma non solo, l'amico della nostra infanzia ci cura dal terribile stress e ci dà la giusta carica per le nostre pesanti giornate! Il cioccolato è utile anche per la bellezza, si sente sempre più parlare di "cioccolatoterapia", in quanto si sfruttano le proprietà antiossidanti del cacao, ma anche la sua ricchezza di sali minerali, soprattutto ferro, magnesio, fosforo e potassio per applicazioni in trattamenti rimineralizzanti e drenanti. Non bisogna dimenticare che il cioccolato è sconsigliato nella dietoterapia di molte affezioni a carico dell'apparato digerente, come ernia iatale, reflusso gastroesofageo e gastrite, inoltre è da utilizzare con moderazione da chi soffre di osteoporosi e demineralizzazione ossea, in quanto il cioccolato è ricco di ossalato, un nutriente che compressa il calcio a livello intestinale impedendone l'assorbimento. Dunque... Buona Pasqua e ricordiamo... cioccolato sì, ma con moderazione e prediligiamo sempre quello fondente!!!!

Herbolario Enebro

Cuidamos tu salud

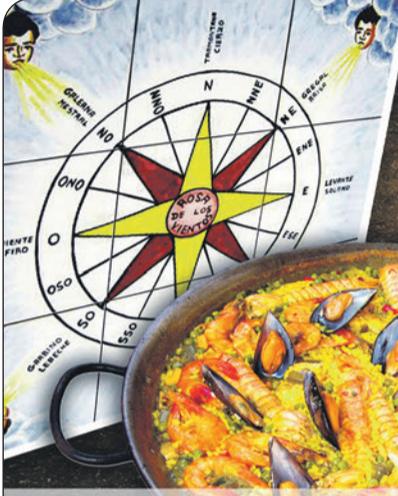


Laura Nardi
 Nutrizionista
 e Naturopata

- Naturopatia
- Nutrizionista
- Estetica
- Terapeuta
- Personal trainer
- Reiki
- Trattamento di ringiovanimento
- Osteopata

Av.Santa Cruz, 58 - Local 5 - San Isidro
 E-mail: amatilaura3@gmail.com - Tel.922 390 732

 **D.ssa Laura Nardi**



EL VIENTO DEL SCIROCO RISTORANTE ITALIANO

PAELLA
FATTA AL MOMENTO

	1	2
CARNE	€15	€22
PESCE	€18	€25
MISTA	€20	€30

CARNE ALLA PIETRA

Salsiccia / Pancetta
Pollo / Braciola
Filetto / Filetto di maiale

€18

Calle Coronel, 6 - C.C. Magaly - Los Cristianos - Per prenotazioni Tel. 637 959 943

VISIONI ISOLANE OSCAR 2015

LA FINE DEL PEGGIO aka CINQUANTA SFUMATURE DI GRIGIO di Sam Taylor-Johnson (2015)

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7902



Premessa importante: desidero mettere agli atti di non aver contribuito in alcun modo all'incremento dell'attuale incasso di quasi 500 milioni (quasi 20 in Italia, vergognia-

moci) al box office mondiale per questa... questa cosa innominabile a cui non riesco a dare titolo.

Il libro? Rimpiango l'Inquisizione. Il film? Rimpiango la Propaganda Nazista.

In effetti non è facile partorire un buon film da un libro illeggibile (il cui successo dice davvero tanto sul potere editoriale che possiedono le casalinghe di mezza età frustrate e soft-pornofile). Voglio dire, o sei Kubrick (ma non solo) oppure arrenditi a prescindere. Questa donna, tale Sam Taylor-Johnson, ha avuto l'arguzia di accettare la sfida di riportare in immagini pagine e pagine di antiletteratura vera e propria, fallendo nella maniera più misera e triste possibile. Tecnicamente parlando, il film è diretto e montato in maniera veramente incapace: anche nelle scene più "erotiche" (pongo le virgolette volutamente), lo sguardo della "regista" è rapido, inesperto, fugace, dinamico quando dovrebbe essere statico e statico quando dovrebbe essere dinamico. Totale assenza di simmetria nelle inquadrature centrali, primi piani ignobili. Il cast non aiuta. Capisco che interpretare due ruoli come quelli di Ana e Christian sia una cosa dalla quale un qualunque attore professionista fuggirebbe. Jamie Dornan e Dakota Johnson no. Assenza totale di chimica a parte (è il minimo, considerando la trama), la recitazione qui sfiora livelli sino ad ora toccati solo dalla saga di "Twilight". Numerosissimi i rimandi alla saga vampiresca, voluti dalla stessa scrittrice (che non nomino perché non lo merita), la quale aveva ini-

zialmente pensato ad un ciclo di racconti erotici con protagonisti proprio Bella ed Edward. Per fortuna (o purtroppo?) è stata respinta. Così nacquero le 50 sfumature (ancora non abbiamo capito perché 50 e non 49, o 37). Carina la colonna sonora, solo grazie alla presenza del remix di "Crazy In Love" di sua maestà Beyoncé, ma è un pregio in una cloaca di difetti. E il sesso poi... Il sesso? Ma quale sesso?

Le scene "erotiche" sono più noiose delle parti normali (e credetemi, ce ne vuole), l'unica cosa che riescono a evocare è il desiderio di vedere i due beoti pestarsi a morte e farla finita. La cosa peggiore in assoluto? I dialoghi. I discorsi sono talmente inverosimili, talmente idioti, talmente lontani da qualunque cosa sia il buon gusto (c'è chi ancora crede sia una cosa soggettiva) da essere imperdonabilmente insostenibili. Buchi di sceneggiatura a non finire (forse perché la sceneggiatura non esiste e il libro da cui è tratto va considerato alla stregua di carta igienica sporca e bagnata), tentativi di approfondimento psicologico (ne ho contati 2 in tutto e tutti gli ultimi 10 minuti) che raggiungono il ridicolo involontario.

Un pianto lungo due ore che, nel tentativo di prendersi sul serio, diventa l'orripilante, noiosa e ignobile parodia di se stesso.

Dicono che al peggio non ci sia fine. Questo film è la fine.

IN CONCLUSIONE: desiderosi di sperimentare l'anti-cinema, l'anti-letteratura, l'anti-tutto?

Fatevi avanti allora.

Voto 1/10
di Gianluca Rinaldi

CRITICA:

Il baco da seta
di Robert Galbraith

recensioni positive del Corriere e de La Stampa ma mi chiedo se i giornalisti hanno davvero letto il libro.

La trama è avvincente ma, a mio avviso, il delitto non solo è tanto efferato da essere rivoltante ma è anche descritto con tale ricchezza di particolari che pare il frutto



di una mente malata. La descrizione di cui parlo è a mio avviso, talmente impressionante da essere controindicata a tutte quelle persone che, come me, "vedono" ciò che leggono e lo rivedono magari nei momenti di insonnia. Io lo sconsiglio vivamente ma forse non tutti reagiscono come me.

Grazie per l'ospitalità
Giannina Pecce

Festival del Cinema Spagnolo

L'ottava edizione del Festival del Cinema Spagnolo quest'anno avrà come location le città di Roma e Milano. Torna, dunque, la kermesse cinematografica e lo fa con un doppio appuntamento: a Roma, presso il Cinema Farnese Persol di Campo de' Fiori, dal 7 al 12 maggio, e per il secondo anno consecutivo a Milano, presso il Cinema Palestrina, dal 14 al 17 maggio. Il festival, fondato e diretto da Iris Martín-Peralta e Federico Sartori, sarà caratterizzato da una sezione principale chiamata "La Nueva Ola" e presenterà una selezione di pellicole iberiche dell'ultima stagione. Protagonisti di quest'anno, saranno il film "10.000 km" di Carlos Marqués-Marcet, vincitore del Premio Goya 2015 come miglior regista esordiente, mentre la serata di apertura del Festival nella tappa di Roma vedrà la presenza del maestro del cinema iberico Carlos Saura. A Milano, invece nell'occasione di Expo 2015, la rassegna presenterà "El somni del Celler de Can Roca", film di Franc Aleu sul ristorante dei Top Chefs più rinomati e sperimentali del mondo. Concludiamo sottolineando che il Festival, organizzato da Exit Media, riceve il sostegno dalle maggiori istituzioni spagnole: Ambasciata di Spagna, ICAA, Ufficio del Turismo Spagnolo, Reale Accademia di Spagna a Roma e Istituto Cervantes.

La Gazzetta dello Spettacolo diretta da Francesco Russo
www.lagazzettadellospettacolo.it



IL Pinguino

GELATERIA - CREPERIA - YOGURT

CALLE JUAN XXIII, 24 - 38650 - LOS CRISTIANOS - ARONA

ORARI: dalle 8.35 alle 22.00

OFFERTE DEL MESE

CAFFÉ CORTADO LECHE LECHE 0,80 €

CAFFÉ CORTADO NATURAL 0,80 €

BARRAQUITO 43 1,80 €

APERITIVI: CAMPARI SODA,
APEROL SPRITZ, AMERICANO 2,50 €

TUTTI I GIORNI
PANINO FARCITO
E BIRRA 2,00 €

TUTTI I SABATI
CONO O COPPA
1 GUSTO 1,00 €

Il giro del mondo a piedi: due globetrotter italiani fanno tappa a Tenerife

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7899



La terra è rotonda, e facendone tranquillamente il giro ci si ritrova un giorno al punto di partenza, già pronti per un altro viaggio. Quanti sono i sentieri, le strade, i villaggi, le città, le colline, i boschi, i mari, i deserti, tanti sono i percorsi per raggiungerli, sentirli, osservarli, per abbracciare la memoria nell'esultanza di essere in quel luogo. I sentieri, la terra, la sabbia, le rive del mare, perfino le pietre e il fango, sono a

misura del corpo e del brivido di esistere.

(David Le Breton. Il mondo a piedi)

Ogni viaggio regala ricordi ed intense emozioni. Quando si parte si visitano posti lontani da casa, si incontrano persone diverse per cultura e stile di vita, si possono scoprire lingue differenti, abitudini curiose, tradizioni incredibili; viaggiare apre la mente e l'anima. Paolo e Arianna hanno scelto una maniera insolita, ma sicuramente affascinante, di viaggiare: con lo zaino in spalla, goPro alla mano, autostop, downshifting e couchsurfing, vogliono girare il mondo. Paolo Leone (a.k.a. pleone, www.facebook.com/pleone) 31 anni, molisano, informatico, laureato a Bologna, ha vissuto e lavorato tra Emilia e Veneto, e Arianna



Idea del sur s.l.

Gestione servizi immobiliari

Av.da Eugenio Dominguez Alfonso
C.C. Pueblo Canario, local 310 - 38660 - Costa Adeje
tel. +34 922 190550 - cellulari +34 682 932454 - +34 691 232344
www.canarieinfo.com - Email: dario@ideasdelsur.es

Vendite - Affitti - Attività commerciali - Investimenti immobiliari

20 anni di esperienza sono la vostra migliore garanzia!!!!

L'agenzia immobiliare fatta da italiani, al servizio degli italiani

Grosso (<http://ariannagrosso.tumblr.com>), padovana, 25 anni, graphic designer, che lo raggiunge il 10 Febbraio 2015, stanno dando vita ad un social-media-world-tour, come Paolo lo definisce, che finora ha portato ad uno score di oltre 170 giorni di viaggio, più di 60 città visitate, 6 nazioni, 2 continenti; una media di 2,4 giorni per città.

Maggio 2014. Paolo decide di vendere tutto: automobile, bicicletta, ma anche stivali da fiume, lampadine, un orologio da muro... Lo staff di Subito.it appoggia l'impresa e decide di creargli una vetrina apposta sul sito. Ricava 8 mila euro in due giorni. C'è chi comprava per sostenere la causa, chi per trasmettere semplicemente la propria stima per il cambio di vita. Così sono scattate le dimissioni dal lavoro di programmatore di software e il 25 settembre a Milano, zaino ben allacciato, ha tirato su il pollice in cerca del primo passaggio.

Progetto Globetrotter. Downshifting e couchsurfing. Di che si tratta?

Il downshifting è una filosofia di vita che si basa sulla diminuzione del carico di lavoro a favore di più tempo libero per se stessi. Quindi mettere da parte ambiziosissime carriere per tornare a fare ciò che ci fa stare davvero bene. Il couchsurfing, che letteralmente significa "navigare sul divano", in pratica è un sistema per mettere in contatto i viaggiatori di tutto il mondo al fine di aiutarsi a vicenda. Chi ospita non chiede alcun compenso per il posto che offre, ma il surfer solitamente ricambia l'ospitalità in ogni modo possibile: aiuto nel-

le pulizie, cucina, condividendo racconti di viaggio, insegnando la propria lingua... La cosa importante del couchsurfing è capirne lo spirito: se viaggi, hai sicuramente qualcosa da condividere con chi ti accoglie in casa. Se ospiti hai sicuramente qualcosa da imparare da chi sta viaggiando.

Mollo tutto e faccio il giro del mondo a piedi. Famiglia? Amici? Come l'hanno presa?

Paolo -La prima volta che sono tornato a casa per comunicarlo sono rimasto sorpreso dalla reazione dei miei genitori: pensavo che mi avrebbero dato del matto o comunque sarebbero rimasti un po' "delusi". E invece no. Mia madre mi ha detto: "Se è quello che ti fa felice, vai. Sarò felice anche io". Mio padre invece: "Ma quindi non torni a Natale?" e mi ha regalato un fantastico amuleto di legno, intagliato da lui stesso. Per i miei amici invece è stata molto più scontata la reazione: tutti mi hanno spinto ed incitato, quasi stessi realizzando qualcosa non per me, ma per tutti.

È forse è davvero così. Una frase che mi ha fatto molto ridere è stata: "Ecco, finalmente. Questa è una cosa da Paolo Leone!". Arianna - Sono la figlia più piccolina ed è normale che i miei siano piuttosto apprensivi, ma alla mia notizia hanno reagito pensando fossi pazzo davvero: "Sappiamo che sei sempre stata fuori dalle righe, ma questa volta... fai sul serio?". Dopo aver spiegato per bene il progetto, mia mamma mi ha dato un braccialetto per dimostrarmi di aver capito. Mio papà mi ha sorpreso un po' perché mi ha salutato dicendo: "Vai ora che puoi, altrimenti da anziana rimpiangerai di non

aver colto questa occasione". Gli amici mi hanno incitato e fomentato fino alla morte, anche se non sono mancate alcune battutine infelici da parte di persone... infelici.

