

• Leggo TENERIFE •



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

IL GIORNALE ITALIANO PIÙ DIFFUSO SULL'ISOLA

Anno 3 - N°31 - Agosto 2015

COPIA GRATUITA



CAFETERIA RESTAURANTE BORBONE

Av. Los Playeros 45 - Los Cristianos - Tenerife
Tel. +34 - 635 837 982 - +34 611 218 311

L'editoriale di Giovanni Bernardini

CHE BRANCO DI STRON...

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9193

Si scava un tunnel ferroviario e subito nascono comitati che avvertono i cittadini che scavare un tunnel è la cosa più pericolosa del mondo. Se compro al supermercato una confezione di mozzarelle posso leggere sul pacchetto un autentico trattato di chimica organica, ed informazioni super dettagliate sulla "tracciabilità" del prodotto. Posso sapere da dove viene il

latte, dove pascolano le mucche, forse anche l'età dell'allevatore. Compro un cellulare e guardo le istruzioni per l'uso. Pagine di raccomandazioni in cui tra l'altro mi si invita a non usarlo come oggetto contundente contro cani, gatti e bambini. Tutto, ma proprio tutto, deve essere sicuro, ultra sicuro, sicurissimo, e poi tracciabile, controllabile, sin nei minimi dettagli. I media ci invitano a guardare a tutto con un certo timore. ■ CONTINUA A PAG.2

Il cafone e il villano (anonimi) trovano casa nei "social network"

di Gian Luigi Lombardi Cerri



Andando a curiosare nelle classifiche per nazione appare che la posizione dell'Italia nei vari settori dell'industria, dell'amministrazione pubblica e della cultura, non solo occupa posti di scarso rilievo, ma tende a scendere sempre di più verso il basso. Vediamo, in particolare, che in una parte non trascurabile della cultura, e precisamente nella capacità di comunicare con gli altri, si evidenzia un segnale di estremo allarme. Frequentando vari blog di internet ci si accorge infatti di alcune cose, che hanno pesato, e pesano, in maniera rilevante (e negativa) sulla cultura e sul cosiddetto vivere civile:

1- Il livello di conoscenza della lingua franca italiana

Il livello di conoscenza delle lingue e dell'italiano in particolare ha raggiunto limiti terrificanti. Certamente le scuole hanno fatto la loro parte, con professori diventati tali per meriti familiar-politici, allievi promossi per "doti" di territorio, giornalisti assunti e mantenuti per caratteristiche politico-territoriali. E così pure nella televisione (nella quale, sempre di più, la scelta degli interlocutori è orientata dalla geografia, con i guai di cui sopra). Facendo un confronto con il passato si scopre che un pastore di trenta anni fa si esprimeva mille volte meglio di tanti studenti di oggi, soprattutto come struttura logica

NOTIZIE LEGALI E FISCALI
i consigli dei nostri avvocati

■ A PAG.4,5

ALIMENTAZIONE
CONSAPEVOLE

■ A PAG.6

BENESSERE e SALUTE

■ A PAG.10,11,12

NOTIZIE DALLE
ALTRE ISOLE

■ A PAG.24

PASSATEMPO SOTTO
L'OMBRELLONE

■ A PAG.31

INSERTO SPECIALE
MAPPA TENERIFE



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
Dogana

PER INFORMAZIONI:

Pasquale Di Perna
+34 642 528 874

Daniele Di Perna
+34 642 001 765

DALL'ITALIA CHIAMARE IL NUMERO
+39 3664956988

per preventivi:
email: info@4landing.es - www.4landing.es



sky tivù tdt

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

Tel.: 922 782 472 Mòv.: 618 318 473
www.satpointadeje.es



Tecnico italiano riparatore, installatore, manutentore e revisore di macchine da caffè bar di ogni genere e marca offre la propria collaborazione ad aziende nel settore del caffè.

Salvatore Rapicano
contatto telefonico:
+0039-339-4826 348
E-mail: rapi.tore@tiscali.it



Offerta Speciale

Non perdetevi l'opportunità!

Si affitta ristorante di lusso 231 mq al centro di Playa de Las Américas. Prima linea mare, vista incredibile.

Calle Cardon 2 ed. Cara, local 13, Adeje
Tel +34 922105267 +34 673438097

fides factum



Yo for You

PRESENTANDOTI CON QUESTO COUPON RICEVERAI UNO SCONTO SUL TUO YOGURT

SCOPRICI A PAGINA 27 OFFERTA NON CUMULABILE VALIDA FINO AL 31 AGOSTO 2015

**L'EDITORIALE:
CHE BRANCO DI STRON...****SEGUE DALLA PRIMA PAGINA**

Saranno sani i cibi che finiscono nel mio piatto? Mio figlio non potrebbe mettere la testa nel forno a microonde?

L'altro giorno ero dal barbiere.

Si chiacchierava mentre lui tagliava i miei scarsi capelli. "Sa", mi dice, "abbiamo da poco dato il bianco in

bottega, è venuto un incaricato della ASL a controllare, ho dovuto dirgli dove avevo comprato il bianco, si sono informati su tutto". E sì, forse il bianco dato alle pareti della bottega è pericoloso per i clienti... Però, intere zone delle nostre città sono diventate autentici letamai, e terre di nessuno in cui transitare è un'avventura. Treni e metro sono a rischio, non parliamo poi delle stazioni ferroviarie e

del loro stato, e dei pericoli di epidemie. Ma QUESTO non deve preoccupare nessuno. "Non bisogna cedere alla paura" strilla di continuo un tale di Firenze. "Guai ad avere paura" ripetono in coro massmediologi, opinionisti, filosofi, sacerdoti, vescovi, tecnici, cantanti, barzellettieri, cabarettisti e sindacalisti. Che branco di STRON....!!!!

Giovanni Bernardini

Il cafone e il villano (anonimi) trovano casa nei "social network"

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9191

SEGUE DALLA PRIMA PAGINA

2-La mancanza nel cercare di capire le argomentazioni altrui In un dibattito, scritto o orale, emerge sempre di più il vizio di ascoltare o leggere l'argomento chiave per sommi capi, infischiosene dei dettagli nonché degli interventi altrui e fondandosi all'interno del dibattito con quattro frasi sgangherate, spesso prive di ogni logica. Tanto per consolarsi con un "ho detto la mia e quindi esisto!". Il filo conduttore di base è quello di non dare mai ragione agli altri. Probabilmente secondo i dettami del più puro marxismo. **3-La carenza di logica** Questa è una lacuna e forse anche la più grave. La logica è una scienza che non può essere inventata e strutturata secondo le necessità del momento. Le premesse, quindi, non possono che essere certe e reali e se ipotetiche bisogna che siano chiaramente espresse come tali e trarne le conclusioni solo possibili e non come se fossero reali. Non è corretto

(anche se ormai è malcostume quotidiano) dare per assodato che gli uomini abbiano quattro piedi ed impostare un discorso volto a delineare lo sviluppo della produzione calzaturiera.

4-La maleducazione Con una consuetudine ormai dilagante la parola c... o infiorisce tutti i discorsi. Non sono un puritano, per cui riconosco che l'esclamazione forte quando ci vuole ci vuole, ma oggi questa parola ha preso spesso, quasi totalmente, il posto del vocabolario. E poi gli insulti. Se non si è del parere di chi si vuol controbattere gli si spara addosso una serie di insulti che vanno dal dubbio della paternità alla facilità dei costumi materni. **5-La "prosecuzione in peggio"** A completamento del quadro di cui sopra ci sono i tentativi di rendere ancora più attraente il sito mediante immagini o raccapriccianti o porno. Questo per educare i giovani a comportamenti non dico bestiali, perché offenderei le bestie. Riportiamo dal Corriere del Ticino, a firma Carlo Silini: "In ogni caso sarebbe ridicolo innalzare Facebook a roccaforte del giornalismo di

denuncia per chi non ha voce. Non solo perché il sito di Zuckerberg, a differenza di Twitter, non è il canale preferito per questo genere di comunicazioni, ma perché Facebook è tutta un'altra cosa: un'immensa stanza dove saluto, dico come sto, cosa penso, e soprattutto cosa «mi piace». E' un sito che per sua natura crea consenso, non dissenso, rivoluzione, denuncia. Per questo le regole del gioco sono, o erano, particolarmente educate. Persino un po' moraliste e pruriginose, se vogliamo, ma funzionali ad un geniale programma di intrattenimento collettivo pacifico. Le recenti aperture alle visioni dell'orrore con la scusa del dovere di denunciare i mali del mondo sono un'ipocrita scappatoia per non perdere utenti". Che cosa hanno portato quindi (almeno sinora) i social network? Solo lo scatenarsi dei più bassi istinti, con la quasi garanzia dell'anonimato! Voi mi domanderete: ma allora non vi sono rimedi? Sì! Cominciamo ad eliminare, attraverso una opportuna censura, villanie e cafonaggini.

**Gian Luigi Lombardi Cerri
per Il Miglio Verde**



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
Internet: www.leggotenerife.com, www.leggotenerife.it - **E-mail:** info@leggotenerife.com

Skype: leggotenerife - **Facebook:** www.facebook.com/LeggoTenerife - **Twitter:** @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.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, Emilio Fedele e Camilla Tulifero. Diffidate pertanto da chiunque altro vi contatti per proporvi qualsiasi nostra iniziativa commerciale.

LEGGO TENERIFE POINT

Punti di distribuzione fissi nelle località dell'isola più frequentate dagli italiani, per poter trovare la vostra copia gratuita più facilmente. Per come diventare un punto di distribuzione chiama il numero 632 027 222.

PUERTO DE LA CRUZ:

- Pizzeria La Tasquita - Plaza del Charco
- Caffè Amanusa - Calle La Hoya n°12
- Pasteleria la Paz el Aderno, Marquez de Villanueva del Prado
- Gelateria Delizia, calle San Juan n°4
- Caffè di Roma centro commerciale la Villa

SANTA CRUZ:

- Caffetteria Cadena, Plaza la Candelaria n°13
- Heladeria cafeteria Peccati di Gola, calle Villalba Hervas n°19
- Art Cafe, calle Bethencourt Alfonso n°21 (ex calle san Jose)

CANDELARIA:

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

EL MEDANO:

- Ripasso Café - Calle La Pilarica n°2
- Cafeteria Isla Golosa - Av.Chasna n°3 - Edf.La Perla

LOS ABRIGOS:

- Note di caffè - Avda Los Abrigos n°2

LAS GALLETTAS:

- Bar-ril - C/Cándida Peña Bello n°20

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 - Av.San Francisco n°6 - C.C.Pasarela - locale C22

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

Consolato Onorario d'Italia

Console 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 (Numero a pagamento www.innovateleurope.com)
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 é +34 91 5546669)
E-mail: archivio.ambmadrid@esteri.it



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



Notizie Flash e dal Cabildo di Tenerife

● Piccoli bisticci fra TITSA e Sindacato, realtà già viste

Il sindacato Unione Generale dei Lavoratori (UGT) brontola perché TITSA (Ndr la società del trasporto pubblico isolano) ha stanziato un importo di 14.000 euro per assumere una società esterna al fine di controllare l'assenteismo. Uno dei membri del sindacato ha inoltre criticato che questa misura si applichi solo nella parte meridionale dell'isola, aggiungendo che questi soldi si sarebbero potuti impiegare nel miglioramento dell'assicurazione sanitaria dei dipendenti.

● L'arrivo di immigrati in piccole imbarcazioni è aumentato del 51% nel 2014, un centinaio in più rispetto ai 196 del 2013.

Nulla rispetto alle 31.678 persone arrivate, nella stessa maniera, nel 2006. Nel periodo 2006-2014, l'ingresso illegale di immigrati per le isole via mare è calato di uno strabiliante 99%! Dopo il picco del 2006, l'arrivo si ridusse rapidamente già dal 2007, quando ne arrivarono sulle isole 12.478; poi 9.181 nel 2008, e 2.246 nell'anno successivo. Dal 2010, l'arrivo di immigrati in barca alle isole Canarie si è mantenuto sempre al di sotto delle 400 persone l'anno.