Come trascorrete la vostra giornata tipo?

Ogni giornata è diversa, siamo scappati apposta dalla routine per cercare stimoli continui. Però alcune azioni base ci sono: come cercare internet in città, chiedere a persone random informazioni sui luoghi, incontrare amici conosciuti sui social... Camminare senza meta oltrepassando i 10.000 passi giornalieri è una cosa di cui andiamo molto fieri.

Soundtrack di questa esperienza?

Musica del luogo principalmente. Cerchiamo di farci ispirare dalla radio o chiediamo a chi ci ospita. È un modo per imparare musica nuova!

Prossime tappe?

Le decidiamo strada facendo, anche se per un percorso orientativo... daremo presto notizie su Facebook (<https://www.facebook.com/pleone>) e sul blog (<http://globetrotter.pleone.it/it>). In ogni viaggio c'è sempre qualcosa da imparare, una storia da raccontare. Uno dei motivi più belli del viaggio forse è proprio la condivisione.

Cosa vi sta dando questo viaggio che vi sentite di condividere con i lettori di Leggo Tenerife?

Questo viaggio ci sta restituendo una libertà persa: quella di scegliere il proprio cammino e di lasciarsi andare ad ali spiegate. Il supporto che riceviamo giornalmente, te compreso, è quello che ci spinge giorno dopo giorno a proseguire questa non tanto folle avventura. Potete trovare aggiornamenti, foto, curiosità, il diario di bordo e sostenere i nostri ragazzi sulla pagina Facebook: <https://www.facebook.com/pleone> e sui rispettivi blog del viaggio: <http://globetrotter.pleone.it/it> e <http://ariannagrosso.tumblr.com>

Mario Giammona



**E' ARRIVATO
MAGIC COOKER
ALLE CANARIE**

Un rivoluzionario metodo di cottura che perfeziona l'esperienza della tradizione attraverso tecniche innovative. Un'inedita dinamica di cottura che permette di cucinare a temperature più basse offrendo 3 importanti benefici:

- CUCINA DELICATA E GUSTOSA -
- CUCINA ECOLOGICA -
- CUCINA PRATICA -

MAGIC COOKER

CERCASI AGENTI PER ZONE LIBERE

Tel. 922 736 994 - 634 745 739 - 667 382 742
canarias.magiccooker@gmail.com
Calle Las Moradidas - Las Chafiras
Canarias MagicCooker



**ECO
DECK**
Elegant Flooring



Pavimento Vinilico Click LVT 5mm

Facile da tagliare. Riduce i rumori. Bordi smussati. Completamente impermeabile

Non richiede una copertura di base. Senza fuga.

Non necessita attrezzatura specializzata per la posa.

Completamente stabile. Con strato antiscivolo ad alta resistenza.

Parquet laminato AC 5-8mm

**Questo è un pavimento ottimale se si desidera un prodotto di prima qualità, sia come finiture che come garanzia. (soprattutto per evitare di doverlo togliere dopo pochi anni dalla posa)
Siamo distributori ufficiali e ti offriamo una garanzia totale.
Consulta il nostro team di professionisti per farti consigliare il pavimento migliore per la tua famiglia e il tuo stile di vita.**



Legno sintetico per esterni 25mm

Non si crepa e non si scheggia, non necessita di verniciatura né di manutenzione.

Ottime caratteristiche tecnologiche.

Non viene attaccato da insetti o batteri. Eccellente resistenza all'umidità, all'acqua e alla luce del sole.

Di facile e rapida installazione.

E' completamente riciclabile. La superficie è antiscivolo.

La posa avviene nella maniera classica del legno, con clips di montaggio.



**ECO DECK
Elegant Flooring**

**Calle Mirador de la Cumbrita 16
Cabo Blanco, 38627 ARONA
S.C. de Tenerife**



**Ufficio e Showroom: (+34) 922 719 314
Cell: (+34) 672 407 739
Cell: (+34) 634 386 477
e-mail: info@ecodeck.info
www.ecodeck.info**

Vincere l'effetto pecora per cambiare vita

Tempo di lettura: 7 min.



Come l'effetto pecora ci condiziona e cosa fare per cambiare vita

La prima contromisura dal prendere quando s'intende **cambiare vita**, è smettere di comportarsi come gli altri. Se le persone generalmente hanno paura di essere diverse, chi come noi intende "cambiare vita", deve invece diversificarsi in tutto. **L'effetto pecora**, cioè seguire la massa per paura di essere additati come diversi, è un meccanismo subdolo e molto potente, che agisce a livello del nostro subconscio e viene sfruttato per manipolare il pensiero e le azioni delle persone. Oggi scopriremo come identificare e combattere l'effetto pecora, allo scopo di prendere coscienza dell'esistenza di un comportamento che tutti assumono senza rendersene conto, e che condiziona molti dei nostri pensieri e gran parte delle azioni che quotidianamente compiamo.

Cambiare vita ragionando sui nostri comportamenti

L'idea di parlare della tendenza che tutti abbiamo di seguire determinati comportamenti, mi è venuta osservando alcuni atteggiamenti assunti dagli **automobilisti** che, spesso, compiono azioni apparentemente insensate, ma che in realtà sono dettate da particolari contesti sociali. Prima di raccontarvi il divertente aneddoto cui è ispirato questo post, vorrei rubarvi trenta secondi per dare una definizione precisa dell'effetto pecora: « *L'effetto pecora si verifica quando più individui, ammassati in un determinato luogo o intenti a compiere azioni simili, subiscono una pressione che li induce ad imitarsi vicendevolmente (di solito imitare il comportamento della maggioranza), senza pensare all'azione che stanno compiendo.* ». In altre parole, se un gruppo di persone fa una determinata cosa, il singolo tenderà a seguirli ».

Stavo, come al solito, procedendo ai 50 (cinquanta) all'ora in tangenziale quando, tra un insulto e un bel dito medio, mi accingevo ad imboccare l'uscita in direzione casa. Recenti lavori hanno creato una **nuova uscita**, che precede la vecchia di una ventina di metri. Entrambe sono percorribili e portano alla medesima rotatoria, solo che la prima permette di imboccare una determinata direzione senza dover per forza eseguire l'intero giro della rotatoria stessa. La nuova uscita è praticamente sempre intasata di automobili, tanto che si rimane bloccati per diversi minuti; la seconda invece (quella più datata) rimane deserta. **Nessuno si sogna mai di imboccare la seconda uscita**, tutti automaticamente mettono la freccia e s'incolonnano nella prima. Io solitamente imbocco la seconda, filo libero come il vento, in pochi secondo eseguo il tanto temuto "mezzo giro della rotatoria", passo davanti alle decine di automobili incolonnate e proseguo senza fermarmi. Ogni volta mi domando come mai tutti si ostinano ad utilizzare la nuova strada, restando inesorabilmente bloccati, quando la seconda è perennemente sgombrata e permetterebbe di risparmiare tempo, al costo di un mezzo giro in più di rotatoria. Questo comportamento incarna perfettamente il concetto di "effetto pecora": siccome la maggior parte delle persone usa la nuova uscita, tutti imitano inconsciamente quel comportamento, senza ragionare con la propria testa. La stessa teoria la possiamo applicare al concetto di "correre in macchina"; nonostante non esista nessun vantaggio nel guidare veloci, anzi, ci sono solo svantaggi, tutti guidano le proprie vetture come se fossero inseguiti dal demonio, a nessuno passa per la testa di chiedersi se ha veramente senso comportarsi così. Per **cambiare vita** è necessario proprio cambiare questi comportamenti.

Mentre cercavo informazioni per quest'articolo, mi sono imbattuto in un altro blog che tratta il medesimo argomento; l'autore del post raccontava di un esperimento eseguito al supermercato, riporto il suo racconto in chiave sintetica: « *Un giorno, recatomi al mercato, notai come alcuni banchi di frutta fossero pieni di acquirenti, mentre altri completamente vuoti. Per curiosità mi avvicinai ad*

uno vuoto e notai come immediatamente altri clienti arrivarono appresso a me, facendo ordinazioni.

In breve anche questo banco si popolò in modo smisurato. La merce esposta era la stessa di cinque minuti prima, quindi non vi era un reale motivo alla base di un tale comportamento. Perplesso ripetei l'esperimento con un altro banco: anche questo, nel giro di pochi minuti, divenne come una calamita per le persone, che accorrevano per acquistarne la merce ». Quello che stava accadendo è un'altra applicazione dell'effetto pecora: quelle merci diventavano più attraenti perché qualcuno le aveva considerate, mentre prima, l'assenza di acquirenti "dimostrava", agli occhi di tutti, che non valeva la pena di considerarle.

La paura di essere soli

Abbiamo già parlato di **come vincere l'insicurezza per cambiare vita**, stabilendo come i timori che ci tengono inchiodati alla nostra vita, si originano dall'incapacità di provvedere al nostro diretto sostentamento; anche l'effetto pecora è collegato alla **paura di cambiare** e deriva principalmente dalla consapevolezza del rischio al quale ci esponiamo, quando decidiamo di comportarci e ragionare in modo autonomo. Seguire gli altri, infatti, imitandone i comportamenti, dona maggior sicurezza e, a livello di subconscio, serve a confermare l'avvedutezza della nostra scelta.

Al contrario, agire in modo indipendente, è una piena dichiarazione di responsabilità: se sbagliamo, siamo soli e solo noi ne paghiamo le conseguenze. Negli aneddoti sopra riportati, risulta evidente come il criterio di scelta sia: *"Se gli altri fanno così, un motivo ci sarà, quindi lo faccio anch'io"*. Condizionati e confortati dall'assumere un comportamento consono al gregge, spesso compiamo scelte poco ragionate, perlopiù per imitazione, rinunciando ad esercitare ogni facoltà critica. In pratica ci siamo fatti guidare dalla paura, cioè il primo grande ostacolo da superare quando s'intende cambiare Vita; anche se possiamo intuire come il nostro comportamento derivi dal timore di discostarsi dal modo di agire comune, nella vita di tutti i giorni è difficile prenderne reale consapevolezza; il risultato è che adottiamo

comportamenti dettati principalmente dal timore di non venir approvati dagli altri. Queste dinamiche sono ben note a chi cerca di sfruttare le paure per pilotare il comportamento delle persone, molte strategie di marketing si basano proprio sul far credere ad un potenziale acquirente che i suoi "simili" abbiano già scelto quel prodotto. In questo modo, nelle persone viene indotto un sentimento di sicurezza, che li conforta e li porta a credere che eseguire un determinato acquisto sia la scelta giusta.

In uno studio eseguito dalla University of Leeds, il professor Jens Krause condusse una serie di esperimenti volti a dimostrare l'effetto pecora, ottenendo risultati molto interessanti. Krause dimostrò com'è sufficiente che il 5% di un gruppo adotti un determinato comportamento, per influenzare le azioni dei restanti componenti. Esiste un divertente video che mostra l'applicazione dell'effetto pecora ad un caso reale: tre attori entrano in un ascensore e si voltano in senso opposto all'uscita; la vittima, che invece è rivolta (in modo più logico) verso l'uscita, si sente a disagio e tende anche lei ad imitare gli attori, voltandosi in senso opposto alla porta dell'ascensore:

Come superare l'effetto pecora e cambiare vita

Quando s'incomincia a ragionare in modo autonomo e critico, si notano con maggior chiarezza i comportamenti bizzarri e apparentemente insensati delle persone; talvolta basta evitare di agire d'impulso per rendersi conto di alcuni automatismi che adottiamo, ai quali ormai non facciamo caso. Il primo passo per cambiare-vita è prendere coscienza dell'esistenza di condizionamenti psicologici che influenzano prima i nostri pensieri e poi le azioni, ma se hai letto l'articolo fino a questo punto, significa che qualcosa già sospettavi. Il passo successivo è imparare ad **evitare di farsi condizionare**, un'ottima tecnica è quella di attendere sempre una manciata di secondi prima di prendere qualsiasi decisione, o anche semplicemente prima di esprimere un'opinione o un giudizio, domandandosi il vero motivo per il quale si sta per compiere una determinata azione. Applicando questa pratica, tutt'altro che banale, ci si renderà presto conto di quante volte si agisce in modo automatico e di quanto spesso si elaborino ragionamenti dettati



più da stereotipi che dal lucido riflettere. Se le persone, "nell'esperimento" della tangenziale, dedicassero qualche secondo a pensare prima di precipitarsi ad imboccare la prima uscita disponibile, ed utilizzassero quel tempo per rivisitare mentalmente l'obiettivo che vogliono raggiungere (arrivare in un determinato luogo nel minor tempo possibile), realizzerrebbero che sarebbe per loro conveniente imboccare la seconda uscita, anziché limitarsi ad imitare gli altri, convinti che se tutti fanno così sia giusto a priori. Imparare a decidere cosa è meglio per noi stessi, **indipendentemente da quello che fanno gli altri**, è il primo passo nel percorso verso un cambio di vita radicale.

Se valutiamo gli effetti di tali condizionamenti in un contesto di più ampio respiro, possiamo dire che l'informazione (e quindi la cultura) sono elementi essenziali per trovare il coraggio di ragionare con la propria testa e vincere la paura di sbagliare, esponendosi al giudizio degli altri. La conoscenza, intesa come cultura a 360°, aiuta nel trovare quella sicurezza necessaria ad ottenere la forza di effettuare scelte in modo autonomo. Se siamo certi di operare nel giusto, perché ben formati su un determinato argomento, smetteremo di ragionare per imitazione e prenderemo strade indipendenti. In un momento storico in cui la mediocrità e l'ignoranza vengono volutamente alimentate allo scopo di controllare e guidare le scelte del gregge, la cultura è una potentissima barriera che ci protegge da qualunque condizionamento sociale. Mai come in questo contesto, essere una pecora nera, rappresenta motivo d'orgoglio.

Francesco

www.smetteredilavorare.it



Sueno Tenerife
 viajes, excursiones y inmobiliaria

- **Vola con i nostri voli charter ogni lunedì da: Malpensa, Roma, Bologna, Verona**
- **Prenota con noi, appartamenti centralissimi, hotels, residence, agriturismi e campeggi**
- **I prezzi migliori per le tue escursioni e biglietteria parchi**
- **Tour di gruppo con guida in italiano**

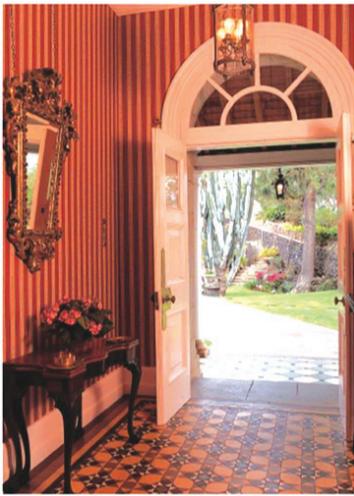
Sede spagnola
 Calle Tegueste n. 2
 Los Olivos / Adeje

Sede italiana
 Via San Giacomo de Capri 61d
 Vomero / Napoli

CONTATTI: Prenotazioni parchi ed escursioni: help@suenotenerife.es
 Prenotazioni voli e hotel: reservas@suenotenerife.es
 SEDE SPAGNOLA (+0034) 606 419 795
 SEDE ITALIANA Chiama Gratis 800.913.410

Un tuffo nel lusso dell'Ottocento inglese

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7897



Nel 2006 la società fratelli García Núñez ha acquisito la finca Risco de Oro a Puerto de la Cruz, con l'intento di fare un investimento immobiliare.

Ma, nel corso degli anni, i proprietari se ne sono innamorati a tal punto da cambiare l'idea iniziale per inseguire un progetto molto più ambizioso: preservare il patrimonio di lusso, che è attualmente in vendita, in attesa del Plan de



Modernización per poi trasformarlo in un resort di lusso, l'unico nuovo cinque stelle che ci sarà in città. La tenuta era stata comprata nel 1890 da Edward Campbell Philpot, quando gli inglesi hanno cominciato a venire alle Canarie apprezzandone il clima, ideale per una seconda casa, ed è uno dei tesori della città turistica che merita di essere protetto



e preservato, oltretutto inserito nel Conjunto Histórico di Puerto de la Cruz, dichiarato Bene di interesse culturale dal 2006. La tenuta è stata progettata da due architetti, uno tedesco e l'altro inglese, e ha un terreno ben distribuito di oltre tre ettari. Comprende sette edifici, dei quali tre originali delle isole Canarie, il fienile, le stalle e gli uffici posti all'ingresso. Poi c'è una piccola costruzione utilizzata come scuola privata per i figli dai primi proprietari, un'altra conosciuta come Casa del Carpintero, la cappella e la residenza principale, in stile coloniale inglese. Quest'ultima ha una superficie di oltre 1.500 metri quadri ed è divisa in seminterrato, piano terra, primo piano con soppalco e la terrazza. All'interno restano la maggior parte degli arredi originali, opera di ebanisti di La Orotava, e la vasca da bagno e il rubinetto di uno dei servizi, portati invece direttamente dall'Inghilterra, come anche le tegole del tetto.

L'arredamento offre "chicche" che sono un piacere per gli occhi, come i quattro camini ognuno di diverso "design" distribuiti su due piani, o le "mantovane" del salotto, dipinte a mano. Altre piacevoli, come il tavolo da biliardo snooker, un tavolo speciale che misura 360x180 centimetri, con il suo rispettivo contapunti; un grammofono; un pianoforte a coda e le splendide lampade.

Tutti i lavori in legno sono originali e molto ben tenuti, addirittura rimangono intatti i contrappesi delle finestre, da cui si gode una vista spettacolare sui giardini e la Valle de La Orotava, Teide incluso. Un gioiello deve essere amato, ed è quello che hanno fatto le famiglie vissute lì fino ad ora. Dopo la morte di Edward Campbell Philpot, la proprietà passò a un membro della famiglia per essere poi acquisita da Felipe Machado, e da lì a suo figlio maggiore, i cui discendenti hanno abitato lì fino a quando l'hanno comprata i fratelli García Núñez, che l'hanno mantenuta in ottime condizioni, prendendosi cura degli oltre 8.000 metri quadrati di giardini, originariamente progettati dalla stessa designer inglese dei Kew Gardens, un paradiso botanico situato alla periferia di Londra. Per lasciare indisturbato l'edificio principale, il futuro albergo, che



CICCONI & ASOCIADOS
Despacho de Abogados / Studio legale e tributario

DOPO ANNI DI PROFESSIONALITÀ ED ESPERIENZA NEL SUD DI TENERIFE LO STUDIO LEGALE E TRIBUTARIO APRE UNA NUOVA SEDE NEL PUERTO DE LA CRUZ

- CONSULENZA FISCALE-LEGALE
- CONSULENZA IN AMBITO INTERNAZIONALE (Convenzione bilaterale Italia-Spagna)
- CONTABILITÀ A PERSONE GIURIDICHE E FISICHE
- DICHIARAZIONE DEI REDDITI A RESIDENTI E NON
- ASSISTENZA NELL'APERTURA DI SOCIETÀ COMMERCIALI (società di capitali e persone)
- ASSISTENZA NEL TRASFERIMENTO DELLE PENSIONI ALL'ESTERO
- LICENZA DI APERTURA ATTIVITÀ
- OTTENIMENTO NIE
- ISCRIZIONE INPS (seguridad social)
- ASSISTENZA APERTURA C/C BANCARI

Calle San Juan n. 2 - loc. 18
38400 Puerto de la Cruz
S/C de Tenerife - ESPAÑA

Per ulteriori informazioni:
Tel. contatto: 618 086 339
www.cicconieasociados.com
info@cicconieasociados.com

RESPONSABILE UFFICIO PUERTO DE LA CRUZ
ROSA CAVALIERE

avrà 180 camere, una piscina e un parcheggio, verrà costruito in fondo alla proprietà, senza toccare i giardini con le loro fontane, la cappella e il campo da croquet. L'idea degli attuali proprietari è trovare degli albergatori pronti ad investire o imprenditori disposti a comprare la proprietà credendo nel progetto, che tuttavia può essere modificato a seconda delle necessità che può avere la catena che lo compra. Un affare interessante, non solo perché questa zona della città turistica si è già rivalutata con l'acquisto dell'Hotel La

Chiripa da parte della catena tedesca Lindner, ma anche perché il progetto che hanno sviluppato è un esempio di recupero del patrimonio come risorsa urbana per il turismo. Il piano di ammodernamento, miglioramento e una maggiore competitività di Puerto de la Cruz è per adesso fermo nella commissione per la pianificazione e l'ambiente delle isole Canarie (Cotmac), pur essendo un documento di vitale importanza per la città e che molti stabilimenti aspettano per rinnovare i loro alberghi.

Franco Leonardi



Animali da compagnia... pericolosa

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7894

Tempo di lettura: 11 min.

Dopo averli acquisiti illegalmente o per ignoranza delle leggi, molti canari stanno tenendo in casa una delle quasi 800 specie di animali esotici che esistono oggi sull'Arcipelago. Di questi, almeno 35 sono stati classificati come invasivi, secondo il Servizio Biodiversità della Direzione Generale della Protezione della Natura del governo delle Canarie.

Le specie "aliene" invasive rappresentano una delle maggiori minacce alla biodiversità, in particolare in realtà geograficamente e evolutivamente isolate come le piccole isole. I rischi che queste specie rappresentano crescono a causa di un aumento del commercio globale, i trasporti, il turismo e il cambiamento climatico. La fuga o emissione deliberata nell'ambiente di animali esotici possono avere gravi conseguenze sulla biodiversità originaria delle Canarie, in quanto, tra l'altro, in grado di competere, predare o consumare la nostra fauna autoctona; può contaminare le specie geneticamente correlate; trasmettere malattie e parassiti alle specie selvatiche, il bestiame, le colture e gli esseri umani; provocare allarme sociale, come le recenti scoperte di serpenti e tarantole a Tenerife; provocare gravi disagi alle persone, come il frastuono assordante delle colonie di pappagalli in alcuni comuni delle isole; e infine causare gravi danni alle infrastrutture, come alcuni cortocircuiti causati da serpenti nelle condutture elettriche o danni ai cavi morsi dai roditori. Si stima che le specie esotiche costino in un anno 12.000 milioni di euro all'Unione europea. Da agosto 2013 un regio decreto disciplina il catalogo spagnolo delle Specie invasive, in cui si stabilisce che gli esemplari delle specie animali ivi comprese, posseduti

come animali di compagnia o di affezione, potranno essere mantenuti dai loro proprietari, ma con l'obbligo di comunicare, entro un termine massimo un anno, un tale possesso alle autorità competenti delle comunità autonome.

Questi, se del caso, stabiliranno la sterilizzazione obbligatoria degli esemplari, così come adeguati sistemi di marcatura (tatuaggio, marchi auricolari, microchip, anelli e veterinario responsabile), e richiedere la firma di una dichiarazione di responsabilità del proprietario. Quest'ultimo, sottolinea lo statuto, dovrebbe riferire immediatamente il rilascio accidentale di tali esemplari, che non potrà in ogni modo vendere, riprodurre, o cedere. In alternativa a cui sopra, "le autorità competenti faciliteranno, se richiesto, la consegna volontaria degli animali".

Le nuove norme davano tempo fino allo scorso agosto ai proprietari di questi animali esotici, ma centinaia di animali potenzialmente pericolosi sono ora in una situazione di illegalità, perché pochi sapevano della legge, e molti sono stati e tutt'ora vengono abbandonati dai loro proprietari per evitare di essere puniti (man mano che "scoprono" la situazione...). Ciò ha portato che più di trenta specie invasive sono riuscite a stabilirsi nelle Canarie, nonostante gli sforzi del Dipartimento dell'ambiente stesso che, insieme con Polizia e Guardia Civil, effettua ispezioni nei negozi di animali eseguendo nel contempo un monitoraggio del commercio illegale di animali on-line. Tra i problemi più significativi e recenti ricordiamo il serpente reale della California, che si è insediato in Gran Canaria dopo essere stato volontariamente rilasciato in natura da un collezionista, e che attualmente minaccia la sopravvivenza dei rettili nativi di quell'isola (Ndr avevamo fatto un articolo in proposito nel giugno 2014). L'iguana verde, il pitone reale e le tartarughe verdi "della Florida" a guance rosse e gialle, sono i rettili esotici che si trovano più

frequentemente "per strada" nelle isole. Nell'ultimo decennio nell'arcipelago sono stati catturate oltre 50 iguane! Uno studio completo sulle isole di Tenerife e Gran Canaria ha rilevato un totale di 24 specie di uccelli esotici, di cui 13 sono considerati stabiliti. Di questi, almeno otto sono stati "liberati" da parte di privati. Qualcosa di simile accade con i mammiferi esotici, in cui 16 specie introdotte come animali domestici hanno finito per diventare invasive. Tra questi spicca lo scoiattolo moresco, dal Nord Africa, molto diffuso su Fuerteventura mentre, occasionalmente, si trova anche su altre isole, senza essere diventato ancora stabile. Menzione speciale per i gatti domestici o inselvatichiti, uno dei principali fattori che minacciano la sopravvivenza delle lucertole giganti in Tenerife, El Hierro e La Gomera, come del fringuello blu di Gran Canaria e degli uccelli marini di piccola taglia, quali procellarie e uccelli delle tempeste. Tutte queste specie sono comprese nel catalogo spagnolo specie invasive (Ndr escluso sicuramente i gatti, che sono senza dubbio la più letale specie a livello mondiale e che io, purtroppo, amo...), il che implica il divieto di possesso, il trasporto, il traffico e il commercio di esemplari vivi o morti, compreso il commercio estero. Tale divieto può essere risolto dopo l'approvazione amministrativa, se necessario per motivi di forza maggiore. Le comunità autonome effettuano il monitoraggio anche delle specie aliene potenzialmente invasive, in particolare quelle che hanno dimostrato la pericolosità in altri paesi o regioni, al fine di proporre, se necessario, la loro inclusione nel suddetto catalogo nazionale, lo strumento principale per la prevenzione e il controllo del possesso e il commercio di alcune specie esotiche invasive. Ciò vale, per esempio, per tutte le specie di serpenti e tartarughe americane o della Florida. Tra gli uccelli, spiccano il merlo indiano e alcune specie di Pappagalli.



E la sezione mammiferi include ratti, procioni, coati, varie specie di ricci e tutte le specie di scoiattoli.

Raccomandazioni

Acquisto di animali: se proprio DOVETE acquistare un PET esotico, fatelo in un negozio serio e assicuratevi che l'animale sia conforme a tutti i requisiti di salute e amministrativi.

Informazioni: è indispensabile conoscere in anticipo le condizioni del vostro animale domestico, per garantirne il benessere e vanificare la possibilità di fuga.

Igiene: conoscere le regole igieniche per evitare di essere infettati da parassiti o malattie, in particolare se gli animali acquistati saranno in contatto con i bambini.

Abbandono: qualunque cosa accada, MAI abbandonarlo! Se per qualsiasi motivo non potete più tenerlo, contattate la pubblica amministrazione o le associazioni che troveranno una soluzione adeguata.