● Più di 14.400 nuovi veicoli sulle strade sulle isole, in crescita del 19,90% rispetto ai cinque primi mesi dello scorso anno, e si toccano i 21 mesi consecutivi di mercato dell'autoveicolo in salita! Fino a maggio, in Spagna si sono vendute 443.888 unità, il 21,7% in più rispetto allo stesso periodo del 2014.

Gli imprenditori del settore, grazie al rinnovo dei programmi di rottamazione, sperano nel ritorno della crescita a due cifre. Grazie al Piano Pive 8 si spera che il 2015 si chiuda con oltre un milione di unità, sarebbe la prima volta dal 2008.

● Hiperdino, leader nel settore degli alimentari nelle Canarie, gestisce nei suoi supermercati più di 11.000 referenze, di cui 3.000, per oltre 500 milioni di euro, sono acquisti destinati ai fornitori canari.

Nel suo impegno per l'industria locale e per lo sviluppo delle isole, HiperDino impiega attualmente circa 7.000 lavoratori diretti, distribuiti nei 209 supermercati che sono attualmente aperti in cinque delle sette isole Canarie. Grandi numeri che oltretutto aumenteranno durante l'anno, grazie alla prevista apertura di nuovi centri.

● Analisi degli sfratti alle Canarie

I Tribunali delle Canarie nel corso del primo trimestre 2015 hanno eseguito 1204 sfratti di abitazioni e altri immobili, l'11% in meno rispetto allo stesso periodo del 2014. Da gennaio a marzo, 631 proprietari hanno perso la casa o comunque una loro proprietà per un'esecuzione ipotecaria (10,6% in meno) e altri 553 per affitto non pagato (-8,3%). Nello stesso periodo, sono state presentate davanti al giudice 820 cause di esecuzione ipotecaria (il passo che anticipa uno sfratto per mancato pagamento), in calo del 31,4% rispetto all'anno precedente. L'evoluzione degli sfratti è molto diversa in ciascuna delle due province dell'arcipelago, perché se a Las Palmas il numero totale degli sfratti eseguiti è diminuito del 35,5% nel primo trimestre, a Santa Cruz de Tenerife si è visto aumentare quasi della stessa percentuale, 33,3%. Nel primo trimestre si sono inoltre verificate alle Canarie 51 procedure di fallimento, il 22,4 per cento in meno rispetto allo stesso periodo del 2014.

ASSISTENZA E RIPARAZIONE

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



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

Celestial Restaurant



Celestial Restaurant

Specialità Toscane:

pappardelle al ragu di cinghiale, crostini neri,

pappa al pomodoro e molto altro

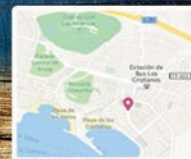
Ottimi vini italiani!!!

Avenida Juan Carlos I 39 edificio Paloma Beach frente
Gran Hotel, Arona

632 73 07 33 Time 11:30-15:30 / 18:30-23:00

Martedì chiuso

www.facebook.com/pages/Celestial-Restaurant



Lettere al Direttore

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

Per lasciare commenti visita:
sezione LETTERE AL DIRETTORE
sul WWW.LEGGOTENERIFE.COM

Buon giorno Direttore,
l'altra sera tornando da una cena a casa di amici ad Adeje, percorrendo l'autostrada in direzione Los Cristianos, con immenso stupore mio e dei miei 3 amici abbiamo incontrato "carovane" di ragazzi che camminavano lungo la carreggiata, tutto questo alle 2 di notte passate. Non mi era mai successo di vedere cose simili prima, tra l'altro anche parecchio pericolose, visto che molti erano evidentemente alticci e camminavano zigzagando proprio a bordo linea bianca dell'autostrada...

sempre proseguendo questi gruppi di ragazzi "camminatori" si sono concentrati presso un distributore di benzina, dove ce n'erano alcuni buttati per terra sulle aiuole evidentemente ubriachi ed alcuni che più o meno ballavano.

Noi sempre continuando il nostro percorso, abbastanza allibiti, abbiamo notato che all'altezza dell'uscita Fañabe c'era proprio una concentrazione di ragazzotti/e, molti dei quali con bottiglie di vino o alcolici in mano e molti decisamente ubriachi. Abbiamo dedotto che fossero diretti verso la discoteca proprio vicino all'uscita dell'autostrada, la famigerata Achaman. Quello che mi chiedo è che di tutti i controlli della polizia che fanno (a me e mio marito ci hanno fatto la prova del palloncino alle 13 di sabato) come mai in questo percorso di circa 5 km non si è vista l'ombra di una pattuglia? Grazie e complimenti per il giornale.
(Grazia Millesi)

Gentile Signora Grazia,
intanto grazie di averci scritto. In merito al suo stupore sull'inesistenza di una pattuglia di Polizia tra Adeje e Fañabe in effetti la cosa è alquanto strana: però è anche vero che i controlli vengono effettuati più spesso tra Los Cristianos e Las Americas, e le vie limitrofe che portano a Las Galletas. Sicuramente la presenza dei ragazzi in autostrada è inquietante, e molto pericolosa. Ci siamo informati, le cose dovrebbero essere andate così: a Costa Adeje c'era il Sunblas Festival e l'organizzazione aveva contrattato un'agenzia di trasporti privata che avrebbe dovuto prendere e riportare i ragazzi alla stazione dei bus vicino al Magma per un costo aggiuntivo di 5€, ma sembra che non si siano presentati per riportarli. Non tutti però avrebbero speso 5€ extra, quindi il fiume di ragazzi "mezzi fatti" li avresti incontrati comunque.

**BAR PIZZERIA
LA PARADA**
CALLE LA CRUZ, 25 - ADEJE
SERVIZIO A DOMICILIO
TEL. 922102732
GASTRONOMIA ITALIANA,
FORNO A LEGNA, VERE
COLAZIONI ALL'ITALIANA.
SKY CALCIO E MOLTO ALTRO.



La diffamazione in Spagna, aspetti giuridici

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9183

Per diffamazione si intende generalmente una condotta mirante ad offendere e/o screditare la reputazione di una persona. E' chiaramente una condotta anti-giuridica, anche di connotazione penale, che si può commettere attraverso molteplici canali di comunicazione come radio, televisione, stampa e, soprattutto nell'ultimo decennio, reti sociali.

A quanto pare navigando in internet è più facile dimenticare che il diritto di esprimere liberamente le proprie opinioni finisce quando comincia il diritto del prossimo di veder rispettato il suo onore e la sua buona reputazione e, soprattutto, è più facile generare conseguenze devastatrici per chi è diffamato: infatti, l'anonimato e la facilità con la quale si può agire in rete fanno sì che qualunque impresa o individuo possa diffondere dicerie false su altre persone o

imprese e che tali dicerie si diffondano ad una velocità impressionante. Le contromisure che si possono prendere per eliminare i commenti una volta pubblicati si riducono, nella maggior parte dei casi, al risarcimento dei danni prodotti ed evitando una maggiore propagazione degli stessi. Concretamente, secondo il diritto spagnolo che azioni possiamo intraprendere per cercare di riparare il danno che c'è stato causato? Certamente possiamo intraprendere azioni legali in ambito civile sollecitando che si dichiari la lesione del diritto all'onore e reclamando la quantità necessaria ad indennizzare i possibili danni causati dalla diffamazione. Possiamo, altresì, intraprendere un'azione penale attraverso la quale sollecitare sia la quantità indennitaria a titolo di responsabilità civile sia, a seconda del caso specifico, una pena detentiva o pecuniaria per l'autore dell'atto diffamatorio. Infatti rispettivamente il delitto di ingiuria, inteso come azione o espressione che lede la dignità di

un'altra persona, e quello di calunnia, intesa come l'attribuzione di un delitto ad una persona fatto con conoscenza della sua falsità o con temerario disprezzo della verità, sono l'equivalente in ambito penale ai termini di diffamazione o lesione dell'onore nella sfera civile (Código Penal, artt. 205-216). Poiché la via penale permette che possano definirsi in uno stesso procedimento tanto le questioni civili come le responsabilità penali, che nel caso delle calunnie comportano da sei mesi a due anni di prigione o una multa da pagarsi nell'arco massimo di ventiquattro mesi, e nel caso delle ingiurie una multa da pagarsi nell'arco massimo di quattordici mesi, chissà risulti la via più conveniente per perseguire le diffamazioni perpetrate in rete; tuttavia espone colui che avvia l'azione legale ad un problema di non poco conto: la lentezza procedurale. Inoltre, in merito al risarcimento del danno prodotto, la responsabilità in tal senso non si limita all'autore delle espressioni



sioni diffamatorie ma, secondo quanto stabilito negli articoli 13 e seguenti della Ley 34/2002, de 11 de julio, de servicios de la sociedad de la información y de comercio electrónico, come nell'articolo 212 del Código Penal, si può estendere anche ai prestatori dei servizi usati come canali per la diffamazione, cioè i webmasters di un foro, i bloggers, i proprietari di una pagina web ecc. Tuttavia, nonostante sia possibile ricorrere ad azioni civili e penali per difendere il nostro diritto all'onore ed otte-

nere un'indennità per i danni conseguenti alla pubblicazione in internet di informazioni false o insultanti sul nostro conto o riguardo la nostra attività, non c'è dubbio che la propagazione rapida e di massa che internet consente a qualsiasi tipo di informazione renda estremamente difficile eliminare alla radice e definitivamente le conseguenze di un commento diffamatorio. Si tratta dell'ennesima dimostrazione della potenza e pericolosità di questo strumento virtuale.

Avv. Elena Oldani

Le scuole italiane in Spagna

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9187

La rete delle scuole italiane in Spagna comprende i gradi di istruzione, dalla scuola dell'infanzia alla scuola secondaria di secondo grado.

Gli istituti statali onnicomprensivi sono due, con sede a **Barcellona**, Istituto Comprensivo Statale Italiano E. Amaldi, e **Madrid**, Istituto Italiano Comprensivo, nuovo riconoscimento per la Scuola italiana statale di Madrid. L'istituto è stato citato tra le sei scuole straniere inserite fra le migliori cento di Spagna. L'elenco è stato pubblicato dal quotidiano El Mundo.

Figurano anche i corsi di lingua e cultura italiana rivolti ai connazionali residenti all'estero, la cui gestione rientra nell'ambito delle competenze della DGIT, la Direzione Generale per gli Italiani all'Estero. Il MIUR ha sottoscritto nel 2010 un Memorandum con l'omologo Ministero spagnolo per l'istituzionalizzazione di un diploma congiunto - sulla scorta delle analoghe esperienze di cooperazione bilate-

rale con la Francia - e la possibilità di scambi tra i due Paesi per docenti e studenti. Attualmente, in otto istituti italiani di secondo grado sono attive sezioni ad opzione internazionale di spagnolo e, dal 2010, un'analoga sezione ad opzione internazionale di italiano è stata avviata nella Comunidad di Castilla-La Mancha in Spagna.

Nelle isole Canarie ed in particolare modo a Tenerife, pur ravvisando la presenza di corsi, in gran parte gestiti da privati, bisognerebbe rafforzare l'impegno e valorizzare molto più la realtà della nostra presenza.

Per questa ragione lo scrivente si è dedicato affinché le Autorità siano coinvolte nel proporre iniziative in tal senso, fornendo così un contributo a caratterizzare l'italiano come lingua di cultura d'interesse non solo per gli italiani.

E' fondamentale sviluppare misure destinate alla salvaguardia della promozione della lingua e della cultura italiana richiedendo figure specifiche che, nella scuola e in altre strutture, sappiano affrontare e rispondere alle esigenze d'inserimento.