Una fuga: se il vostro animale è fuggito o ne trovate qualcuno abbandonato, informare immediatamente la pubblica amministrazione o chiamate il 1-1-2 più vicino. Ricordatevi che siete legalmente responsabili per l'inconveniente, per i danni che l'animale possa causare a persone, animali, cose, spazi pubblici e ambiente naturale. Affinché il commercio e il possesso di animali esotici si svolga in modo responsabile, la Direzione Generale della Protezione della Natura del Ministero dell'Am-

biente ha messo a disposizione del pubblico sul suo sito web vari manuali dedicati a invertebrati, anfibi, rettili, uccelli e mammiferi. In questi viene chiarito il pericolo di rilascio nell'ambiente, vengono fornite informazioni per una corretta gestione, sia dal punto di vista del benessere degli animali che di allarmi sulle malattie che possono trasmettere agli esseri umani. L'emergere di specie esotiche, sia animali, piante, funghi o microrganismi in luoghi nuovi, non sempre è una preoccupazione, tuttavia un numero considerevole di specie alloctone può diventare invasivo e avere gravi effetti negativi sulla biodiversità e deve pertanto essere prevenuto. In Europa sono presenti circa 12.000 specie esotiche, e fra il 10 e il 15% di queste sono invasive. Nell'elenco delle specie selvatiche di Canarias 2009, pubblicato dal governo regionale, su terra sono registrate 14.332 specie, l'11% di loro sono esotiche. Il problema non è il semplice possesso di un animale come questo, ma che sia fatto responsabilmente. Un cane o un gatto, non tenuti in buone condizioni sanitarie o abbandonati in mezzo alla montagna, quando siamo stanchi di loro, possono causare lo stesso danno di un serpente o simili. (Ndr in realtà, in tutto il mondo industrializzato, i maggiori danni sono provocati proprio dai MILIONI di cani e gatti, abbandonati irresponsabilmente dopo un acquisto che definire superficiale è eufemistico).

Franco Leonardi



CLINICA
Dentalit

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

1ª visita gratis



REGALATI
 UN SORRISO

SPECIALISTI IN IMPLANTOLOGIA

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

Calle Mar del Norte nº31 - local 3
 Playa San Juan - Guía de Isora
 Tel.922/138.887
 Móvil: 699.678.321
 E-mail: infodentalit@gmail.com
 Internet: www.dentalit.es

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



Sembrerà un'ovvietà ma il miglior allenamento per il trekking è fare trekking! Certo, fare qualche compitino anche a casa aiuta sempre, ma solo misurandoti ripetutamente su percorsi in montagna o in collina sarai in grado di migliorare, anche piuttosto velocemente, il tuo stato di forma.

Rispetto alle passeggiate in pianura di tutti i giorni, nelle escursioni in montagna entrano in gioco le salite e le discese che, unite al terreno spesso accidentato ed impervio, mettono a dura prova la nostra resistenza e forza di volontà.

Far funzionare al meglio cuore, polmoni, gambe e articolazioni richiede tempo, costanza e tanta fatica, soprattutto per chi è agli inizi.

Ma non spaventarti, ogni persona sana con un sistema cardiocircolatorio a posto può iniziare un allenamento per il trekking senza nessun pro-



blema. Certo all'inizio sentire parlare di 1000 metri di dislivello o anche più potrebbe farti pensare che camminare in montagna sia una cosa da superuomini, quando in realtà non lo è assolutamente. Tornando con i piedi per terra, ciò che posso dirti è questo: un escursionista medio percorre in un'ora circa 350 metri di dislivello in salita e circa 600 metri di dislivello in discesa, mentre su terreno pianeggiante lo stesso normalmente copre una distanza di 5 chilometri all'ora.

Come regola generale devi sapere che in montagna, ai fini della scelta di un percorso piuttosto che un altro, ciò che conta veramente sono i metri di dislivello e la pendenza del terreno e non tanto i chilometri da percorrere.

Allenamento per il trekking se non hai mai camminato in montagna

Se non hai mai camminato in montagna e conduci una vita sedentaria, devi sapere che anche una breve escursione di 400-500 mt di dislivello sarà sufficiente a stancarti per bene e causarti il giorno dopo più di qualche dolore muscolare alle gambe. Proprio per questo non ti devi assolutamente vergognare di iniziare con qualcosa di veramente soft che non superi i 300-400 mt di dislivello, equivalenti a circa un'ora di camminata in salita a ritmo blando

(Ndr per esempio è PERFETTA la Montagna Roja del Medano!).

Nell'ottica di lasciare il tempo al tuo fisico di abituarsi a questo nuovo tipo di sforzo, la

cosa migliore è iniziare molto gradualmente, badando a dosare bene lo sforzo in funzione del tipo di terreno (accidentato, scorrevole etc...) e dei cambi pendenza che incontrerai durante il cammino. Se sei in compagnia di qualcuno, un metodo valido per riconoscere quanto sei sotto sforzo è quello di parlare: se riesci a farlo abbastanza tranquillamente vorrà dire che sei sulla buona strada e che il passo che stai tenendo è quello giusto per te. Per scegliere i percorsi adatti alle tue prime escursioni in montagna ti consiglio di individuare, con l'ausilio di una cartina topografica, dei sentieri con una pendenza piuttosto "morbida". Questo lo puoi fare abbastanza facilmente guardando le isoipse o curve di livello, ovvero quelle linee riportate sulla carta che uniscono tutti i punti sul terreno aventi la stessa altezza rispetto al livello del mare. Più le isoipse sono vicine tra loro maggiore sarà la pendenza del terreno. In genere, partendo da zero, per riuscire ad attenersi senza grosse fatiche ai tempi di un escursionista medio ti basteranno una decina di escursioni di almeno una mezza giornata da fare ogni week end badando bene di rispettare una certa progressività di lunghezza e dislivello nella scelta dei percorsi. Durante la settimana poi, una camminata in salita a ritmo spedito di almeno un'ora è il minimo che ci vuole per non arrugginire troppo... Con il tempo e la dovuta costanza riuscirai a compiere i fatidici 1.000 metri di dislivello in salita in poco più di due ore senza affaticarti troppo. Un obiettivo non impossibile che ti permetterà di spassartela bene ad ogni escursione.

FINE PRIMA PARTE

Fabrizio Vago
www.ilmountainrider.com

Il salto del pastore

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7892

Il salto del pastore è una pratica tradizionale dei pastori delle isole Canarie, "inventata" per vincere l'irregolarità del terreno, che permette loro di superare dislivelli e ostacoli con l'aiuto di una pertica.

L'attrezzo è costituito da una lunga asta di legno, normalmente di pino canario grazie alla sua flessibilità, e un punzone di metallo (che all'arrivo degli europei ha sostituito l'antico corno di capra), chiamato regatón.

Nel corso degli anni e la progressiva scomparsa della pastorizia, questa pratica ha assunto un carattere ludico, e oggi è molto praticata anche come un vero sport, con vari tipi di prove, come il salto sempre più estremo o come saltando dall'alto e centrando una moneta per terra.

Ci sono diversi tipi di salti e tecniche per realizzarli. I tipi più comuni di salti:

* Sostenersi e lasciarsi scorrere verso il basso lungo la lancia, quando l'altezza del salto è inferiore alla lunghezza della lancia

* A "regatón muerto", quando si salta nel vuoto.

La tecnica più comunemente usata è appoggiare la punta di ferro nel punto scelto, di supporto e di scorrimento, tenendola con le mani, una con il palmo verso l'alto, braccio esteso e vicino alle cosce, e l'altra che tiene l'estremità superiore del bastone con il braccio flesso; il corpo si appoggia rapidamente al palo, in modo da mantenersi in equilibrio durante tutta l'ese-



cuzione, per cui si raccomanda che le punte dei piedi finiscano molto vicino al regatón (cadere a piombo). (Ndr il salto canario ha attirato anche l'interesse della Red Bull, se volete provare affiancatevi a qualche gruppo locale, sempre attivi con prove e competizioni)

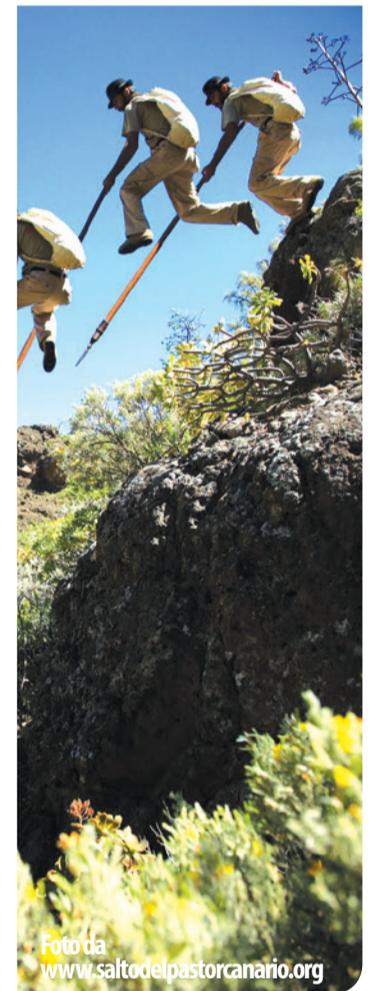


Foto da www.saltodelpastorcanario.org

CAMISETAS ORIGINALES

BOB MARLEY COLLECTION

RASTAFARI WEED COLLECTION

GORRAS ORIGINALES

Na.Mo
GRAPHIC&COMMUNICATION

<https://www.facebook.com/namographic>

+34 603 765 719 - Filippo #creativenamo

Casa Yaya

GASTROBAR GELATERIA ARTIGIANA

PANINERIA VIZI E SFIZI SPECIALITA' ITALIANE D'ASPORTO

GENE PRIVATE CON VERA CUCINA ROMANA

O MENÙ A RICHIESTA PER UN MINIMO DI 5 PERSONE ...VENITECI A TROVARE!

f casayaya info.casayaya@gmail.com

Tel. 643 302 827 / 632 926 947 Plaza César Manrique N°11Loc-3 Los Olivos - Adeje

Ruta de Jinama. Frontera-San Andrés. El Hierro

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7890



Ci sono pochi posti al mondo come la cresta montuosa che divide in due l'isola di El Hierro.

Questa bellissima dorsale si formò a causa dell'erosione del suolo, che ha fatto poi finire la maggior parte della valle direttamente sotto il mare.

Non più tardi di 60 anni fa questa era l'unica via di transito per gli isolani che praticavano la transumanza, un modo per sfruttare nelle diverse stagioni i vantaggi della mezza montagna e della costiera.

Il percorso è diviso in due sezioni ben distinte, dal suo inizio nei pressi della Chiesa della

Candelaria fino al Santuario di Nostra Signora della Carità. Potete vedere una pista spettacolare, che si traduce anche in una vista semplicemente incredibile sul Golfo di Frontera, una meraviglia.

Dettagli del tragitto:

Durata: 3,5 ore

Lunghezza: 8 chilometri

Punto di partenza: Iglesia de la Candelaria de Frontera

Dislivello: quasi 900 metri

Punti di interesse: Antico Ayuntamiento di Frontera, Mocán de los Cochinos, La Calzada Larga, Descansadero de la Virgen, El Miradero, El Cuchillo de Jinama e La Tierra che suona

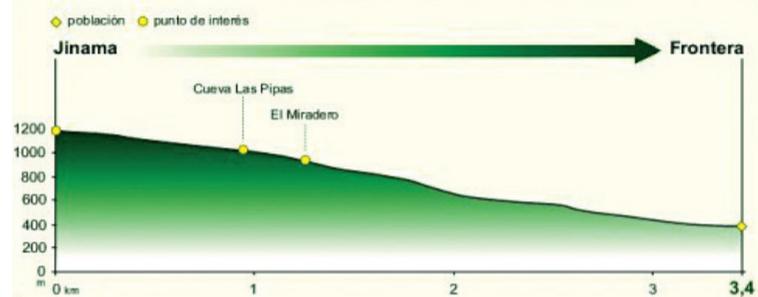
Difficoltà: media, adatto anche ai bambini

Punto di arrivo: San Andrés

La prima tappa del percorso si trova proprio all'inizio, dove possiamo apprezzare l'antica sede del Comune di Frontera, primi del XX secolo. Inoltre, davanti a questo maestoso edificio, troviamo la chiesa, oggi diventata un bar. Ma ciò che veramente spicca è la sua torre campanaria, che non è nell'e-

dificio stesso, ma sulla cima di un piccolo cono vulcanico della Montaña de Joapira. Il nostro percorso inizia proprio accanto alla chiesa, è chiaramente indicato, quindi non sarà difficile da seguire. Seguendo il tracciato, troviamo La **Casa Blanca**, sembra una delle tante case tradizionali che incontreremo, ma questa in particolare era la prima casa imbiancata di Frontera, un vero lusso per quei tempi. Continuando il percorso, troviamo un **pino delle Canarie**, che a priori può non sembrare rilevante ma, se ci guardiamo intorno, ci accorgiamo che è l'unico della zona, una rarità in quanto è fuori dal suo habitat naturale. Seguendo il percorso troviamo il **Mocán dei Porci**, un albero le cui caratteristiche fisiche lo hanno reso un luogo di sosta ideale lungo il percorso. Se guardiamo attentamente l'albero possiamo vedere anche i segni delle zanne di una sorta di maiale nero oggi scomparso sull'isola. Continuando la nostra strada, ecco **El Miradero**, un belvedere naturale, sul Golfo di Frontera da cui con fischi (il famoso silbo gomero...) e grida si annunciava chi stava scendendo o si avvisava che tutto andava bene. Per farlo si usavano anche i fischietti, oltre a corni realizzati con vari tipi di conchiglie. Proseguendo lungo il percorso si trova il tratto più diretto che avremo durante il percorso, denominato **Calzada Larga**. Subito ci si accorge che le pietre sono collocate a mano, una per una in modo leggermente irregolare per facilitare la presa degli zoccoli degli animali di passaggio, una vera opera d'arte! Percorrendo questa incredibile carreggiata, troviamo il **Descansadero de la Virgen**, chiamato così perché ogni quattro anni, in coincidenza con la processione della Virgen de los Reyes, i pellegrini la portano lì per continuare la tradizione di un tempo. Quasi

Severidad del medio natural	2	⚠	Desnivel subida	0 m
Orientación en el itinerario	1	🗺	Desnivel bajada	815 m
Dificultad en el desplazamiento	2	👣	LONGITUD RUTA	3,4 km
Cantidad de esfuerzo necesario	3	🕒	HORARIO	3,5 h



alla fine della strada troviamo uno dei luoghi più suggestivi: il **Cuchillo di Jinama** e **El Letime**. Il nome deriva da un antico termine locale che significa alta scogliera. Continuando a camminare, troviamo la **Ermita de la Caridad**, il segnale che ci stiamo avvicinando alla fine del nostro percorso.

e ricca di gas, per cui solidificandosi dette origine a tubi di origine vulcanica sotterranei e a scarsa profondità. Al passaggio dei cavalli, i passi rimbombavano come un battito di tamburo, da qui il nome. Nel fare questo magnifico percorso, è piacevole ricordare che gli antichi abitanti dell'isola sono



Questo piccolo eremo risale al 1924 ed è stato costruito con il contributo dei residenti di San Andrés e Isora, così come degli emigranti a Cuba. Come ultima tappa del percorso, troviamo **La Tierra que Suena** (la Terra che suona), un vero altopiano vulcanico dal nome davvero curioso. La lava che passò di lì doveva essere molto veloce

passati per questa via, unica e ricca di storia. Non dimenticate di apprezzare gli aromi dell'aria e godere della vista del Golfo di Frontera, ammirando le grandi pareti verticali, immaginando come doveva essere stato prima e come doveva essere la grande frana che ha trasformato questo bellissimo posto.

Franco Leonardi



CALCIO
 IN DIRETTA



Malabar

BAR CAFETERIA & COCKTAILS
 TAPAS & SPECIALITÀ ITALIANE

Avda. de la Habana 3 - local 4 - San Telmo-Los Cristianos - Tenerife
 Tel. 922 790 661 - Cell. 653 595 786

TUTTI I VENERDÌ
 MUSICA DAL VINO
 E KARAOKE

PASTA FRESCA
 CARNE, PESCE
 O TAPAS

Inbound Marketing – Il sistema che funziona davvero!



Che cos'è l'Inbound Marketing?

L'inbound Marketing è un insieme di strategie, che permette alle aziende di essere intercettate da persone già interessate ai prodotti o servizi che offre e trasformarli in clienti. A differenza dei sistemi tradizionali (outbound marketing) come tv, radio, cartelloni pubblicitari, annunci su riviste ecc., dove il messaggio viene distribuito ad una gran quantità di utenti, nella speranza di trovarne poi il maggior numero possibile interessati a ciò che offriamo, l'inbound marketing come un laser di precisione punta direttamente su un potenziale cliente interessato a ciò che l'azienda offre. Questo dà alle aziende grandi vantaggi:

1. Un aumento notevole dell'efficacia del nostro messaggio in termini di acquisizione clienti.
2. Una notevole riduzione degli investimenti pubblicitari.
3. Massima attenzione da parte del potenziale cliente verso il nostro messaggio.

Cosa è cambiato nel mondo della comunicazione? Per capire meglio i concetti che abbiamo descritto sopra, ma soprattutto per comprendere perché oggi è fondamentale pianificare una strategia di Inbound Marketing, dobbiamo porre la nostra attenzione ai grandi cambiamenti che negli ultimi anni ci sono stati sul piano sociale.

1. Smisurate quantità di informazioni

Prima le persone avevano poche informazioni a disposizione, generalmente provenienti da libri, riviste, tv e radio, spesso difficili da reperire. Con l'avvento di internet invece la gente può facilmente venire in possesso di tutte le informazioni di cui necessita in pochissimo tempo. Con la diffusione poi, negli ultimi anni

di supporti mobili come tablet e smartphone le informazioni diventano reperibili in tempo reale. Aumenta quella che viene definita attenzione economica, il consumatore sa bene quello che vuole, dove può trovarlo e qual'è la scelta più conveniente per lui. Lo spot pubblicitario di 60 secondi, il volantino graficamente accattivante non bastano più per spingerlo all'acquisto, servono molte più informazioni.

2. Il consumatore decide autonomamente

Se prima il consumatore subiva passivamente la pubblicità, oggi è lui che ricerca su internet tutte le informazioni in maniera autonoma. Seleziona con cura ciò che ritiene interessante e scarta ciò che per lui è inutile. Questo è un passaggio che segna la fine di un marketing che interrompe il consumatore dall'attività che sta svolgendo in quel momento (interruption marketing) e apre le porte ad un marketing dove è la gente stessa in base al bisogno da soddisfare in quel preciso momento a cercare le migliori informazioni necessarie (permission marketing).

3. Il potere dalle aziende al consumatore

Con internet arrivano le grandi community, blog, chat, ma sono i social network che hanno cambiato totalmente le carte in tavola, spostando il potere dalle aziende al consumatore. Infatti le conversazioni da luogo fisico si spostano su un piano digitale. Opinioni e pareri viaggiano alla velocità di un click e i consumatori possono decretare il successo o il fallimento di un brand, di un'azienda o di un prodotto. Essere percepiti come unici e diversi nella mente dei clienti (brand positioning), non è ormai l'unico vantaggio competitivo. Oggi bisogna creare e difendere giorno per giorno la propria reputazione online (brand reputation). Quali abilità acquisire per sopravvivere in questo nuovo mercato? Le aziende non possono più sperare di sopravvivere adottando vecchi sistemi o vecchi modelli di marketing, ma devono acquisire nuove abilità per un mercato che ormai è totalmente cambiato:

1. Creare e distribuire contenuti di valore

Se un potenziale cliente ha bisogno di informazioni, consigli, pareri, allora diventa fondamentale creare e condividere contenuti di grande valore che possano generare stima, fiducia, e soprattutto che possano posizionarci nella mente del nostro pubblico di riferimento come grandi esperti del settore in cui operiamo. Queste informazioni possono essere realizzate come news, video, e-books, infografiche, guide, articoli, foto ecc.

2. Creare un sistema di ascolto

Le aziende non possono più permettersi solamente di parlare e raccontare le loro storie, ma devono creare un sistema di dialogo con il loro pubblico. Saper ascoltare diventa fondamentale. Raccogliere pareri e feedback diventa necessario per aumentare giorno dopo giorno la reputazione della propria azienda e del proprio brand.

3. Monitorare i dati

Una corretta pianificazione di inbound marketing permette di conoscere meglio nel tempo i tuoi contatti e ti dà la possibilità di personalizzare i messaggi e i contenuti per rispondere meglio a bisogni specifici del visitatore. Per questo è di fondamentale importanza monitorare costantemente il comportamento del nostro potenziale cliente all'interno dei nostri canali di trasmissione, come sito internet, blog, pagine social, ecc. Conoscere da dove vengono i visitatori, cosa cercano, a quali dei nostri contenuti sono maggiormente interessati e quali delle nostre offerte hanno sotto controllo diventa fondamentale per un'ottimizzazione costante delle campagne marketing. "Le aziende devono adattarsi al cambiamento per sopravvivere. Pubblicare buoni contenuti, nel posto giusto e al momento corretto, cioè quando la gente è pronta a comprare, rende il marketing rilevante ed utile per i clienti, e non disturba. Questo è il marketing che il nuovo consumatore vuole!"

Fabio De Cio
su www.quintuplica.com
un'idea di Cosimo Melle

Corporate Storytelling: 5 errori da evitare!

Il corporate storytelling è uno strumento importante da tenere sempre in considerazione quando si crea un brand.

La storia d'impresa permette di instaurare fin da subito il coinvolgimento emotivo di chi la legge o la ascolta. Per questo va saputa raccontare nel migliore dei modi. Un corporate storytelling efficace non è uno strumento di vendita. Serve piuttosto a creare una community di persone che si identifichino con la storia che stai raccontando.

Ad essere sincera, ne parlano in molti, alcuni la usano, ma in pochi hanno capito davvero come raccontare storie aziendali. Anche perché il corporate storytelling richiede tempo, esperienza e molta molta pratica.

Ecco 5 errori da evitare...

1 – Raccontare fatti

Spesso quando qualcuno scrive la storia della propria azienda non fa altro che redigere una lista lunghissima di fatti. Tuttavia numeri e fatti non sono una storia, possono essere inseriti, ma non devono essere troppi. Le storie riguardano prima di tutto le passioni e le emozioni, che non possono essere riassunte in numeri e anche se illustrassero i fatti hanno sempre per protagonista un essere umano e le sue reali esperienze.

2 – Non avere un messaggio

Molte aziende usano storie che non hanno alcun senso. Una storia deve avere prima di tutto una ragione per esistere e deve essere coerente con

il messaggio che si vuole mandare. Altrimenti creerai più confusione che coinvolgimento.

3 – Ignorare il contesto

Il contesto non è altro che quell'informazione capace di far comprendere una situazione specifica. Esso è essenziale per capire una storia e nel raccontarla non puoi prescindere da esso.

4 – Scrivere una storia senza protagonista.

Niente è meglio che usare un protagonista umano, in cui la tua audience possa identificarsi, possa sentirsi coinvolta e provare emozioni.

5 – Aspettare a condividere la tua storia.

Prima di condividere una storia molti aspettano che sia tutto perfetto. Questo non avverrà mai!!! Inizia a condividere la tua storia il più presto possibile e vedi le reazioni. Cerca di individuare cosa funziona e cosa no e chiediti il perché. Potrai così aggiungere o modificare contenuti e contributi alla tua storia, come video, immagini, testimonianze, via via che ricevi feedback positivi e capisci in quale direzione andare.

Ricordati che una buona storia può essere anche corta, se riesce ugualmente ad essere incisiva e coinvolgente.

E tu ci hai già pensato? Quali potrebbero essere secondo te gli strumenti che funzionano per raccontare e diffondere la tua storia?

Ilaria Madiari
su www.quintuplica.com
un'idea di Cosimo Melle

VUOI FAR CRESCERE LA TUA ATTIVITÀ?
CREIAMO LO SPOT PUBBLICITARIO
ADATTO ALLA TUA IMPRESA
LO POTRAI CONDIVIDERE SU TUTTE
LE RETI SOCIALI E TV

ALEVIDEOS

www.alevideos.es
INFO: 603 196 795 - 637 055 180
SEGUICI SU

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



Moda Primavera Estate 2015 (di tutto un po')

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7887

Cosa ci riserva questa primavera estate 2015 in fatto di moda e tendenza? Proviamo a scoprire i tessuti e i colori, gli abiti e le gonne che diventeranno il must di quest'anno.

Innanzitutto è tempo di "pelle", sarà il tessuto di questa stagione, soprattutto per le gonne, le sahariane e gli abiti. Continuiamo con le scollature, che diventeranno vertiginose a dir poco, rimarcate dal vecchio e classico scollo a V. E come calzature ricompaiono i sandali da "gladiatore", come una rivisitazione della Roma Antica, sandali piatti che si "avvitano" fino al ginocchio in una serie di

lacci, laccetti e frange di cuoio, come si vedevano nelle sfilate di Chloe, Valentino, Alberta Ferretti, Alexander McQueen. Passiamo al total look, capi completamente ricoperti da stampe e accessori decisamente in evidenza, giochi ottici, motivi pittorici come nei quadri e disegni geometrici, quasi dei trompe-l'œil, saranno il top della prossima stagione, mentre Roberto Cavalli, Louis Vuitton e Dior ripropongono il pizzo e i fiocchi in stile vittoriano. Mentre Versace, Balenciaga, Kenzo e Tod's saranno i sostenitori del tessuto a rete e del tessuto tecnico traforato da sovrapporre a strati. Scarpe, sciarpe e foulard al collo ritorneranno



come un must have 2015. E non scordiamoci gli scialli e i poncho in versione da sera, in tessuti raffinati e preziosi come la seta, il macramè, il taffetà, visti sfilare per Saint Laurent, Balmain, Dolce & Gabbana e Zac Posen.
Lilly Posenato

I led per ringiovanire

Questa nuova tecnica di medicina estetica si sta dimostrando la preferita dal grande pubblico, soprattutto perchè non è una tecnica invasiva e/o dolorosa e dà ottimi risultati. Con l'utilizzo della luce "fredda" Led si riesce a far ringiovanire sia il viso che il corpo in totale assenza di fastidio e dolore. Oggi i migliori macchinari provengono dalla Corea e sono sempre più all'avanguardia, vengono utilizzati soprattutto in Spagna, Italia, America Latina e Stati Uniti. Questa terapia a Led tonifica i tessuti stimolando le fibre di collagene ed elastina, si può anche impiegare per favorire la crescita dei capelli visto che migliora decisamente la microcircolazione e rimette in "moto" l'ossigenazione dei tessuti. Questa tecnica può anche essere associata ad altre metodiche come le iniezioni di acido ialuronico per il viso, la mesoterapia per gli inestetismi della cellulite o l'LPG per il trattamento degli accumuli adiposi. La macchina al Led sembra un casco da rugby, dotato di griglie attraverso le quali passa la luce che viene modulata in due sequenze: una per la tonificazione superficiale e l'altra per quella profonda. Si può anche usare una terza frequenza per tutti quei pazienti che soffrono di acne o che hanno cicatrici sulla pelle, questa frequenza è decisamente più intensa. Il dispositivo per il corpo invece si presenta come una barra che emette luce.

dalla Redazione

#TheDress è l'ultima follia del web



Un hashtag spiritosissimo che in poco tempo è diventato virale e diffusissimo in tutto il mondo. Si fa presto a pubblicare una cosa su Internet, che la moda impazza e diventa immediatamente un fenomeno globale.

L'episodio che ha scatenato la curiosità è un episodio comune a tanti giovani che utilizzano i social network. Praticamente, una giovane cantante ventunenne scozzese, Caitlin McNeil, ha pubblicato una foto su Tumblr che aveva come soggetto un vestito. Il vestito in questione era un tubino con delle paillettes e la domanda che la ragazza poneva come didascalia alla foto diceva questo: "Ragazzi aiutatemi. Questo vestito è bianco e oro oppure blu e nero?". Successivamente alla domanda, sono arrivati dei commenti ed ogni persona che rispondeva esprimeva il suo punto di vista che differiva di parecchio da quello dell'altra persona. Addirittura, anche il

sito Buzzfeed si è occupato della questione e ha scritto un articolo relativo alla vicenda dal titolo "Quali sono i colori di questo vestito?" e il dibattito è iniziato immediatamente. Il sito è stato visitato 670 mila volte circa e solamente il post è arrivato ad avere più di venti milioni di condivisioni. Lo stesso Twitter, che ha come elemento cardine l'hashtag, ha fatto entrare di diritto #TheDress nella lista dei trend topic e la diffusione del fenomeno è diventata ancora più globale. Infatti anche le celebrità hollywoodiane, come la trendsetter Kim Kardashian, il marito rapper Kanye West o la cantante pop Taylor Swift si sono occupate del caso avendo spesso pareri discordanti. Alla fine, si è scoperto che il colore cambia a seconda della nostra prospettiva che ci permette di vedere l'abito con un colore diverso.