Sostenere organizzazioni e istituzioni che si impegnano a livello internazionale nella formazione e diffusione del nostro patrimonio è un interessante strumento di dinamica opportunità.

Dr. Giuseppe Stabile

IL CERTIFICATO SUCCESSORIO EUROPEO

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9185

Il Regolamento (UE) numero 650 del 4 luglio 2012 "relativo alla competenza, alla legge applicabile, al riconoscimento e all'esecuzione degli atti pubblici in materia di successioni e alla creazione di un certificato successorio europeo", sarà applicabile a tutte le successioni a partire dal 17 agosto 2015.

La materia successoria è di difficile regolamentazione, tenuto conto delle numerose differenze esistenti nell'ambito del diritto nazionale ed internazionale, tra i vari paesi. Per quanto riguarda l'ambito di applicazione, il nuovo regolamento vincola tutti gli Stati membri, ad eccezione della Danimarca, Regno Unito e Irlanda. Tra le novità più rilevanti:

1) Il diritto applicabile: ovvero il testatore potrà scegliere la legge applicabile alla sua successione, ed è inoltre prevista la prevalenza della legge del "Paese di Residenza" rispetto a quella nazionale del "de cuius", quindi la cittadinanza non sarà più un requisito essenziale, ma sarà necessario valutare in concreto i parametri relativi all'accertamento

della residenza abituale, anche se è evidente che la nozione di "Residenza Abituale" ha un'origine di carattere internazionale e, diversamente da quella di domicilio, consente quindi una maggiore autonomia rispetto ai diritti dei singoli stati.

2) Atti Pubblici e Certificato Successorio Europeo: un atto pubblico redatto in uno Stato membro ha in un altro Stato la stessa efficacia probatoria che ha nello Stato membro d'origine, affermando una possibile "sostituzione per equivalenza" tra gli atti pubblici; mentre il Certificato Successorio Europeo "è destinato a essere utilizzato dagli eredi, dai legatari che vantano diritti diretti sulla successione e dagli esecutori testamentari o amministratori dell'eredità che, in un altro Stato membro, hanno necessità di far valere la loro qualità o di esercitare, rispettivamente, i loro diritti di eredi o legatari e/o i loro poteri come esecutori testamentari o amministratori dell'eredità, e, una volta rilasciato per essere utilizzato in un altro Stato membro, il certificato produce gli effetti previsti dalla legge, anche nello Stato membro dalle cui autorità è stato rilasciato". Si tratta quindi di uno strumento normativo che contribuirà sicuramente alla semplificazione di molteplici situazioni giuridiche, sia in termini di tempo che in termini di certezza del diritto applicabile.

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



Il vostro contatto italiano: Valentina
+34 671 150 101




Agenzia immobiliare
Tel. +34 922 751 006

www.topasur.com
info@topasur.com

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



- Appartamenti
- Ville
- Terreni
- Attività commerciali

Il Trust

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9181

Dopo gli articoli sulla **Voluntary Disclosure** pubblicati nei mesi di giugno e luglio su questo giornale, che informavano sulle possibilità di dichiarare i patrimoni e i redditi esteri fino al 30 settembre sfruttando le sanzioni ridotte previste dalla normativa italiana, torniamo sull'argomento della detenzione legittima dei patrimoni esteri, parlando del Trust.

Definizione e origini:

Il **Trust**, letteralmente "affidamento", è un istituto che nasce nei paesi anglosassoni al tempo delle crociate, quando i signori feudali si spostavano in Terra Santa per lunghi periodi, intestando fiduciarmente ad un conoscente i beni da destinare alla soddisfazione dei bisogni della famiglia del crociato, con regole da questi prefissate. E' uno strumento giuridico che, nell'interesse di uno o più beneficiari o per uno specifico scopo, permette di detenere un determinato patrimonio in maniera separata da quello personale; il Trust ha quindi un effetto segregativo per

quei beni che sono conferiti al suo interno.

Soggetti del Trust e funzionamento:

Sono generalmente tre: il **disponente (Settlor)**, cioè colui che promuove/istituisce il trust (e vi conferisce un determinato patrimonio); l'**amministratore/gestore (Trustee)**, che è la persona fisica o giuridica (in genere una trust company professionale) a cui il disponente affida beni mobili o immobili e che ha il potere e dovere di gestirli secondo le "regole" del trust fissate dal disponente; il/i **beneficiario/i**, che possono essere **beneficiari del reddito** (coloro i quali ricevono i frutti dei beni in trust, come ad esempio i redditi da locazione se nel trust viene messo un immobile a frutto o una società immobiliare) e/o **beneficiari del Fondo** (che sono invece coloro ai quali verranno trasferiti i beni una volta sopraggiunto il termine finale del trust; termine che viene fatto spesso coincidere con la morte del disponente ma può anche essere diverso, secondo la volontà del disponente, cosicché per esempio un patrimonio rimanga in questa "cassaforte di famiglia" anche dopo la successione ereditaria); vi è infine un soggetto eventuale che è il **guardiano (Protector)** che ha il compito di controllare la correttezza

della gestione dell'amministratore (**Trustee**).



Utilizzi e scopi del Trust per i patrimoni esteri:

Gli utilizzi e gli scopi più frequenti del trust si rinvencono nel **passaggio generazionale** dei beni o delle quote di società, nella **tutela dei soggetti più deboli**, nella tutela delle situazioni di fatto quali le convivenze, nella **pianificazione e sistemazione di interessi patrimoniali e reddituali della famiglia**, oppure con **funzione di garanzia** in luogo delle fidejussioni. Coloro che volessero istituire in Italia un **trust per la detenzione del patrimonio estero**, come per esempio quello detenuto a **Tenerife**, potrebbero avere diversi vantaggi, in quanto: i loro eredi non avrebbero bisogno di presentare una denuncia di successione in Spagna; i beni conferiti in trust verrebbero amministrati da un amministratore



scelto dai disponenti, sia nel corso della loro vecchiaia che dopo la loro morte, fino al termine da loro stessi deciso nell'atto istitutivo di trust; si occuperebbe l'amministratore del trust di presentare tutti i dichiarativi fiscali e tributari, sollevando i disponenti da questo impegno e potendo continuare le collaborazioni già in essere coi professionisti spagnoli di fiducia della famiglia; i beni conferiti in trust sarebbero segregati, e quindi impignorabili,

salvo naturalmente i casi di revocatoria per operazioni in frode; gli utili prodotti dalle società estere conferite in trust potrebbero essere riportati più serenamente in patria, se i beneficiari ne avessero necessità, in quanto questi utili non sarebbero cumulabili con il reddito dei disponenti o dei beneficiari.

Avvocato Marco Venturi
Presidente di
Fidelia Trust Company S.r.l.





● San Bonifacio (Verona) *Sede Legale* ● Verona ● Ala (Trento) ● Tenerife (ES) *Ufficio di rappresentanza*

● **TRUST** ● **VOLUNTARY DISCLOSURE**

PER APPUNTAMENTI: ● **ITALIA:** Tel. (+39) 045 9971206 ● **TENERIFE:** Tel (+34) 643 354 503
info@fideliatrustcompany.it www.fideliatrustcompany.it



WWW.LEGGOTENERIFE.COM

Merende salutarie per i nostri ragazzi e non solo!



di Lucia Boninsegna

Molte abitudini sono cambiate da circa cinquant'anni a questa parte e la vita che si conduceva mediamente nei paesi industrializzati anche solo trenta o quarant'anni fa era certo meno comoda di quanto non sia oggi e non altrettanto fornita in gran quantità dei beni sia necessari che superflui. Ora ci sarebbe da chiedersi se tanta abbondanza abbia regalato ai nostri bambini e ragazzi una qualità della vita

superiore rispetto al recente passato. Se ovviamente tutti riconoscono il valore delle grandi conquiste tecnologiche, civili e sociali che hanno riguardato la nostra umanità, capita a molti di guardare con più scetticismo il destino dei figli del presente. Quando guardo i miei allievi adolescenti che, anche in gita scolastica, avendo vicini venticinque dei loro amici, vorrebbero poter giocare tutto il tempo con lo smartphone, non posso non domandarmi se sia

più formativo per i giovani il gioco delle iniziali e il canto in compagnia o l'isolamento con il proprio apparato tecnologico. Se sia meglio trascorrere il tempo del divertimento giocando a nascondino in cortile o seduti in camera davanti alla play station. Il mio pensiero poi facilmente si estende ad altri momenti della giornata e così mi domando se sia meglio per un giovane andare a scuola in bicicletta o accompagnato in automobile; se sia davvero vantaggioso per i bambini trovarsi occupati tutti i pomeriggi in attività programmate dagli adulti. Anche per loro credo che **sarebbe utile rallentare un poco i ritmi frenetici delle continue scadenze, per fare apprezzare ai bambini e ai ragazzi anche il tempo quieto**, che è poi tempo regalato a sé stessi, un po' di riflessione, qualche momento per fare vagare la fantasia e magari per disegnare, leggere, suonare o esplorare.

Tutta la gran fretta che governa la vita di noi adulti è stata contagiata anche ai nostri figli, che spesso sono diventati frenetici e iperattivi fin dalla tenera infanzia. E come si traduce in un ragazzo una simile disposizione al momento del pasto?

Cosa mangiano i bambini soprattutto all'ora della merenda? Se torniamo al nostro interrogativo iniziale ci chiederemo se il nostro modo di mangiare è davvero migliorato rispetto al recente passato o, assieme all'abbondanza, abbiamo assunto anche tante cattive abitudini.

Proprio a merenda e nelle situazioni meno formali i nostri ragazzi consumano i peggiori tra i cibi, quelli che in inglese si chiamano *Junk food*, i cibi spazzatura. Si tratta di alimenti dal

TASCA 8TT8
Caffetteria e Cucina Italiana
AVDA.VENEZUELA 4 - TEL. +34 922 077157
38400 PUERTO DE LA CRUZ - TENERIFE

• Leggo TENERIFE •

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

bassissimo valore nutrizionale, ma dall'elevato contenuto di grassi saturi e zuccheri.

E purtroppo proprio questi sono alimenti che creano addirittura dipendenza. Tra i cibi preferiti dai ragazzi durante il loro tempo libero troviamo hamburger, hot dog, patatine fritte, soft drink (bevande gasate e super dolcificate), ma anche confezioni di salatini, barrette di cioccolata variamente combinata con biscotto, confezioni di caramelle e cioccolatini, oltre a moltissime merendine dolci o salate che l'industria alimentare ha inventato appositamente per adescare sempre nuovi piccoli-grandi consumatori.

I medici e i nutrizionisti hanno da tempo lanciato l'allarme avendo constatato che questo tipo di alimentazione conduce precocemente verso le malattie del benessere sempre più comuni anche tra i bambini, come l'obesità, il diabete e varie forme di deficit di concentrazione, ma anche, in età adulta, malattie cardiovascolari, cancro, depressione...

Almeno durante l'estate,

quando i nostri figli possono godere di tempi meno incalzanti anche ai pasti, mi permetto di proporre alcune idee per una merenda un po' più salutare:

- tanta frutta fresca di stagione
 - un centrifugato o un frullato di frutta (possibilmente senza latte vaccino e senza dolcificanti)
 - un sacchettino di frutta essicata in casa e alcune mandorle
 - un panino fatto con pane ai cereali ripieno di pomodorini tagliati, conditi con olio d'oliva e origano
 - una porzione di focaccia alle erbe o alle olive fatta in casa
 - una porzione di focaccia dolce fatta in casa con farina integrale e uvetta
 - una fetta di ciambella casalinga
 - noci, nocciole, arachidi, pistacchi
 - pane e marmellata
- e tanti altri cibi semplici e casalinghi...

tratto dal mensile
Vivere Sostenibile

www.viveresostenibile.net



Il Dolce della Vita
Gelateria Artigianale Italiana
Bar Caffetteria & Cocktails
Calle Grande 57
38670 Adeje
Tel. 696 569 788



Restaurante Pizzeria ITALIA de Rosa IN BOCCA
Cocina Mediterranea
Pescado fresco todos los días
peppestabi@hotmail.com
922 813 465 / 922 811 117
Avda. Marítima, 23 - Playa San Marcos
38430 Icod de los Vinos

UNA CARTOLINA DAL... SALENTO

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9179



Nel suo *Viaggio in Italia* Guido Piovene descrive la Puglia come "la regione in cui più si avverte l'Oriente". E lo senti davvero, passeggiando nei vicoli di Polignano a Mare, la cittadella di origine greca costruita sulle alte falesie, dove, nel 1928, nacque Domenico Modugno. Ti affacci alle balconate per ammirare le acque che si insinuano nelle grotte sottomarine, alzi lo sguardo e non puoi fare a meno di immaginare le coste greche e gli splendori di un passato che, al di là e al di qua di questo mare meraviglioso, che ostenta tutte le possibili tonalità dell'azzurro, non esiste più. "Meraviglioso"... già... il nostro Mimmo non poteva dare alla sua canzone un titolo più azzeccato...

Il blu e l'azzurro del mare, il bianco della calce che avvolge i trulli e le case di Ostuni, il verde-argento delle chiome imponenti degli ulivi secolari che si stampano nel celeste, l'ocra delle falesie, il sabbia rosato delle cattedrali e di quella perfezione misterica che è Castel del Monte, regalano alla Puglia una tavolozza di colori che non esiste altrove.

La mia breve vacanza pugliese, ma ancor di più le torride temperature di questa estate italiana, mi hanno ispirato un dolce semplice e fresco, un cuore di "gelato" alla panna su una base di savoiardi (che a Tenerife trovate nei negozi di specialità alimentari italiane), sormontato da un solare trionfo di pesche e albicocche alla vaniglia. Ecco il mio...

TRAMONTO SALENTINO

1 Tagliate a metà **4-5 ALBICOCHE** e a quarti **2 PESCHE**, mettetele in una padella in un solo strato, cospargete con **4 CUCCHIAIATE DI ZUCCHERO SEMOLATO**, unite il succo di un **PICCOLO SPICCHIO DI LIMONE** e i semi di **MEZZA BACCA DI VANIGLIA**. Fate cuocere una decina di minuti girando gli spicchi senza romperli, finché saranno teneri e si sarà formato un bellissimo sciroppo vermiglio. Fate raffreddare.
2 Per il "gelato" alla panna: mescolate **375 Gr. DI LATTE CONDENSATO ZUCCHERATO**, freddo di frigorifero, con **1 CUCCHIAINO DI ESTRATTO DI VANIGLIA** e **2 CUCCHIAI DA TAVOLA DI BRANDY** o altro liquore a vostro piacimento (il liquore serve ad evitare il congelamento).

Aggiungete **500 Gr. DI PANNA MONTATA**, poco alla volta, mescolando dall'alto verso il basso per incorporare aria e non far smontare il composto.

3 Foderate uno stampo rotondo da 20 cm di diametro con la carta forno bagnata e strizzata, versate il composto alla panna e coprite con uno strato compatto di **SAVOIARDI** imbevuti nello sciroppo. Mettete in



congelatore per un paio d'ore abbondanti. Al momento di servire sformate il dolce, guarnite con la frutta e il suo sciroppo decorando, se vi piace, con granella di pistacchi e panna montata. Buon Agosto a tutti voi!

Silvia Colombini



La genesi della pizza

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/8782



Nacque nel sud Italia. Un disco di pasta, farina, acqua e lievito. Cotto al forno e condito con quel poco che si trovava all'epoca. Erbe, un po' di pesce, qualche formaggio vecchio e il più fortunato un po' di pomodoro.

Così nacque la Pizza, sfamando la classe più bassa della società e diventando oggi il piatto più importante del mondo. Fin da piccolo penso, come a tutti, questa pietanza mi piaceva. Sono cambiati i tempi ed è cambiata anche la pizza. O per meglio dire si è diversificata, per andare incontro a tutte le necessità, orari, tempi e gusti del consumatore. Pizza alta, fina, morbida, croccante, spugnosa, fragrante, pizza in teglia, a la pala, al piatto, al taglio, al forno a legna, elettrico o a gas, al microonde, pizza frita, pizza in padella e ho persino visto pizze cotte alla brace. Grazie a questa metamorfosi culinaria, la pizza è un simbolo, una tradizione, un business, un motore economico, un lavoro, un'arte, un segreto, un'impresa. Noi italiani dovremmo esserne fieri. Centinaia di migliaia di ettari di terre in questo momento, sparsi nel mondo, stanno coltivando il grano che domani troveremo nei nostri piatti. Farine di tutti i tipi, forti e

deboli, integrali e alla soia, al Kamut, etc; ogni giorno percorrono migliaia di chilometri, da una porta all'altra del mondo per entrare nei mulini e creare le migliori miscele di grano, con caratteristiche fisiche e chimiche ben precise e ben diverse tra loro. Mia madre quando diceva che voleva fare la pizza in casa mi portava al supermercato vicino casa a comprare quel sacchetto blu da 1 kg, e che era anche l'unico... e lì finiva il suo studio del prodotto con un risultato finale al dir poco eccezionale. Io, dopo vent'anni, entro nel laboratorio e mi ritrovo con 3 tipi di impasti differenti, tre forni a temperature differenti, cinque tipi di farine, tre tipi di lieviti, termometro per alimenti, barometro, termostato, test del PH, temporizzatore e chi più ne ha più ne metta. Cos'è cambiato?? Noi siamo cambiati. E con noi le nostre necessità. Il consumatore non solo quando compra una pizza vuole sfamarsi, ma studia il prodotto, le sue caratteristiche, le sue peculiarità, le differenze rispetto ad altri simili e i suoi difetti.

Il mio compito: lasciarlo soddisfatto attraverso studio, conoscenza e esperienza nel mio lavoro.

Antonio Benetazzo

Cos'è un Cybergol?

Il Cybergol café è un centro di servizi multifunzionali, un nuovo genere di negozio che ha come obiettivo quello di creare un punto di incontro per gli appassionati di tutti gli sport: in questo centro si può bere un buon caffè guardando trasmissioni televisive con eventi sportivi, c'è un internet point con assistenza, si può giocare e scommettere. La costante trasmissione di eventi del calendario nazio-



nale dello sport e di attività sportive locali offre al cliente anche la possibilità di prenotare la visione di un evento sportivo specifico. Si può navigare sul web in autonomia, con una vasta scelta di pagine

on line di giochi, vendita di materiale sportivo, vendita di servizi telefonici; si possono usare i computer messi a disposizione ma anche usare il proprio con una connessione wi-fi libera, veloce e gratuita.





cybergol

Café

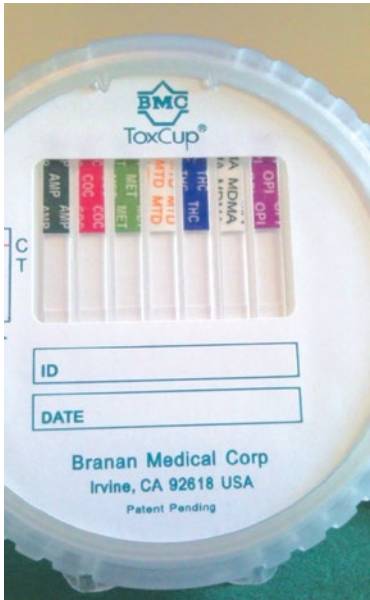
Condividiamo la stessa passione



AVENIDA SANTIAGO PUIG N°5
PLAYA DE LAS AMERICAS - TEL. 642 823 137

WWW.LEGGOTENERIFE.COM

Quattro autisti su dieci positivi al test antidroga!



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9173

In totale la Guardia Civil ha condotto l'anno scorso 393 test antidroga, 174 dei quali sono risultati positivi, quindi un incredibile 44% degli automobilisti che hanno subito un narcotest in provincia di Tenerife aveva consumato qualche sostanza vietata al volante.

Attualmente, i dispositivi disponibili per la Guardia Civil per individuare le droghe attraverso la saliva sono pronti a rivelare il consumo di oppiacei, cocaina, cannabis, anfetamine, metanfetamine e benzodiazepine.

Come nel resto della Spagna, le droghe più comuni ai controlli nelle isole sono cocaina e cannabis. Il consumo di droghe insieme all'alcool è un'abitudine molto pericolosa sulla strada. Anche se i narcotest ancora non sono praticati nella stessa misura degli alcool test (a causa del prezzo elevato dei dispositivi utilizzati e del costo delle analisi del laboratorio), questi test sono sempre più comuni sulle strade dell'arcipelago. Le prove con etilometri sono più frequenti e gli autisti sono già più abituati a doverle affrontare. Un totale di 281.878 ha dovuto sottoporsi ad uno di questi test durante l'anno passato, e di questi 4.017 sono risultati positivi,

l'1,4% delle prove effettuate. I dati a livello nazionale dicono che quasi il 40% dei conducenti coinvolti in incidenti mortali lo scorso anno sulle strade spagnole aveva consumato alcol o qualsiasi altra sostanza proibita. L'alcool e le droghe hanno anche una parte di responsabilità per molti degli incidenti in cui sono coinvolti i pedoni. Il 39% dei pedoni morti sulle strade spagnole è risultato positivo per droghe, psicofarmaci o alcool. L'alta incidenza di queste sostanze nel traffico stradale ha spinto a far eseguire specifiche campagne di screening di stupefacenti durante tutto l'anno. Le autorità preposte al traffico sostengono che uno dei motivi per continuare queste campagne è che l'aumento dei controlli preventivi promuove il cambiamen-

to comportamentale dei cittadini. Nel caso dell'alcool, la percentuale di positività è diminuita con l'aumento degli alcoltest. Per questo motivo, si sta andando ad intensificare anche la prova della droga, e il 2014 è stato il primo anno in cui la Dirección General de Tráfico ha fatto massicci test anti-droga di prevenzione in Spagna, che quest'anno si prevede di raddoppiare. Guidare con la presenza di droghe nel corpo è classificato come una violazione molto grave delle norme di circolazione, è punibile con una multa di 1.000 euro e il ritiro di sei punti dalla patente di guida. Dall'entrata in vigore della legge, solo un anno fa, in tutta la Spagna 20.400 conducenti sono stati denunciati per uso di droga.

Daniele Dal Maso

Il Castillo di San Andres



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9175

Il Castillo di San Andrés è stato inserito nella Lista Rossa del Patrimonio Mondiale dell'Associazione Hispania Nostra, per sensibilizzare le amministrazioni e anche i cittadini e fargli considerare di togliere questo monumento dallo stato di abbandono in cui si trova attualmente, pur essendo già stato dichiarato Bene di interesse culturale (BIC).

Nel corso degli anni, gli attacchi dei pirati e le piogge che sono cadute su Santa Cruz hanno ridotto il monumento in uno stato fatiscente, e oggi è l'unico edificio della capitale incluso in questa lista di gioielli storici che è assolutamente trascurato, e vi si accumula addirittura la spazzatura, perché è possibile accedervi senza alcun problema, essendo privo di qualsiasi controllo. Questo castello è un emblema del barrio di San Andrés e fa parte della sua storia. E' un edificio di grande interesse e può essere un'ottima sede per un museo o qualcosa di simile, anche se in una ristrutturazione bisognerebbe

be preservarne l'integrità, senza eccedere in opere di ricostruzione ex novo.

Invece di cercare la tutela giuridica, che nella maggior parte dei casi è sostanzialmente inutile e non comporta l'intervento pubblico nei monumenti, la Lista Rossa di Hispania Nostra ha lo scopo di sensibilizzare l'opinione pubblica circa il valore del patrimonio che abbiamo perso per incuria, evidenziando la necessità del consolidamento di questi monumenti e il loro restauro.