(La Gazzetta dello Spettacolo diretta da Francesco Russo)
www.lagazzettadellospettacolo.it

La Moda di...
Antonella Cacioppo
An
Wedding Planner
Vestidos de boda
y ceremonias
Tenerife - Callao Salvaje
Mirador de la Gomera
Movil +34 642 393 526
Email: lamodadian@gmail.com
Facebook: [la moda di an](https://www.facebook.com/lamodadian)

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

Compleanni "Vip"

- 1 aprile 1938 - Ali MacGraw
- 2 aprile 1957 - Giuliana De Sio
- 3 aprile 1961 - Eddie Murphy
- 4 aprile 1965 - Robert Downey Jr.
- 5 aprile 1986 - Melita Toniolo
- 6 aprile 1924 - Eugenio Scalfari
- 7 aprile 1964 - Russell Crowe
- 8 aprile 1931 - Wilma De Angelis
- 9 aprile 1954 - Dennis Quaid
- 10 aprile 1951 - Steven Seagal
- 11 aprile 1944 - John Milius
- 12 aprile 1956 - Andy Garcia
- 13 aprile 1976 - Valentina Cervi
- 14 aprile 1941 - Julie Christie
- 15 aprile 1990 - Emma Watson
- 16 aprile 1954 - Ellen Barkin
- 17 aprile 1972 - Jennifer Garner
- 18 aprile 1947 - James Woods
- 19 aprile 1978 - James Franco
- 20 aprile 1949 - Jessica Lange
- 21 aprile 1958 - Andie MacDowell
- 22 aprile 1972 - Anna Falchi
- 23 aprile 1977 - John Cena
- 24 aprile 1934 - Shirley MacLaine
- 25 aprile 1969 - Renée Zellweger
- 26 aprile 1963 - Jet Li
- 27 aprile 1953 - Arielle Dombasle
- 28 aprile 1981 - Jessica Alba
- 29 aprile 1958 - Michelle Pfeiffer
- 30 aprile 1956 - Lars von Trier

DADA lingerie
TUTTO MADE IN ITALY
WIKINI
RITRATTI Milano
verdissima
INTIMO E COSTUMI DI ALTA QUALITÀ
NEL CENTRO COMMERCIALE PARQUE SANTIAGO III
PIANO INF. LOCALE 101 - AVDA LAS AMÉRICAS 2 - TENERIFE
TEL +34 922 081 830 - FACEBOOK: DADALINGERIE
COUPON SCONTO 10% NON CUMULABILE VALEVOLE FINO AL 30 APRILE 2015

Visita il portale
www.CiaoTenerife.it
facebook
Ciao Tenerife

L'offerta immobiliare del mese

Prezioso piccolo borgo composto da 4 case singole e indipendenti, con giardino in comune e piscina, e uno spazio adibito ad orto. Totalmente ristrutturato in una superficie di 1500 mq. La casa più grande è composta da 3 camere, 2 bagni, bellissimo patio che si affaccia sulla piscina e un salone con cucina adiacente. Le altre 3 case hanno 2 camere da letto e 1 o 2 bagni ciascuna, salone cucina e giardino privato e garage. L'intera struttura si trova a Cabo Blanco (immediata vicinanza con Los Cristianos), ideale per piccolo hotel rural (da richiedere i permessi) oppure per una famiglia numerosa. Si chiedono 750.000 euro - Contattare Giuseppe Giambra 679794380



La "Battaglia dei Giganti"



Ely Culbertson non fu l'unico a lanciare le grandi sfide del suo tempo, infatti, dopo la clamorosa affermazione nella Battaglia del Secolo su Sydney Lenz, nel 1935 egli ricevette la sfida del magnate Philip Hal Sims, che aveva costituito presso la sua tenuta di Deal nel New Jersey, un cenacolo frequentato da alcuni dei migliori bridgisti del tempo. Anche se questo incontro ebbe una risonanza decisamente inferiore a quello di tre anni prima, comunque, anch'esso mobilitò l'attenzione generale di tutto il mondo del bridge. Anche questa sfida, che si svolse al Crockford's Club di New York e che venne definita la "Battaglia dei Giganti", si disputò sulla lunghezza di 150 rubber e vide l'opposizione dell'ultrafamoso metodo licitativo di Culbertson con quello

ideato da Sims. Hal Sims non aveva mire commerciali e nemmeno voleva diffondere il proprio personale sistema licitativo, probabilmente la ragione della sfida va ricercata nel desiderio di supremazia maturato durante gli innumerevoli incontri disputati al Knickerbocker Whist Club, sia contro che in coppia con Culbertson. I due grandi avversari si stimavano come giocatori, Hal chiamava Ely "Il Professore" ed Ely non mancava di tessere le lodi di Hal come ottimo giocatore della carta, senza mancare di stigmatizzare, però, che Hal non poteva aspirare a traguardi migliori a causa del pessimo sistema che si ostinava a giocare. La sfida ebbe ancora una volta enorme importanza nella propaganda del gioco, perché fu colorita a tinte rosa dal fatto che sia Ely che Hal giocavano in coppia con le rispettive mogli e questo, a dispetto del

delitto Bennet e di ogni forma di maschilismo, dimostrava che i coniugi potevano unire in perfetta comunione di intenti, alle altre gioie della vita, anche quelle che donava loro la pratica del gioco del bridge. Tra l'altro la moglie di Hal, Dorothy Rice Sims, fu una delle colonne della sua squadra nell'intero incontro. Si convenne che per Sims avrebbero potuto giocare anche Derrick Weruber, Jay Becker e John Ran, mentre, i Culbertson avrebbero potuto avvalersi anche di Theodore Lightner, Albert Morehead e Samuele Fry junior. Arbitro dell'incontro fu ancora una volta il comandante Alfred Gruenther. Il team di Sims si allenò in maniera pubblica e rigidamente pianificata presso il Molly Pitcher Hotel di Red Bank (New Jersey), senza trascurare la ginnastica giornaliera, le passeggiate campestri e la dieta e tutti gli addetti al Team, compreso Duke, il grosso cane danese di Hal, portarono per tutto il tempo una camicetta bianca con impressa una enorme S rossa che veniva regalata anche ai fans di passaggio. Culbertson e compagni continuarono invece nelle loro consuete attività fino al momento dello scontro. Iniziata la sera del 25 marzo dopo una festosa cena offerta dai due duellanti a tutti i presenti, la sfida si concluse il 12 aprile, ancora una volta con la vittoria dei coniugi Culbertson che, dopo essere stati sotto nei rubber iniziali, prevalsero per ben 16.130 punti!

dall'archivio di www.infobridge.it

Azzardo: Deriva dalla parola araba Az Zahr che significa il dado

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7965

Qualifica tutta una serie di giochi ove la casualità della sorte determina la vittoria, contando poco o niente la capacità del giocatore. Per la legge italiana i giochi d'azzardo sono: quelli nei quali ricorre il fine di lucro e la vincita è interamente o quasi interamente aleatoria; sono vietati dal Codice Penale (articoli 718-719-720-721-722-723) se esercitati in luogo pubblico od aperto al pubblico. In quest'ultima circostanza, l'esercente incorre nell'arresto da 3 mesi ad 1 anno ed in un'ammenda non inferiore a € 206. Chi è colto a parteciparvi, invece, con l'arresto fino a 6 mesi e l'ammenda fino a € 516, sempreché non ricorrano circostanze aggravanti, quali per esempio l'essere il gioco esercitato in un pubblico esercizio od alla presenza di minori od ancora con poste rilevanti. Ai sensi dell'articolo 110 del Testo Unico delle Leggi di Pubblica Sicurezza, nei locali pubblici, come nei circoli privati, deve venir esposta una tabella, vidimata dal Questore, ove sono nominati tutti i giochi che è vietato praticare. In teoria tale elenco dovrebbe essere compilato ed aggiornato dalla Questura, nella pratica è una collezione di giochi oramai quasi sconosciuti e non più praticati da ben oltre mezzo secolo. Molti sono i modi di dire legati al gioco d'azzardo: Chi seguita a giocare perde la borsa: icastica frase romanesca che non ha bisogno di commenti.

Chi vince e ciarifià è pronto pe' pagà: è altro modo di dire romanesco che tende a mettere in guardia dalla febbre del gioco. I francesi dicono: Hasard e gli inglesi: Hazard.

(NdR come sembrano arcaiche e ipocrite queste disposizioni, che per quanto ne so sono ancora in essere, alla luce di come si è sviluppato oggi il gioco nella nazione europea che ha bloccato per DECENNI, a titolo di gran moralità, l'industria dei casinò, utile alleata del turismo "ricco")







PROSSIMA APERTURA

C.C. PASARELA
Avda San Francisco n°6 - Planta alta local C22
38640 - Los Cristianos - Arona

 facebook.com/yoforyoutenerife

 @yo4you

Il cane, il mare, il sole

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7884



Quasi tutti i proprietari di cani non vedono l'ora che arrivi la bella stagione, per godersi una sana e meritata giornata di relax al mare con il proprio amico a quattro zampe.

E come non essere d'accordo con loro? Cosa c'è di più bello che potersi dedicare interamente con il proprio cane a quello che più ci piace fare. E quindi appena si può si parte per la spiaggia, non armati di secchio e paletta, ma di guinzaglio e amico Fido al seguito. La maggior parte di noi proprietari di cani, non ci poniamo il problema se il nostro amico sappia nuotare o meno, se gli piaccia l'acqua oppure la detesti. E' di larga credenza popolare che tutti i cani sappiano nuotare per istinto naturale. Diciamo che la stragrande maggioranza dei cani sanno nuotare per istinto, ma vi è anche una piccola parte che non lo sa fare. Vi sono cani instancabili in acqua, mentre ve ne sono tantissimi altri che si stancano facilmente e anche presto. Molto

dipende dal tipo di razza del cane, dallo stato di salute fisica, dall'età, e soprattutto evitiamo di portare a bagno il cucciolo appena vaccinato in quanto potrebbe risentirne. E' sempre molto importante ricordarci che il bagno al mare per il cane è un continuo movimento fisico e, mentre per noi il bagno può tramutarsi anche in relax, abbandonandoci allo stare a galla, per il nostro amico peloso questo non è possibile. Fido sarà sempre in movimento quindi consumerà sempre un sacco di energia. Valutiamo quindi attentamente, prima di fare entrare in acqua il nostro compagno, anche lo stato del mare, valutiamo se vi sono molte onde, valutiamo se possibile le correnti, e sarebbe anche di molto aiuto per lui e di rilassamento per noi, fargli indossare un apposito giubbotto salva "cane". Vi sono tanti cani che adorano buttarsi nelle acque del fiume, ma sono riluttanti a farlo in mare, quindi non forziamo mai la situazione, facciamo decidere al cane se e quando buttarsi. Da ricordare inoltre che l'ingestione dell'acqua salata provoca quasi subito al cane la diarrea, quindi evitiamo di stargli troppo vicino all'uscita dall'acqua... Adottati questi piccoli accorgimenti siamo pronti a partire e buttarci in un mare di divertimento!

Roberto Maggiorani

IL TEST DEL MESE

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7882

Vorresti adottare un pet ma non sai deciderci? O semplicemente vuoi scoprire quale potrebbe essere l'animale domestico più adatto alla tua personalità? Rispondi alle domande del test, raccogli la maggioranza di risultati e leggi il tuo profilo per scoprire se sei un tipo da gatto, da cane o da...

Quale di queste tre sistemazioni risponde di più ai tuoi desideri?

- A) Una casa di campagna dove vivere insieme ad amici e parenti
- B) Un appartamento elegante in centro dove vivere da solo/a
- C) Una comoda tenda a igloo per viaggiare in tutto il mondo con il bagaglio leggero

E' una fredda e piovosa serata invernale e, dopo una dura giornata di lavoro, sei spaparanzato/a sul divano davanti alla tv. Hai voglia di:

- A) Vestirti, sfidare le intemperie e uscire a fare il giro del palazzo a piedi in ciabatte.
- B) Bere una cioccolata calda con panna e coprirti con una coperta termica davanti alla tv con il caminetto acceso
- C) Non hai neanche la forza di pensare. Le uniche energie che ti rimangono le usi per alzarti dal divano e buttarci sul letto

Sei su un'isola deserta, la prima cosa che fai è:

- A) Urlo a squarciagola perché spero che qualcuno mi senta e accendo un falò e faccio segnali di fumo, quando arriva qualcuno lo abbraccio forte
- B) Prima di tutto cerco qualcosa da mangiare e un giaciglio molto comodo per dormire, per il resto vedremo
- C) Mi tuffo in acqua e poi mi guardo intorno: "da qualche parte



dev'esserci un bel chiringuito"...

Il tuo lui/lei sta per lasciarti, ma non trova le parole. Tu:

- A) Ti lasci svenire ai suoi piedi sperando che non ti lasci e se proprio devi ti arrabbi prendi in mano la situazione e gli dici di aver già capito tutto
- B) Affili gli artigli e intanto recuperi la tua vecchia agenda dei numeri di telefono di quei tipini tanto carini...
- C) Il mio lui? "Lui, chi?"

Quando ti arrabbi:

- A) Perdo la pazienza e divento una furia, ma non ci crede nessuno... perché una volta che mi sono sfogata, mi passa tutto!
- B) Faccio finta di nulla e intanto penso a come vendicarmi. Senza fretta
- C) Esco a vado a divertirmi, non vale la pena perdere tempo nemmeno un minuto per stupide questioni di principio!

Quando sei in macchina ferma al semaforo:

- A) Approfitto per fare quattro chiacchiere con tutti quelli delle auto vicine
- B) Ti rifai il trucco e, anche se è scattato il verde, continui il tuo maquillage fregandotene del fatto che macchine in coda ti suonano all'impazzata
- C) Ti senti contemplativa: "ma guarda che bella punta di verde, sto' semaforo..."

Maggioranza di "A"

Sei una persona socievole e solare, ami la compagnia, lo sport e le passeggiate all'aria aperta. Hai una grande sensibilità, empa-

tia e un carattere gioviale. Il cane è senza dubbio l'animale che ti rappresenta di più in assoluto. Sei pronto a farti 15 Km per raggiungere il parco e far felice il tuo cane. Sei disposto a dormire sì e no tre ore, per alzarti e portare giù il tuo amico che ha fatto indigestione di biscotti. Per te non è neanche un problema tornare a casa e trovare sul pavimento "un regalino" che Fido non è riuscito a tenere fino al tuo ritorno.