Ci sono altre aree di Tenerife fra i beni abbandonati, in deterioramento o a rischio di qualsiasi tipo di danno o minaccia, siano BIC o no. Fra queste certamente la casa di famiglia dello scrittore Agustín Espinosa Garcia e la Hacienda La Gorvorana, entrambi situate a Los Realejos; e anche il Palacio de Nava, a La Laguna.

Da parte sua, il Comune di Santa Cruz de Tenerife ricorda che il Castillo di San Andrés è uno dei più importanti monumenti storici di Tenerife e dal 1949 è considerato Patrimonio spagnolo e, di conseguenza, BIC, che conferisce un elevato livello di protezione. E' anche il massimo simbolo del quartiere di San Andres e del massiccio di Anaga, e infatti appare nei loghi di diverse importanti Associazioni della città. Questa torre circolare era parte del set di fortificazioni minori su cui si appoggiava la difesa di Tenerife e ha un fascino storico particolarmente per la sua relazione con il fallito attacco dell'ammiraglio inglese Horatio Nelson alla città di Santa Cruz de Tenerife nel 1797.

Franco Leonardi

Il centro commerciale El Galeón comprato per €20.000.000

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9177

L'imprenditore Amid Achi ha chiuso l'acquisto del centro commerciale El Galeón in Adeje, al costo di 20 milioni di euro, e ne serviranno altri 24 milioni per completare la costruzione della struttura e modernizzarla.



Non si sa ancora quali caratteristiche permetteranno di differenziarsi dalle altre grandi strutture dell'isola, ma si prevede che verranno creati oltre 300 posti di lavoro e si spera che i lavori siano veloci e si possa aprire entro la fine dell'anno. L'edificio occupa un terreno di 12.000 metri quadrati, con una capacità di oltre 50 negozi e 493 posti auto. L'idea del Centro Commerciale risale a prima del 2010, con un budget di 24 milioni di euro, in seguito lievitato a 34. L'immobile apparteneva alla Sociedad de Desarrollo, col 51% delle azioni

della società privata Juan José Sánchez Bacallado e il 49% del Comune di Adeje.

Ma il progetto era stagnante e, per rendersi indipendente dal soggetto privato, il centro è passato ad essere al 100% della pubblica amministrazione (*Ndr mi ricorda imprenditori coraggiosi del nostro povero paese*). Per cercare di completare la costruzione, il Consistorio è stato costretto a prendere in prestito denaro da una banca, poi il centro commerciale ha dovuto essere sottoposto ad un'asta pubblica nel marzo scorso per 38 milioni di euro, perché la Sociedad de

Desarrollo, una società pubblica, non poteva far fronte all'indebitamento. Però l'asta andò deserta e la banca, non volendo farsi carico dell'edificio, si mise in contatto con Amid Achi, con il beneplacito del Comune che voleva risolvere la faccenda. L'operazione di prendere in carico la costruzione ha richiesto discussioni durate più di nove mesi per raggiungere un accordo, che non è stato facile, ma finalmente le due parti (Amid Achi e la banca) hanno ceduto pensando a quei posti di lavoro.

dalla Redazione



Dario's
DISCO RESTAURANT COCKTAIL BAR
Italian Concept

 **Dario's Tenerife**

**Tutte le notti
Dj Set
fino alle 4 della mattina**

Calle La Habana, 11 | c.c San Telmo Local 16c | Los Cristianos | Tenerife
 Tel. (+34) 632663057

Controlli fiscali nel 2015



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9171

L'Agenzia delle Entrate concentrerà le sue azioni di quest'anno in diversi rami, tra cui l'economia sommersa, e all'interno di questa sezione si concentrerà sulle attività del settore dei servizi e del turismo alla scoperta di attività e di reddito nascoste.

In questo senso, agirà su quegli individui che, in modo "opaco", cedono tutto o in parte le abitazioni da Internet o altri mezzi per il turismo. Nel controllo fiscale e doganale per quest'anno, verranno controllate quelle aziende turistiche regolari che

non soddisfano pienamente i loro obblighi fiscali e si faranno controlli per la rilevazione di affitti non dichiarati. Verranno controllati oltre 200.000 domini internet per scovare le frodi. Inoltre, l'Agenzia delle Entrate si concentrerà nel 2015 sul cosiddetto "software a duplice uso", utilizzato da alcune imprese per nascondere le vendite e manipolare la contabilità, per poter falsare le loro dichiarazioni dei redditi. Per fare questo, verranno fatti interventi presso la sede di queste imprese con esperti informatici, in grado di analizzare e verificare i programmi e gli archivi delle apparecchiature elettroniche dei contribuenti,

Black & White

peluqueria

PROFESSIONAL STYLING

ghd

KERASTASE

TIGI

REDKEN

- Tutti i tipi di extension -

- Tinte -

- Trucco Professionale -

- Pettinature -

(matrimoni, feste, compleanni, battesimi, etc)

Av. Antonio Dominguez 4 Puerta 11B (dietro il nuovo Hiperdino) Playa de Las Americas tel 922092430

e verranno fatti controlli per verificare il rispetto della limitazione dei pagamenti in contanti. L'economia digitale sarà un settore prioritario nel 2015, per le nuove forme di frode che si verificano online, sia attraverso azioni di controllo su quei produttori o fornitori di servizi che commercializzano i loro prodotti o servizi attraverso internet, al fine di garantire una corretta tassazione in Spagna sul reddito generato da questa attività. Quest'anno l'indagine di beni nascosti all'estero, cominciando dalle informazioni fornite dal modello 720 di dichiarazione dei beni e dei diritti all'estero, sarà una "pietra miliare", secondo Hacienda, per la ricerca delle attività off-shore, dato che finora sono sotto inchiesta oltre 7.000 contribuenti che avrebbero dovuto presentare il modello e non l'hanno fatto, o non hanno dichiarato correttamente le loro attività estere. Per combattere questo tipo di frode, l'Agenzia delle Entrate conterà, nel più breve tempo possibile, con lo scambio automatico di informazioni finanziarie già pianificato. Nel settore della fiscalità internazionale, Hacienda presterà particolare attenzione ai contribuenti con residenza fiscale in Spagna che beneficiano di

strumenti sofisticati per evitare o ridurre le imposte. Allo stesso modo, saranno rafforzati i controlli sulle transazioni e posizioni fittizie di residenza in paradisi fiscali e le azioni relative alle attività sviluppate in Spagna da parte di non residenti, con particolare riferimento alle attività sporadiche svolte nel paese.

Inoltre, quest'anno continuerà ad essere sottoposto a controllo speciale, come di consueto, l'uso improprio delle imprese per ridurre la tassazione delle persone fisiche, l'analisi dei segni esteriori di ricchezza, ottenendo informazioni sui servizi personali di alto valore.

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)

Un risarcimento che vale un occhio della testa!



Un turista inglese ha chiesto un risarcimento di 5.000.000

sterline (circa sette milioni di euro) ad un hotel del sud di Tenerife, che si trova nel comune di Adeje, dopo aver subito un incidente in cui ha perso un occhio e altre lesioni gravi.

Il caso risale al 2007, ma è tornato di attualità dopo che i tribunali inglesi hanno accettato la causa intentata dal turista, un problema fondamentale per determinare il risarcimento dei danni patiti. La chiave sta nella giurisdizione, perché la giustizia spagnola supporta solo un indennizzo massimo di poco più di 800.000 €, mentre per quella inglese si possono raggiungere e anche superare cifre come quelle richieste dal turista in questione. Questo conflitto giurisdizionale, finalmente risolto a favore del ricorrente, è un grave problema legale

per l'hotel in questione, che a quanto pare ha ripetutamente cercato di raggiungere un accordo extragiudiziale con la vittima. L'incidente è accaduto il 26 ottobre 2007: il turista era con la sua famiglia in una piscina dell'hotel e il vento ha fatto volare un ombrellone che ha colpito in faccia l'inglese, che ha perso l'occhio destro, subendo anche lesioni cerebrali. Il signore era direttore di una società di ingegneria civile, ma a causa dell'infortunio ha dovuto dimettersi.

dalla Redazione

WWW.LEGGOTENERIFE.COM

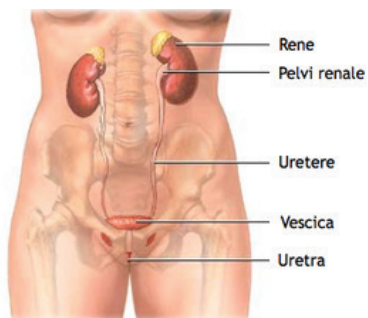
Incontinenza urinaria femminile... PARLIAMONE!!!!



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9169

E' un disturbo fisico dagli innegabili risvolti psicologici. Per chi ne soffre, infatti, molto spesso i più grandi nemici sono l'imbarazzo e la vergogna. Parliamo di incontinenza urinaria: l'involontaria perdita di urina che colpisce una buona percentuale di uomini e donne – soprattutto, ma non esclusivamente, sopra i 65 anni – ma che fa fatica ad essere accettata, combattuta e persino "raccontata" al proprio medico.

I soggetti affetti da problemi di controllo vescicale possono sottoporsi a svariati trattamenti. Sarà il tuo specialista a valutare le tue condizioni ed a consigliarti il trattamento e le opzioni terapeutiche più adeguate. Stile di vita ed esercizi



Per i soggetti con problemi di controllo vescicale, il fatto di cambiare la dieta, fare esercizi fisici adeguati e di modificare le abitudini ed il comportamento può determinare un cambio radicale della situazione. Questi trattamenti vengono talvolta denominati terapie conservative o di contenimento.

Dieta

Determinati liquidi ed alimenti disturbano alcune persone, mentre vanno bene per altre. È importante scoprire quali sono di aiuto o un ostacolo per te. Un esempio è il succo di mirtillo: alcuni ritengono possa aiutarli a prevenire le infezioni del tratto urinario mentre per altri non ha alcun effetto. Un professionista sanitario, come un dietologo, può darti dei consigli preziosi sulle variazioni da apportare alla tua dieta in modo da migliorare la funzione vescicale o da alleviare i sintomi.

Cerca di bere una quantità sufficiente di liquidi poiché è importante per il benessere in generale. Il Servizio Sanitario Nazionale britannico (NHS) consiglia di bere 1-2 litri (8 bicchieri) di liquidi al giorno. Un professionista sanitario,

come un infermiere specializzato in fisioterapia o in problemi d'incontinenza, potrà guidarti negli esercizi di routine e tenerti al corrente dei progressi raggiunti. L'alcol può risultare un problema per alcune persone poiché è un diuretico (stimola ad andare in bagno con una maggiore frequenza). La caffeina presente nel caffè, nel tè ed in alcune bibite gassate può agire da stimolante per la vescica. Anche alcuni succhi di frutta, come il succo di pompelmo, sono diuretici. Alcuni ritengono che il succo di mirtillo sia più delicato per la vescica. I dolcificanti artificiali possono potenzialmente influire sulla vescica e sul controllo intestinale. Possono irritare la vescica e rendere molli le feci. Si trovano in alimenti e bibite a basso contenuto calorico.

Stile di vita

Il fumo può peggiorare l'incontinenza da sforzo poiché fa tossire e la tosse aumenta la pressione addominale. I soggetti in sovrappeso possono avere dei problemi poiché il peso in eccesso mette pressione sui muscoli e sulla vescica. Mantenersi in forma e fare regolarmente esercizio fisico può aiutare a migliorare lo stato di benessere in generale e la funzione vescicale. Nonostante la possibilità sempre presente di avere episodi di incontinenza durante l'esercizio fisico possa frenare gli entusiasmi, è importante continuare. Rivolgiti ad un fisioterapista per sapere ciò che è più indicato per te. Fare moto ed esercizio con regolarità può essere particolarmente importante per i soggetti residenti presso case di cura oppure ospizi. Un professionista sanitario, come un dietologo, può darti dei consigli preziosi sulle variazioni da apportare alla tua dieta

così da migliorare la funzione vescicale o alleviare i sintomi

Esercizi per il pavimento pelvico

Anche questi esercizi, denominati anche "esercizi di Kegel" o riabilitazione dei muscoli pelvici, possono aiutare a ridurre l'incontinenza urinaria, in modo particolare l'incontinenza da sforzo, consentendo di rafforzare la struttura muscolare dell'area pelvica. Per avere una certa efficacia, è necessario effettuarli per almeno tre mesi. Gli esercizi specifici per l'incontinenza fecale dovuta a problemi muscolari si concentrano sul muscolo dello sfintere anale che circonda l'ano e comportano esercizi di contrazione e rilassamento dell'ano.

Questi esercizi possono essere effettuati assumendo varie posizioni (stando seduti o stendendosi). Un professionista sanitario, come un fisioterapista o un infermiere specializzato in fisioterapia, potrà guidarti durante gli esercizi di routine e tenerti al corrente dei progressi raggiunti. Le donne possono usare dei coni vaginali per rendere più efficienti ed efficaci gli esercizi. Si tratta di pesi che vanno inseriti nella vagina. Come qualsiasi altro tipo di addestramento con pesi, maggiore è il peso che si riesce a sopportare, più si fortificano i muscoli. Il biofeedback è una tecnica che consente di misurare le contrazioni muscolari durante la loro esecuzione. Così facendo, è possibile individuare il momento in cui si contraggono i muscoli giusti e la portata di tale contrazione. La misurazione aiuta ad eseguire gli esercizi correttamente. Vi sono diversi tipi di macchine che forniscono informazioni sulle contrazioni muscolari mentre le si eseguono. Alcune impiegano segnali acustici, altre segnali visivi (utilizzando schermate) per fornire informazioni sugli esercizi effettuati.

L'elettrostimolazione consente di sviluppare la forza muscolare. Nella vagina o nell'ano vengono inseriti alcuni elettrodi che erogano una lieve stimolazione ai muscoli tramite impulsi elettrici. Tale stimolazione induce i muscoli a contrarsi e poi a rilassarsi. Ciò favorisce il tono muscolare. L'elettrostimolazione può anche aiutare i soggetti affetti da vescica iperattiva, riducendo la sensibilità. Le reazioni emotive possono determinare un irrigidimento, in special modo nell'addome. Ciò aumenta a sua volta la pressione sull'intestino e sulla vescica



La terapia comportamentale

La formulazione di programmi regolari per andare in bagno fa parte della terapia comportamentale. Ciò viene indicato con il termine addestramento vescicale. Questa tecnica può aiutarti ad avere una certa prevedibilità nelle tue abitudini.

Un altro aspetto dell'addestramento della vescica è rappresentato dal progressivo incremento dell'intervallo tra le minzioni programmate. Per ottenere dei risultati efficaci, dovrai sottoporerti a questa terapia per almeno sei settimane. Anche il fatto di ridurre la tensione e l'ansia di andare in bagno può avere un effetto benefico.

Le reazioni emotive possono determinare un irrigidimento, in special modo nell'addome. Ciò, a sua volta, aumenta la pressione sull'intestino e sulla vescica e può farti sentire l'esigenza di andare al bagno.

Luigi Prosperi

Produttore di sistemi di elettromiografia e elettrostimolazione

GREEN PARK

Per info e prenotazioni

apartamentosgreenparktenerife@gmail.com

num. 0034-676085472 38620 Golf del Sur, Tenerife, España

VACANZE ECONOMICHE SOTTO IL SOLE DI TENERIFE.....TUTTO L'ANNO!!!

Tutto ciò di cui ci nutriamo, vegetale o animale che sia, è OGM

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9167



Questo è un dato di fatto. Sapete qual è il bello dei dati di fatto? Che restano tali che voi ci crediate o meno. Animali da allevamento, animali da compagnia, cereali, frutti, ortaggi, fiori.

Qualsiasi cosa con cui l'uomo abbia interagito per un lungo periodo di tempo ne è uscita profondamente cambiata dal punto di vista genetico. Questo perché l'uomo, inconsciamente

una volta, con giudizio adesso, ha sempre adoperato una selezione su ciò che sarebbe diventato cibo. Tale selezione, che possiamo definire antropocentrica, si è andata a sostituire alla selezione naturale, generando un bivio nel percorso evolutivo di questi individui che ha portato ad avere da una parte le specie domestiche e dall'altra le specie selvatiche. I caratteri selezionati dall'uomo spesso sono caratteri "contro-natura": l'uomo preferisce avere cereali bassi, affinché il vento non li alletti (pieghi), ma la selezione naturale ha sempre favorito le piante più alte poiché esse riescono ad accaparrarsi più luce; l'uomo ha selezionato vacche con altissima produzione di latte, ma questo rappresenta un forte aggravio metabolico per l'animale; l'uomo ha sempre scelto di ricoltivare i frutti/pannocchie/cariossidi/baccelli più grandi e questo ha generato una grossa differenza fra le

piante come le conosciamo oggi e com'erano una volta, anche in questo caso essi sono un pesante aggravio metabolico per la pianta, che in natura non avrebbe bisogno di strutture così grandi. In molte delle varietà coltivate e degli animali allevati la domesticazione è andata così avanti che tali organismi hanno perso la capacità di vivere allo stato brado, dove sarebbero estremamente penalizzati dai caratteri selezionati dall'uomo. Abbiamo a che fare con piante e animali che non sarebbero mai esistiti in natura se non ci fosse stato l'intervento umano. E badate bene, tutto questo avviene da quando l'uomo ha inventato l'agricoltura e l'allevamento, non c'entra niente l'ingegneria genetica! Quando si parla di OGM quindi si usa un termine improprio, si dovrebbe parlare di organismi ottenuti con l'ingegneria genetica, visto che l'intervento dell'uomo a prescindere c'è, anche in quelli che noi riteniamo essere alimenti naturali.

Giovanni
Missione Scienza

ALIMENTAZIONE CONSAPEVOLE

La Canapa, protagonista nella tavola della Salute

di Marina Giusti, naturopata - www.marinagiusti.it



La canapa è una delle fonti alimentari più nutrienti del nostro pianeta, è uno dei pochi semi che contengono clorofilla. E' un'ottima fonte naturale di proteine e grassi di origine vegetale, oltre che una fonte eccezionale di acidi grassi essenziali (Omega 3 e 6). Una volta sgusciata contiene il 35% di proteine, il 47%

di grassi e il 12% di carboidrati. Contiene amminoacidi completi in una forma facilmente digeribile. Il 65% delle proteine della canapa è costituito da edestina, una proteina globulare vegetale, l'altro 35% da albumina (due delle proteine più digeribili). Ha un elevato contenuto di Vitamina E (3 volte più del lino). I semi di canapa sono ottimi anche per il cervello e per il fegato per via della lecitina. Contengono l'acido grasso essenziale gamma-linolenico (GLA) che inibisce la formazione delle prostaglandine infiammatorie e riequilibra gli ormoni. La canapa è riequili-

brante e adatta a tutte le costituzioni e in tutti i casi sia di ipossidazione che iperossidazione, con l'unica cautela che, essendo un seme oleoso, potrebbe dare colite alle persone sensibili. Per alleviare il rischio "gonfiore", che l'elevato contenuto in fibra potrebbe inizialmente apportare, converrà metterli a bagno prima di usarli. Nel supporto alimentare in patologie importanti (sclerosi multipla ad esempio) possono essere di grande sollievo. Infatti la scelta vegan senza glutine, si consiglia vivamente in tutte le malattie autoimmuni. Deve essere ovviamente ben strutturata, escludere



i prodotti pronti confezionati e utilizzare quotidianamente cibi ad elevato potere antinfiammatorio: semi di canapa, curcuma, zenzero, qualche noce, tante mucillagini, della malva, dei semi di lino, dei semi di chia, ma anche un po' di peperoncino, del cioccolato crudo e frutti di bosco. Ricordando che la varietà vince sempre su tutto. Anche quando la parola d'ordine è perdere peso, soprattutto per non gravare sulle articolazioni, riducendo lo stato infiammatorio del nervo ischiatico, l'uso regolare di semi di canapa alternati a olio di lino, noci, semi di zucca, e tanti estratti di

verdure verdi, renderà tutto naturalmente semplice. Meravigliosa anche come latte vegetale, per la sua ricchezza in acidi grassi omega 3 (contenuti sempre anche nei semi di lino, di chia, nella portulaca). I suoi preziosi semi possono essere frullati per ottenere creme o bevande, o consumati in insalata. Non hanno bisogno di cottura e quindi sono più nutrienti. Il dosaggio è di circa 50g al giorno per adulti ma anche molti di più per chi fa sport (circa 120g per gli atleti).

dal mensile **Vivere Sostenibile**
www.viveresostenibile.net




Cucina familiare casalinga preparata con prodotti freschi



AL POSTO GIUSTO

Avenida del Arquitecto Gómez Cuesta, n.9 - tel 922796038

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



L'acqua e la pelle

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9163

La perdita dell'equilibrio idrico e del grado di umidità causa un aspetto secco, rugoso, tirante e poco salutare.

Quando le riserve idriche sono insufficienti o incostanti, si incrementa sensibilmente la possibilità che appaiano rughe premature, inoltre una pelle disidratata è molto vulnerabile e può irritarsi con facilità, ed è soggetta a rossori, bruciature e crepe. Letà ovviamente è un fattore determinante, con il passare degli anni diminuisce il funzionamento delle ghiandole sudoripare, la pelle si affina e si debilita il sistema circolatorio. Studi clinici hanno dimostrato che a partire dai trent'anni la pelle perde maggiori quantità di acqua. Lo strato corneo si ispessisce per il costante accumulo di cellule morte sopra la superficie, ostacolando una corretta ossigenazione e ciò si ripercuote negativamente sul grado di idratazione della pelle.

Inoltre alcune condizioni del nostro modo di vivere attuale portano ad una mancanza di equilibrio metabolico, come: la contaminazione ambientale, la mancanza di riposo, lo stress, il cambio brusco di temperatura, il consumo di tabacco e di alcool, abuso all'esposizione solare, al contatto con il cloro nelle piscine, l'aria secca, la mancanza di igiene opportuna, l'uso di cosmetici aggressivi o poco appropriati e, ultimo ma non per importanza, avere un'alimentazione disequilibrata o con un eccesso di grassi. Come conseguenza, l'invecchiamento prematuro della pelle si



L'idratazione della pelle è un'attenzione imprescindibile

accelera e contemporaneamente si ha una maggiore disidratazione e una pelle spenta, fragile, rugosa con mancanza di luminosità e tonicità.

La contaminazione asfissa la pelle, ma questo aspetto si può combattere facilmente con una corretta igiene e un'opportuna protezione. Tuttavia, una delle cause che maggiormente deteriorano l'umidità della pelle è passare da un ambiente interno con aria condizionata o termosifone, a uno esterno, questi cambi sono inevitabili, per questo è necessario utilizzare giornalmente cosmetici adeguati, con la capacità di trattenere le molecole di acqua. Dobbiamo tenere sempre presente che la pelle è una parte VIVA del corpo, non dobbiamo dimenticare che il nostro organismo è composto in maggior parte da acqua. La pelle è il nostro organo più grande e non è indipendente della salute del nostro corpo, per questo dobbiamo idratare la pelle su due fronti: interno ed esterno. L'acqua è la fonte di salute e bellezza più naturale che esiste, è portatrice di vita nella natura, nelle piante, negli animali, e di tutto quello che è vivo. Ingerire

questo meraviglioso liquido, incolore, insapore, inodore e che non contiene calorie aiuta a digerire, aiuta l'intestino a lavorare correttamente, migliora lo stato dei reni, inganna la sensazione di fame, aiuta a eliminare le tossine rendendo la pelle luminosa.