Maggioranza di "B"

Ami la vita comoda e sedentaria, il frastuono dei locali alla moda ti infastidisce, le vacanze con lo zaino sulle spalle ti fanno orrore, preferisci il comfort e la tranquillità. Non c'è dubbio, il gatto è il tuo compagno ideale. Così con lui potrai rilassarti sul tuo divano preferito, accanto al caminetto acceso. In una mano la tazza di cioccolata calda e con l'altra accarezzi il tuo gatto che riposa sulle tue ginocchia facendoti le fusa. Tutto questo comodamente a casa tua, davanti alla tv.

Maggioranza di "C"

Vedi il mondo filtrato dalle lenti rosa della tua personale visione delle cose. Il realismo no, non fa per te! Non ti piace il peso della responsabilità e rispettare le scadenze ti getta nel panico! Odi ogni forma di imprevisto e le emozioni ti destabilizzano. Non sopporti l'idea che i tuoi mobili possano essere graffiati o roscicciati e quando la sera rientri a casa vuoi sentire il profumo che hai lasciato la mattina. I pelosi forse non fanno per te: però potresti fare grande amicizia con un pesce rosso o un... serpentello!

Anonimo veneziano

ALLEVAMENTO DEI MAGGIO

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



www.allevamentodelmaggio.it - Info@allevamentodelmaggio.it

 **EL MADROÑAL**
 CENTRO VETERINARIO



Telefono per urgenze 24h - Raggi X digitali
 Chirurgia - Traumatologia - Ecografia - Microchips
 Endoscopia - ECG - Esami di laboratorio

Visite in italiano su appuntamento dalle 10 alle 15

TELEFONO URGENZE 617 483 707

C/ El Sauce, 3 - Urb. Miraverde - Adeje - Tel. 922 713 987
<http://www.veterinariosentenerife.com>

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 dalle 9 alle 14 - Bus 473

Mercadillo Guía de Isora
 Venerdì dalle 9 alle 14
 Bus 417-460

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



Foto di Lisa Scaramagli



Foto di Luciano Mantello



Foto di Filippo Mazzocca

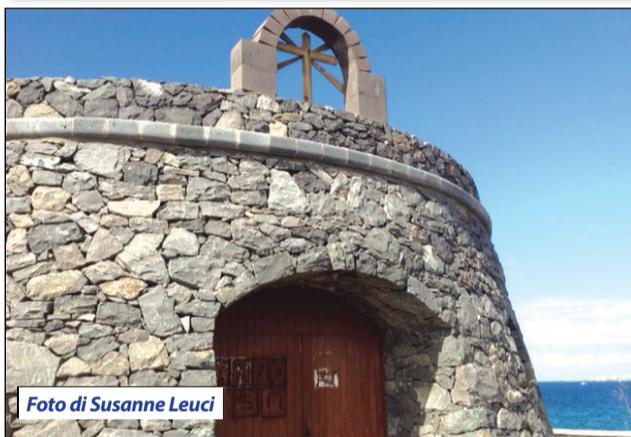


Foto di Susanne Leuci



Foto di Fabio Camandona

Falso made in Italy: i conti in tasca all'industria del tarocco

Il falso made in Italy a tavola fatto fuori dal nostro Paese vale 60 miliardi di euro. A fare i conti per prima è stata la Coldiretti di Sergio Marini che all'inizio ne stimava un po' meno: 50 miliardi. Poi sono venuti gli altri.

E ora, perfino il ministero delle Politiche Agricole dà questa cifra.

Ma dietro questo numero se ne celano altri, ugualmente preoccupanti. Armato di carta e penna, come una qualunque casalinga che si trovi a fare i compiti di casa, provo a metterli in fila..

IL LAVORO CHE MANCA

Il fatturato dell'industria alimentare italiana è pari a 134 miliardi di euro. Dunque il tarocco rappresenta circa il 44,8%. Sempre secondo la Coldiretti se queste produzioni si svolgessero in Italia avremmo circa 300mila occupati in più. Il numero è attendibile ma irrealistico e per due motivi: innanzitutto i grandi Paesi taroccati, parlo di Stati Uniti e Germania, hanno interesse a mantenere lo status quo (più avanti spiego perché) e

in secondo luogo una fetta consistente dei falsi cibi italiani non potremmo replicarli giacché si tratta di bufale impressionanti che con la nostra tradizione alimentare poco o nulla hanno a che vedere. Circa un terzo del falso made in Italy potrebbe però tornare a casa anche domani, come produzione.

In questo caso riguadagneremo fatturato per almeno 20 miliardi di euro, che significherebbe 100mila nuovi occupati e anche parecchie tasse in più finite nelle casse dell'Erario italiano. Già, perché l'industria del tarocco frega tutti: le nostre imprese, gli agricoltori, i lavoratori che hanno perso il posto oppure non l'hanno mai trovato. È pure il Fisco.

PIANGONO PURE LE CASSE DELLO STATO

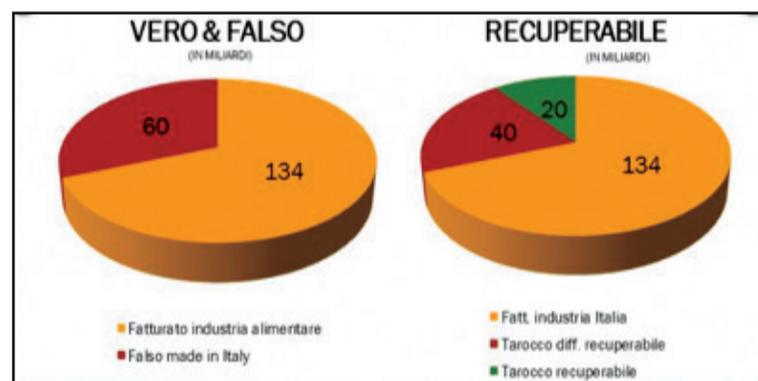
Al netto delle imposte sugli utili, i mancati introiti fiscali sulla quota di tarocco che potremmo convertire in vero made in Italy ammontano almeno a 8 miliardi di euro, 10 includendo nel calcolo le ritenute sul lavoro.

Questi calcoli, però, diventano pura accademia, visto che gli Stati Uniti, con il Trattato transatlantico sul commercio e gli investimenti, il TTIP, non solo non vogliono riconoscere le nostre Dop, ma pretendono addirittura che apriamo le frontiere ai cloni a stelle e strisce.

E neppure l'altro grande taroccatore, in questo caso di materie prime, cioè la Germania, rinuncierebbe tanto facilmente a venderci ad esempio latte della Baviera e cosce di suino, queste ultime destinate a diventare prosciutti «italiani». Soprattutto dopo che l'Unione europea ha abolito l'obbligo di indicare in etichetta lo stabilimento di produzione o confezionamento dei cibi.

MA C'È ANCHE IL FINTO

In realtà, oltre al falso made in Italy, c'è pure il finto. Si tratta di tutti quegli alimenti ottenuti a partire da materie prime d'importazione che però acquisiscono il passaporto italiano nel momento in cui vengono lavorate o soltanto confezionate nel nostro Paese. I prosciutti tedeschi e danesi, l'olio extravergine spagnolo, tunisino e marocchino, la pasta, il riso, il latte a lunga conservazione... L'elenco è molto lungo e alla fine rappresenta cir-



ca un prodotto su due di quelli che mettiamo tutti i giorni nel carrello della spesa. Sui 134 miliardi di fatturato totale, almeno 70 sarebbero di finto made in Italy.

AGRICOLTORI FREGATI

In questo caso il furto d'identità avviene a danno del primo anello della filiera, gli agricoltori. E visto che il valore delle materie prime pesa circa il 15% sul prezzo finale, mancano all'appello 10 miliardi di euro abbondanti. Cifra destinata però a crescere nel momento in cui i big dell'industria alimentare decideranno di delocalizzare pure la trasformazione delle materie prime straniere. Perché imbottigliare qui il latte della Baviera? E perché mai non produrre, in Paesi a basso costo della manodopera, la pasta fatta con grano ucraino

e canadese? Ho paura che dietro i richiami alla internazionalizzazione si nasconda anche la delocalizzazione del made in Italy a tavola. Ma se così fosse ci troveremo a contabilizzare dei nuovi «meno» nelle tre voci pesanti della filiera: il fatturato dell'industria, l'occupazione, gli introiti fiscali. E ci riscopriremo tutti un po' più poveri.

Il Casalingo di Voghera
www.ilcasalingodivoghera.it

Deva Radha
MASAJES Y TERAPIAS
<http://tantra-deva.webnode.es>
dal lunedì al sabato
dalle 11.00 alle 21.00
Tel. 669 586 510
irshadeva@hotmail.com



TV/TDT • SAT • ANTENNE • TELEFONIA • RETI

DISTRIBUTORE UNICO
SKY ITALIA Prepagato Ufficiale

STEFANO
tel. 610 090209
Preventivi gratuiti

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

I Guanche, le eclissi e noi

PER LASCIARE COMMENTI VISITA:
www.leggotenerife.com/7880

Questo mese l'arca del mistero si trasforma nella barca solare egiziana per raccontarvi il retroscena storico di un evento recentemente accaduto.

Lo scorso 20 marzo abbiamo potuto assistere all'eclisse solare parziale, evento che ai giorni nostri non risulta più molto spettacolare a causa delle conoscenze tecniche che ci hanno permesso di scoprire le cause di questo evento. Come tutti ormai sanno, il fenomeno dell'eclissi è causato dal cono d'ombra creato dalla luna al passare tra la terra e il sole, nei luoghi perpendicolari a questo fenomeno si assiste a un'eclisse totale, mentre noi pochi giorni fa abbiamo dovuto accontentarci dell'oscuramento della luce solare per un 50%. Gli antichi abitanti guanche avevano una religione politeista e animista importata dalle culture africane da cui provenivano. Ogni isola aveva un pantheon di divinità con nomi diversi, ma fondamentalmente simili in quanto a ruoli e capacità, e noi ci concentreremo solo sugli dei della nostra cara isola. La dea principale considerata dea madre dell'universo si chiamava Chaxiraxi, pro-

tetora, difensora e madre di tutto l'universo. Da lei erano nati due dei, Magec che era il dio del sole e Achuguayo il dio notturno identificato con la luna. Il dio del sole, secondo le loro credenze, fu il creatore dell'essere umano infondendogli il sacro fuoco della vita, allo scopo di contemplare la bellezza della creazione. Le popolazioni guanche credevano che questo fuoco si dovesse mantenere vivo attraverso i sentimenti positivi e la crescita interiore, diffondendo amore per il prossimo e rispetto reciproco.

Nelle loro tradizioni l'evento dell'eclissi assumeva un contorno divino, magico, religioso e interiore. Secondo la loro tradizione si riteneva che il dio degli inferi Guayota, che risiedeva all'interno del vulcano, cercasse di imprigionare l'astro re durante questi eventi cosmici, e per questa ragione la nostra stella spariva dal cielo che diventava nero, portando l'oscurità sulla terra. Questo evento così particolare e raro li portava a credere che anche nelle loro vite, in quanto figli del fuoco solare, sarebbe penetrata l'oscurità e fosse un presagio di eventi funesti. Per combattere Guayota e aiutare il dio sole a tornare nel cielo accendevano fuochi per tutta l'isola, cercando di far credere all'essere demoniaco di trovarsi ancora all'interno del suo antro, confondendolo



al punto di lasciar libero Magec. Nelle loro tradizioni di natura animista, il dio sole era accompagnato nel suo percorso celeste dalle anime dei morti, i quali quotidianamente apparivano dall'oscurità dell'oltretomba per proteggere e aiutare i vivi nelle questioni terrene. Anche sotto questo aspetto l'evento delle eclissi aveva un significato molto potente, in quanto la sottile linea che divideva il mondo dei vivi con l'aldilà arrivava quasi a scomparire, permettendo alle forze oscure e maligne come i Tibiselas di trascinare i vivi dall'altro lato e lasciando gli spiriti inquieti dei morti da questo. Come in altre popolazioni in giro per il mondo, anche i guanche consideravano le eclissi eventi funesti e legati al male, mentre oggi possiamo godere di questo spettacolo senza timori, peraltro conoscendo con molti mesi di anticipo l'approssimarsi di tali eventi astronomici, possiamo così apprezzarne appieno la bellezza, coscienti di non correre pericoli.

Gohan Scroffernecher

Il 15 marzo 2015 nasce ufficialmente INNOVA-T GROUP



La società prende vita dal sogno di quattro ragazzi italiani, che hanno scelto di mettersi al servizio dei cittadini di Tenerife perché credono fermamente nel loro progetto. Il rigoroso piano di lavoro multitasking prevede servizi di immobiliare, grafica pubblicitaria, espletamento pratiche burocratiche, catering e tanto altro, anche se il vero servizio INNOVA-Tivo è soprattutto quello di counseling. Orientare, sostenere e sviluppare le potenzialità del committente, promuovendone atteggiamenti attivi e propositivi e stimolandone le capacità di scelta è alla base del progetto

"Chiavi in mano", ideato appositamente dal gruppo con l'obiettivo di consigliare e indirizzare imprese o singoli individui verso una più facile comprensione delle proprie capacità e dei propri mezzi. INNOVA-T non è una comune società di servizi, è molto, molto di più: i ragazzi hanno a cuore soprattutto la serenità, il benessere e il tempo libero del committente, sarà quindi loro premura aiutarlo a dipanare qualunque ostacolo si ponga sul suo cammino, rendendo la sua vita più fluida. Il segreto della loro forza trova le sue fondamenta principalmente nella condivisione delle informazioni, delle nozioni e delle competenze in loro possesso che vengono abilmente gestite e amministrare in un eccellente lavoro d'equipe. Quattro ragazzi proprio come due atri e due ventricoli di uno stesso cuore, che battono all'unisono. Per chi conduce una vita dai ritmi serrati e non ha tempo di-

sponibile per le piccole cose quotidiane; per chi ha il desiderio di aprire un'attività e non sa davvero da dove iniziare; per chi è confuso e indeciso sul proprio futuro e vorrebbe essere supportato praticamente; per chi, come loro, spinto dalla necessità di una crescita individuale, ha deciso di cambiare vita, scegliendo Tenerife come luogo da dove ripartire: INNOVA-T GROUP è la soluzione!