Una pelle ben idratata è sintomo di bellezza, ma soprattutto di buona salute. Come norma generale non è consigliabile ingerire acqua troppo fredda, rinfresca momentaneamente però successivamente si ha maggior sete e calore. Lo stesso vale con le docce di acqua troppo fredde, si ottiene una sensazione di fresco i primi cinque minuti, poi il corpo sente caldo e suda ancor di più. Per quanto riguarda l'idratazione esterna possiamo apportarla solo con l'uso di cosmetici, in questo caso la natura mette a disposizione tutto quello che necessitiamo per essere belli, uno dei valori che fa sì che un cosmetico sia di qualità è il biologico, ossia la biocosmetica.

Un cosmetico biologico si caratterizza principalmente perché tutti gli ingredienti che lo compongono derivano da agricoltura biologica e nella sua formulazione si escludono i componenti derivanti da manipolazioni genetiche, inoltre si escludono quelle sostanze che si sospetta possano essere irritanti, allergiche, cancerogene, o che alterino il sistema ormonale.

Inoltre non possono essere utilizzate fragranze, coloranti, paraffina, siliconi, o altri derivati del petrolio. Infine, molto importante, i prodotti non possono essere testati sugli animali e per il loro invaso e imballaggio si deve utilizzare materiale riciclabile e biodegradabile, con il fine che il suo impatto sull'ambiente sia il minore possibile. Buon'idratazione a tutti!!!

D.ssa Laura Nardi

Gli straordinari benefici delle foglie di "patata dolce"



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9165

Secondo studi scientifici è stato dimostrato che le foglie delle piante di patata dolce o patata Americana sono tossiche per le cellule che causano il cancro alla prostata, addirittura rallentano lo sviluppo di tumori prostatici già in corso (studio fatto sui topi con un esito del 75%).

In ulteriori studi sono state sperimentate anche per il cancro al seno, del polmone, dello stomaco e contro la leucemia. Sembra quindi che i vantaggi di mangiare queste foglie siano parecchi, secondo studi fatti a Taiwan: il consumo di al-

meno 100 grammi di queste foglie a settimana diminuisce il rischio di almeno un 50%. Addirittura sembra che possano diminuire la glicemia nei casi di diabete di tipo 2. Tra l'altro sono ottime fonti di energia, diminuendo la stanchezza e la spossatezza durante la convalescenza dopo malattie debilitanti, e riescono ad aiutare ad aumentare la massa muscolare.

Ma perché questa pianta con le sue foglie è così adatta a molte patologie differenti? Contiene quantità notevoli di antiossidanti naturali chiamati polifenoli, incluso l'acido peptico che è confermato e studiato nella lotta al cancro. Per chi decide di fare una dieta alcalina questo "ortaggio" è fra i migliori.

dalla Redazione

Bamboo Massage: antidoto contro lo stress ed elisir di bellezza

di Alessia Vanini



Il massaggio Bamboo è una tecnica di origine indocinese secondo cui le canne di bambù erano in grado di far scorrere al loro interno l'energia, ristabilendo così l'equilibrio energetico del corpo di un individuo.

Oggi le canne di bambù sono adottate anche in Occidente, per massaggi capaci di liberare dalle tensioni sia i muscoli che la mente.

È una tecnica ideale per sciogliere le contratture, dove si fanno rotolare e si picchiettano sul corpo canne di bambù di diametri diversi, stimolando così i sensi e l'epidermide. Il massaggio al bamboo è soprattutto un lavoro di scultura e di lifting dedicato al corpo e al viso, della durata di un'ora. È un massaggio vigoroso con caratteristiche stimolanti e riattivanti. L'effetto

linfodrenante si abbina ai benefici della riflessologia plantare, stimolando così la circolazione sanguigna e linfatica. Il massaggio viene eseguito su viso e corpo utilizzando olio di sesamo bianco biologico e oli essenziali. Si parte sempre con delle prime manualità particolarmente delicate, che permettono di entrare in contatto dolcemente con chi viene massaggiato. Si tratta di gesti lenti, dolci ed ampi: è come se le mani eseguissero una coreografia armoniosa sul corpo. Si passa quindi al massaggio vero e proprio, che inizia con l'apertura dei centri energetici, a cui seguono le classiche manovre di sfioramento, impastamento, frizione, tutto per mezzo delle canne. Tra i benefici riportati più frequentemente c'è una immediata sensazione di rilassamento e di benessere generale, mentre a livello fisico ci si ritrova con muscoli decontratti, corpo rimodellato e pelle più compatta.

dal mensile **Vivere Sostenibile**
www.viveresostenibile.net



Herbolario Enebro

Cuidamos tu salud

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



Laura Nardi
 Nutrizionista
 e Naturopata

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



Rent
ELECTRIC VEHICLE
from
€2,50
rent for 12 hours
PER HOUR
Sale

STANYBIKE
Rent Electric
Tenerife

STANY BIKE LOS CRISTIANOS

LOS CRISTIANOS - PASEO ROMA, 4 - TEL.822 90.14.49



RISTORANTE NONNA FINA
ITALIAN CUISINE

Italian restaurant with many typical appetizers and showcase with fresh fish of the day.
Restaurante Italiano con muchas tapas típicas y pescado fresco del día.

922 086 257
Paseo peatonal
c/ Juan XXIII Los Cristianos
12 - 23h
(cerrado el domingo)

Buffet Misto Italiano a 9,00€ e piatti da asporto
Buffet mixto italiano a 9,00 € y comida para llevar
Mixed Italian buffet to 9,00€ and takeaway

COMUNICACION DIRECTA

Internet Point

INVIO / RISCOSSIONE
TRASFERENZE INTERNAZIONALI
CAMBIO VALUTA
CHIAMATE INTERNAZIONALI
FOTO PASSAPORTO - N.I.E.
FOTOCOPIE - FAX - EMAIL
RICARICA SIM
TUTTE LE COMPAGNIE
TELEFONIA ED ACCESSORI

SERVIZIO TECNICO ASSISTENZA
RIPARAZIONE E CONFIGURAZIONE
COMPUTER - TABLET
CELLULARI
anche a domicilio

Comunicaciondirecta
comunicaciondirecta@outlook.es
Av.da Playeros C.C. Don Antonio loc.3 Los Cristianos
Tlf/fax 922 788 372 Movil 628 575 122

VISIONI ISOLANE ANTEPRIMA ASSOLUTA

IT FOLLOWS

di David Robert Mitchell (2015)

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9161

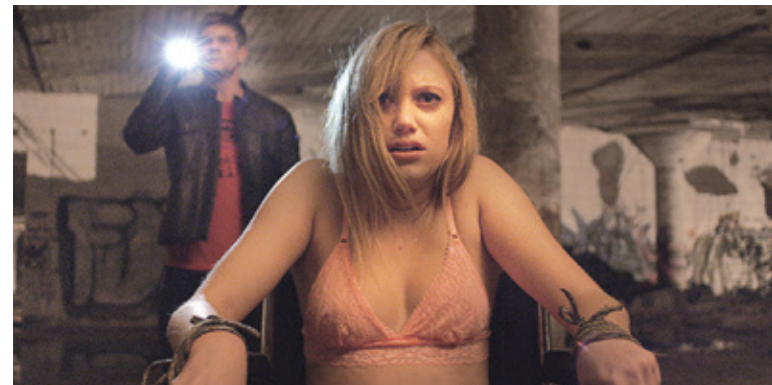
Finalmente.

Tra i 5 titoli che attendevo di più quest'anno (gli altri sono la delusione di "Age Of Ultron", "Città di Carta", "Knight Of Cups" e soprattutto "Mad Max: Fury Road"), questo "It Follows" è sempre stato in cima alla classifica. Dopo mesi e mesi di attesa, che non hanno fatto altro che lievitare ulteriormente le aspettative già di per sé alte (95% di recensioni positive su Rotten Tomatoes, 83/100 di Metacritic e Nomina a Cannes), sono riuscito a rimediare l'ultima sorpresa dello scorso Sundance Film Festival e opera seconda del regista David Robert Mitchell. Aspettative ripagate in pieno (non succedeva da quel capolavoro avanguardistico di "The Babadook"). Accompagnata da una colonna sonora incredibile (il tema principale è già cult), la storia segue le vicende dell'adolescente Jay, colpita da una sorta di "maledizione" trasmessa durante un atto sessuale: dovunque andrà e con chiunque sarà, qualcosa la seguirà. Potrà assumere qualunque aspetto,

una vecchia, un bambino, una persona cara, ma sarà sempre lì ad inseguirla. Silenzioso, lento, inarrestabile. Non può essere sconfitto, solo trasmesso a qualcun altro. Assistendo alla proiezione di "It Follows", non si può fare a meno di provare un senso di assoluta inquietudine, ansia, angoscia. E' uno di quei film che spaventano al momento, ma terrorizzano dopo. La regia è perfetta, sembra di assistere ad un "Halloween" diretto da Malick. La protagonista Maika Monroe (che già avevo puntato in "The Guest") ha la stoffa per diventare la vera erede di Jamie Lee Curtis, anche se confinarla in un unico genere sarebbe un peccato. Nonostante voglia proporsi come semplice horror viscerale, "It Follows" non esclude un sottotesto allegorico profondo e non banale. Contrariamente a quanto si possa credere, non è un film sul sesso o contro il sesso. E' un film sulla morte. Lo stesso regista ha dichiarato (cosa che raramente accade per

pellicole di dubbia interpretazione) che il suo intento, oltre quello riuscitissimo di dirigere un grande film, è stato quello di avviare una discussione sulla mortalità dell'uomo, in particolare su come lo stesso atto di vivere implichi necessariamente quello di morire. Il sesso è parte della crescita di un individuo, dunque parte di quel periodo della vita in cui assumiamo la consapevolezza della morte (ecco spiegato il profondo legame tra i due concetti che il film tenta di analizzare). Jay alla fine sembra essere riuscita a controllare questa forza inarrestabile (che è la morte che avanza), ad accantonarla temporaneamente grazie all'amore, vera forza vitale che ci permette di scacciare il pensiero della

morte. Su questo piano si spiega anche la trasmissione della "maledizione" per via sessuale: il sesso è l'atto vitale per eccellenza. Il concetto qui viene ampliato fino a diventare vera e propria presa di coscienza della vita e contemporaneamente della morte, un



rito di passaggio fondamentale che ci allontana dall'infanzia e ci conduce dritti verso la maturità. In altre parole, "It Follows" è un originalissimo e pauroso racconto di formazione. Insieme a "The Babadook", costituiscono i veri pilastri dell'horror del nuovo millennio: sono lo "Shining" e l'"Halloween" moderni. Per quanto "It Follows" sia leggermente inferiore al capolavoro di Jennifer Kent, di certo sarà quello che verrà più ricordato. Per concludere, colgo l'occasione per lanciare due appelli (consiglio che non saranno mai accolti). In primis chiedo al pubblico medio di smetterla di considerare l'horror un genere "inferiore" o di serie B, dimostrate solo scarsa cultura cinematografica nonché scarsa intelligenza. Secondo, chiedo ai produttori italiani di tornare ad investire sul cinema d'orrore (anni fa eravamo tra i primi al mondo), piuttosto che

sulle solite commedie inutili (che tristemente battono cassa) o sui quei drammi artificialmente intellettualoidi che tanto ci danno l'illusione di essere tornati all'epoca di Fellini e De Sica. Non è così. Magari però ai tempi di Argento possiamo tornare... forse non con lo stesso Argento, ma quel passato credo sia decisamente recuperabile. Non serve un grande budget, serve coraggio nella produzione, originalità nell'idea e talento in tutto il resto. Io sono ancora qui che spero in un nuovo Cinema Italiano: ho fiducia nel futuro ma il presente non mi entusiasma affatto. **IN CONCLUSIONE:** insieme a "The Babadook" è il miglior horror degli ultimi 30 anni. Una profonda discussione sulla vita, il sesso e la morte, magnificamente diretto e terribilmente angosciante. Voto 8/10

Gianluca Rinaldi

Spettacolare crescita della coltivazione di piante aromatiche sulle Isole



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9159

Negli ultimi anni si è sviluppata una coltura da esportazione, quella delle piante aromatiche, che non cessa di crescere, come anche il resto del sottosettore agricolo destinato all'export.