Giulia Baldasseroni

Per info e prezzi spazi pubblicitari:

- scrivere un E-mail a info@leggotenerife.com
- chiamare dalla Spagna al 632 027 222
- chiamare dall'Italia 333 5229413
- consultare il sito www.leggotenerife.com



OROSCOPO APRILE



ARIETE 21/3-20/4

Anche in famiglia, l'atmosfera sarà piacevole, pur se le solite frizioni sono sempre presenti. Si tratta di qualcosa di più di una semplice contraddizione?



TORO 21/4-20/5

Ottima la prima parte del mese, con tanti pianeti in Toro che renderanno l'atmosfera della tua relazione dolce e appassionata al tempo stesso! Qualcuno di voi potrebbe decidersi per un passo importante.



GEMELLI 21/5-20/6

Giornate favorevoli, per realizzare i tuoi progetti, presentarti ad un colloquio, inviare curricula oppure espandere la clientela. Sta attento all'ultima metà del mese, e muoviti con prudenza. Se puoi, non impegnarti economicamente e rimanda le scelte a luglio.



CANCRO 21/6-22/7

Grintoso, energico e pieno di voglia di fare: sarai tonico e riuscirai a riprenderti da eventuali problemi. Sta' attento alla seconda parte del mese, soprattutto se tendi ad ingrassare oppure hai problemi di colesterolo e trigliceridi alti.



LEONE 23/7-22/8

Se ci sono difficoltà, però, questo periodo non sarà l'ideale per risolverle. Perché? Non ti passerà nemmeno per l'anticamera del cervello l'idea che tu possa aver sbagliato... Capita a tutti! Sii più tollerante, anche verso te stesso...



VERGINE 23/8-22/9

Che grinta e che slancio sul lavoro, pronti a raccogliere la sfida e a misurarvi con la concorrenza, senza testarne la potenza e il rischio che vi accollate. Impazienti di emergere e lanciarsi in una nuova impresa, dove attualmente non vi sentite a vostro agio.



BILANCIA 23/9-22/10

Sfogate la vostra irruenza in imprese solitarie, non è saggio trascinare altri in situazioni così rischiose. Gare e competizioni su più fronti, ecco il sale della vita.



SCORPIONE 23/10-21/11

Un bagno nel romanticismo, zuckerino ma non zuckeroso, con i momenti migliori nella seconda quindicina, quando in coppia si comincia a far progetti. All'arrembaggio i cuori solitari, magari senza rendersene conto.



SAGITTARIO 22/11-21/12

Il sistema immunitario ha bisogno di un supporto. Aiutino anche al metabolismo: poco sale, altrimenti gonfiate. La salute è buona e l'appetito anche di più, perciò vuotate con entusiasmo enormi piattoni, pentendovi subito delle vostre malefatte.



CAPRICORNO 22/12-19/1

Se in casa vi manca qualcosa, non è un utensile in cucina e nemmeno un nuovo pezzo di arredamento: vi manca un quattro zampe a cui voler bene. Andate al canile a farvi scegliere e la vostra vita cambierà all'improvviso!



ACQUARIO 20/1-18/2

In barba all'onda romantica, al denaro date la giusta importanza, forse anche un filo di più. Spese esorbitanti, dunque, per acquisti da fuori di testa: vero, meritate un regalo e ve lo concedete senza economie! Benone il lavoro, se il posto c'è avanzate di ruolo...



PESCI 19/2-20/3

Mese un po' fiacco, ma soprattutto molto nervoso! Sei irritabile, rimugini in continuazione su di una situazione. Insomma, non stai tranquillo e consumi troppe energie: sai già da solo che dovresti cercare di rilassarti e di evitare lo stress.

Lavoriamo sul campo per soddisfare le necessità del committente



immobili



marketing

Captiamo, tratteniamo e fidelizziamo i clienti delle nostre imprese



creazioni

Ideiamo e creiamo l'immagine dei nostri committenti e della loro azienda



progetto

C'è bisogno di sviluppare un'idea di impresa? Prova il nostro progetto "Chiavi in mano"



privati

Stimoliamo la crescita delle attività imprenditoriali a Tenerife



imprese

Svolgiamo servizi per qualsiasi necessità servendoci di personale qualificato

PORQUE TU BIENESTAR ES NUESTRA PRIORIDAD



Calle La Cruz 28, Adeje
INNOVA-T group 922.71.16.69
www.innovatgroup.com info@innovatgroup.com

Per Polizia, Ambulanze e Vigili del fuoco chiamare il numero unico d'emergenza **1-1-2**

URGENZE:

Información general del Gobierno de Canarias: 012
Protezione Civile: 922 282 202-922 606 060

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



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



Trasporti pubblici:

AUTOBUS-Guaguas-TITSA: 922 531 300

Trasporti Aerei:

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

Trasporti Marittimi:

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

Servizio Taxi:

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

Carro Attrezzi:

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

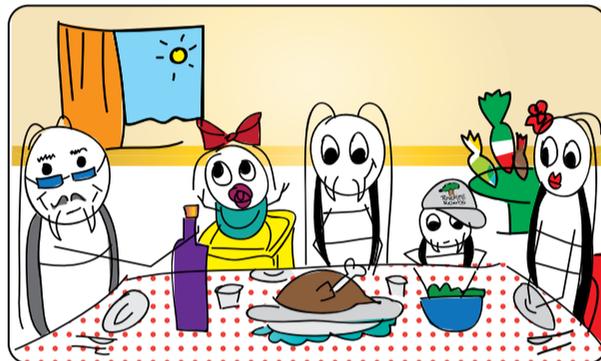
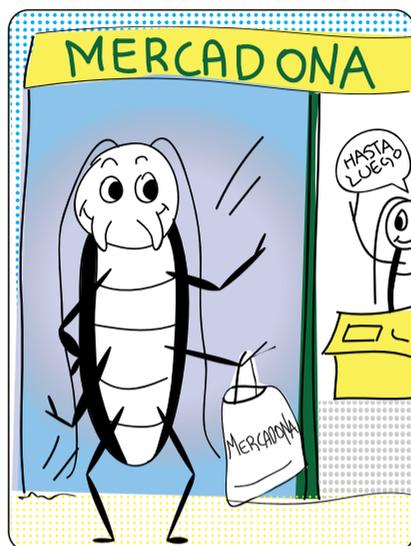
UFFICI TURISTICI:

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

ISTITUZIONI:

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

L'ANGOLO DI MARGOT



Per il SUDOKU e il CRUCIVERBA si ringrazia per la collaborazione a www.alfunstuff.com

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

			1	2	3		4		5	6	7			
8	9	10							11			12	13	14
15					16		17			18				
19				20	21				22		23			
		24	25						26					
		27							28			29		
30					31						32		33	
34		35							36		37			
38					39		40				41			
		42		43					44	45				
46				47			48	49					50	
51	52	53				54					55	56		
57				58	59		60				61	62		
63					64					65				

SOLUZIONI DEL MESE PRECEDENTE

		A	Y	A	T	O	L	A	H					
T	U	A	R	E	G				O	T	E	L	L	O
		G	R	E	M	I	O		S	T	E	R	E	O
N		I	N	E				A		N	T	P		S
A	R	A	C	N	I			P		M	E	E	R	U
C	A	L	O		R	U	P	I	E		R	E	D	O
		C	H	A	N	O		I		P	A	T	E	
I				A	N	O	D	I		N	O			N
V	D	S	L					C	A	R	O		N	A
V	E	D	O	V	A					S	O	I	R	E
D		R	C	A						S	N	I		E
L	A	U	R	E	L					F	O	C	I	D
A	B	I	L	I						A	V	E	R	E

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

ORIZZONTALI: (1) Di gola, roco (8) Ha il pelo fulvo (11) Il padre di Ippodamia (15) Chi riceve o è destinato a ricevere un'eredità (16) Mitologico gigante (18) Scansato, schivato (19) Tele alto milanese (20) Lo stato U.S.A. con la città di Las Vegas (23) La via della pratica (24) Antibatterico (27) Ammansiva le belve col suo canto (28) Aristocrazia (30) La Cercato della televisione (31) Turpe, osceno (32) Un ciclo che interessa gli storici (34) Concilio ecclesiastico (36) Essere dal corpo di leone (38) Policlorodibenzodiossine (39) Scrisse "Nostra signora dei fiori" (41) Il Davini attore (42) Residui dell'etano (44) Harold, scrittore inglese (47) Pensare ai fatti altrui! (51) Società di fatto (54) Incarico molto impegnativo (55) Ha i "g-men" (57) Si usano per la tessitura (60) Il vino nei prefissi (61) Insieme di molti urli confusi e continuati (63) Adatti alla stagione calda (65) Ardente, bruciante (66) Bagatella, inezia

VERTICALI: (1) Dio per gli inglesi (2) Paga ciò che usa (3) Due nella tavolata (4) Venire a contrasto (5) Per alte e basse (6) Lente senza pari (7) L'antica regione con Lesbo (8) Quello medio sta tra borghesia e proletariato (9) Un coloratissimo pappagallo (10) Dipinse "La ronda di notte" (12) Cambiamento modificazione (13) Associazione scoutistica europea (14) Jan Hendrik astronomo olandese (16) Vale "nel caso in cui" (17) Son note quelle barbare (21) Relativo allo studio degli animali (22) Avvicinare, appressare (25) Assegni familiari (26) L'Iran (27) Mortaio (29) Gas nobile incolore e inodore (30) Association of shareware professionals (33) Il bronzo in latino (35) E' causa di guerre (37) Incontri di vocali (40) Pianta carnivora malese (43) Lotta continua (45) Come sopra (46) Buste decapitate (48) ...e le altre (49) Fuoristrada romeni (50) Ossia (52) Data Encryption Standard (53) Filati senza vocali (55) Fronte di Liberazione Nazionale (56) Importante Fiera del Turismo (58) Associazione Italiana Biblioteche (59) Quella delle partite (61) L'indirizzo su internet (62) Colpevole (64) Giza in centro (65) Gufo privo di consonanti

QUANTI CREDITI MI RIMANGONO ?

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

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

ORARI DELLA S.S.MESSE IN ITALIANO

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

Giuseppe Giambra

Affitti e compravendite immobiliari ed attività commerciali

Avda Santiago Puig, 7
Ed.Los Tajinaste - loc.2
Playa de las Américas

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



PALM MAR Residence San Remo



Abbiamo a disposizione vari appartamenti nel residence San Remo nell'urbanizzazione Palm Mar. Sono composti da una camera da letto con armadio a muro, bagno con vasca, bidet e finestra, cucina aperta su un lato, salotto con ampio terrazzo, per un totale di 60 mq. compresa la terrazza.

€ 120.000

Il residence é dotato di una piscina per adulti e una per i bambini, un campo da tennis/padel.

Gli appartamenti si vendono arredati a partire da 120.000 euro



ISLAND VILLAGE SAN EUGENIO



€ 139.000

Ampio appartamento di 70 mq più 20 mq di terrazze, stupenda vista oceano, composto da una camera da letto con armadio a muro, un bagno ampio e luminoso con antibagno e vasca idromassaggio, sala con cucina all'americana molto spaziosa. Si vende completamente arredato in residence con 2 piscine.

ADEJE CENTRO



€ 130.000

Ubicato vicino al corso principale, al Municipio di Adeje, alla scuola materna e a tutti i servizi. Trattasi di casa affiancata composta da 3 camere da letto, 1 bagno, sala e cucina il tutto al piano terra. Mentre al piano superiore grande terrazzo scoperto di 30 mq più un piccolo locale di 15 mq. Essendo indipendente non ci sono spese condominiali.

LA CALETA Residencial OASIS LA CALETA



€ 239.000

Nuovissimo appartamento a la Caleta Adeje (la costruzione é stata terminata nel 2009/2010) nel Residence Oasis La Caleta. Dispone di un terrazzo con piena vista al mare, una camera, un bagno, cucina, salotto spazioso, comodo accesso all'ascensore, piscina comunitaria, giardino comunitario, grande garage chiuso. Vicino al campo da golf Los Lagos e golf Costa Adeje, centro sportivo TopTraining con campi da tennis, Piscina e palestra.

Attico Parque Santiago 2



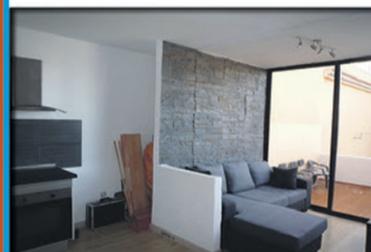
Super attico in primissima linea in pieno centro a las Americas nel famoso residence Santiago 2. Residence con bellissima piscina climatizzata e comodo a tutti i servizi. Si tratta di attico con un terrazzo di 100 mq con vista mozzafiato su 3 lati al mare alla spiaggia e alla città.

€ 690.000

Internamente é composta da 3 camere da letto, 2 bagni, grande salone che da sulla veranda, cucina chiusa, ascensore al piano e include un grande garage chiuso molto comodo. Si vende arredato.



Trilocale Ocean View San Eugenio Alto



€ 98.000

Trattasi di appartamento di 70 mq, tipo duplex con 2 camere da letto, un bagno, sala, cucina aperta con terrazzino esterno di 15 mq con vista al mare. Impianto elettrico e idraulico rifatto nuovo, non ha mobili a parte la cucina e il bagno. Il residence dispone di una piscina comunitaria

PLAYA LAS AMÉRICAS Residencial ALTAMAR - 2 camere da letto



Trattasi di appartamento tipo Duplex cioè su 2 piani in complesso in centro a Playa de las Américas composto da 2 camere da letto con balconcino al primo piano e un bagno con doccia. Al piano terra sala cucina aperta, piccolo bagno, grande terrazzo.

€ 165.000

Vista all'interno del complesso che dispone di una piscina comune con grande solarium. L'appartamento é completamente ristrutturato e si vende ammobiliato. La zona é centrale e comoda a tutti i servizi.