La produzione nell'arcipelago negli ultimi cinque anni è aumentata da 5 a 40 ettari, e si prevede di raggiungere i 70 nei prossimi

anni. Il valore della produzione è aumentato da circa 300.000 all'anno nel 2008/09 a 3,5 milioni di euro all'anno (700.000 chili) nella campagna 2013/14, con una previsione di 5.000.000 di euro per la stagione 2015/16, secondo gli imprenditori del settore. La ragione per l'introduzione della coltivazione di piante aromatiche nelle Canarie è stato il clima privilegiato ideale per la produzione, in quanto le sue esigenze climatiche non erano soddisfatte nella penisola tra i

mesi di novembre ad aprile, quando in Europa non vi è produzione. Le principali erbe aromatiche coltivate attualmente nelle isole, e con una significativa crescita nella sua superficie e dell'esportazione sono: basilico, timo, erba cipollina, rosmarino, salvia, menta, aneto e prezzemolo e, in misura inferiore, anche altre specie, come dragoncello, origano, alloro o melissa.

Allo stato attuale, questa produzione è esportata principalmente per via aerea a Regno Unito, Italia, Germania, Olanda, Svizzera, Russia e anche nella penisola spagnola, e da quest'ultima è ri-esportata in Francia, Belgio e gli altri paesi europei. Tuttavia, dal 2014, visto l'incremento della produzione e grazie alla possibilità di effettuare il trasporto insieme ai pomodori, sono iniziate le prime spedizioni via mare verso destinazioni che coprono anche questo sottosettore, come il Regno Unito o la Germania. Le destinazioni finali in Europa sono le principali catene di supermercati come El Corte Inglés, Hipercor, Alcampo, Makro, Eroski, Caprabo, Ahorramas, Dinosol; nel Regno Unito, Tesco, Asda, Marks Spencer, Sainsbury, Morrisons, Waitrose e, in Svizzera, Migros e Coop.

Quasi tutti i centri di produzione hanno le certificazioni di qualità "Global Gap", "Leaf", "Natu-



re Choice" e "Field to Fork", che garantiscono una produzione di qualità, definendo le buone pratiche agricole e il rispetto ambientale richiesto nella realizzazione di questi sistemi di qualità internazionali. Oggi, nelle Isole Canarie ci sono oltre 250 persone impiegate direttamente e circa un centinaio in forma indiretta, con previsioni di aumentare questi numeri nei prossimi anni.

Nonostante i vantaggi climatici delle Isole Canarie, per effettuare una produzione continua e di alta qualità, va anche segnalato lo svantaggio della distanza geografica. La creazione di un'esportazione agricola nelle isole Canarie sarebbe antieconomica se non ci fosse la compensazione per il trasporto

marittimo e aereo delle merci dalle Isole Canarie verso la Spagna continentale e gli altri paesi dell'UE regolati dal Regio Decreto 170/2009, che istituisce un sistema che permette di ridurre il costo effettivo del trasporto. Questo strumento di compensazione è stato determinante per l'espansione della produzione nelle isole Canarie. Senza di esso, le imprese non sarebbero sufficientemente redditizie per giustificare l'espansione verificatasi negli ultimi anni, né giustificate per continuare a crescere in futuro, e al contrario, senza indennizzo, il commercio estero di questa coltura si ridurrebbe a favore di altre aree geografiche dove già ci sono centri di produzione come il Marocco.

Giorgio Tonazzi



Un libro che fa bene al cuore e riconcilia con la vita
www.amazon.it/Arriveranno-farfalle-Manuela-Chiarottino-ebook/dp/B00L1FZK62

Un libro que calienta el corazon y reconcilia con la vida
www.casadellibro.com/ebook-llegaran-las-mariposas-ebook/9788891155634/2386392

OCCASIONE
Privato cede attività di parrucchiere con cabine per estetica, sito in Los Cristianos, zona residenziale, ottima clientela, si cede per trasferimento all'estero.
Astenersi immobiliari. Tel: 642854676

Impara lo spagnolo con noi!

Sappiamo che il tuo tempo è prezioso!
Iscriviti ai nostri corsi intensivi solo per gli italiani
1 settimana livello A1 - 2 settimane livello A2



Avenida de Colón 5
 Centro Comercial Aguamarina local 15
 Puerto Colón, Costa Adeje
 Tel. 922-702-165 y 618-871-510

info@escueladeidiomastenerife.com
www.escueladeidiomastenerife.com



DESILENA
ESCUELA DE ESPAÑOL PARA EXTRANJEROS

Dai Tajinastes alla palma, le piante delle Canarie che "invadono" il pianeta

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9157

Si parla molto del problema posto da piante introdotte nelle isole Canarie, come i cactus, la "coda di gatto" e il velenoso ricino, e che in alcuni luoghi sono considerate un "vero flagello", ma di contro ci sono anche le piante endemiche delle Isole che per vari motivi sono state esportate in tutto il pianeta.

Tajinastes e Verodes, margherite e sempreverdi, fino al più grande simbolo vegetale dell'arcipelago, la palma, e alla fine più di 30 piante endemiche delle Canarie si sono diffuse in tutto il pianeta e crescono spontaneamente in luoghi come



Argyranthemum frutescens

la zona cilena della strada Panamericana e la costa della California.

Sono principalmente piante ornamentali e da foraggio diffuse in tutto il mondo, dall'Australia e

dalla Nuova Zelanda agli Stati Uniti, il Sudafrica e diversi paesi europei. In termini di piante ornamentali, sono le specie più pregiate nel giardinaggio e hanno variato nel corso del tempo. Fra queste, la margherita bianca (Argyranthemum frutescens), specie rustica e forte presente in tutte le isole eccetto Fuerteventura.

Questa margherita si trova ovunque, dalla parte cilena della Panamericana fino a Giappone, Stati Uniti, Australia e Nuova Zelanda. Altre piante presenti in tutto il mondo, e che sorprendono per la grande infiorescenza, sono le specie di Tajinaste canario dai fiori rossi del Teide, quello dai fiori blu di La Palma, che è molto "aggressivo" nelle aree più calde del sud-est dell'Inghilterra, e quello



Kleinia neriifolia

dai fiori bianchi di Anaga, ormai un flagello in alcune zone del Sud Africa. Anche i verode (Kleinia neriifolia) o le crassulacee del genere Aeonium sono molto diffuse in tutto il mondo e particolarmente

in Nuova Zelanda e nella California, dove esistono diverse specie selvatiche da San Francisco a San Diego. La periferia di Los Angeles è piena di verodes, e in California abbondano le sempreverdi arbustive, tra cui un tipo esclusivo di Masca che, nel suo habitat originale, un burrone basaltico, non arriva

a 200 esemplari in meno di 2 chilometri quadrati. Questa pianta ha raggiunto la diffusione di una pianta infestante nelle zone costiere della California, in aree di vecchie dune di sabbia consolidate come quelle di Santa Mónica o Laguna Beach, il che dimostra la sua capacità di adattamento. Oltre ai viaggiatori che trasportano nei loro paesi piante proprie delle isole, una persona che aveva inviato

molti semi canari all'estero è stato il Dr. Jorge (George) Pérez Ventoso, figlio del medico Víctor Pérez, che ha curato molti stranieri a Puerto de la Cruz. Nei primi decenni del XX secolo, Jorge Pérez inviò semi di piante canarie in Gran Bretagna, Stati Uniti e Australia, dato il suo grande rapporto con la colonia britannica nell'arcipelago. Già in precedenza il padre, il medico Víctor Pérez, aveva inviato campioni di un'eccellente pianta da foraggio, il tagasaste di La Palma (Chamaecytisus palmensis) in Inghilterra e poi in Australia, dove attualmente occupa

una superficie di oltre centomila ettari di coltivazioni, un'area più grande delle isole di La Palma e El Hierro messe assieme. Il Tagasaste è anche "fuggito" dalle sue aree di coltura australiana e ha occupato altre zone, quindi è decisamente una pianta aggressiva. Ma la più invasiva di tutte,



Chamaecytisus palmensis

perché cresce ovunque e si identifica in tutte le lingue con il termine "canario" è il simbolo vegetale più importante dell'arcipelago, la palma canaria (Phoenix canariensis), che si trova in tutti gli elenchi delle piante pericolose, soprattutto per la tossicità delle sue spine.

Franco Leonardi



Phoenix canariensis

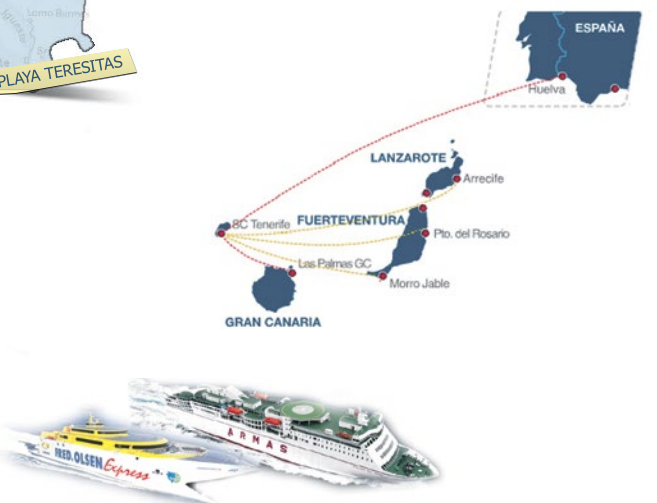
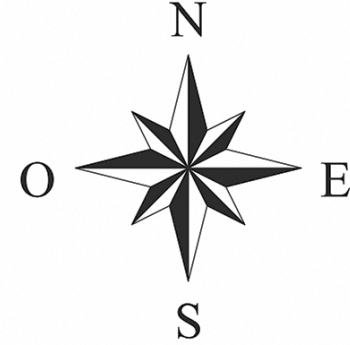
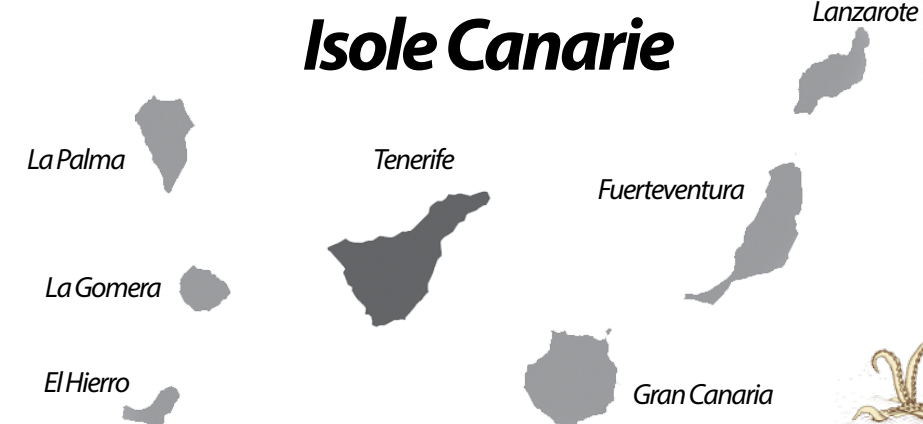
**DEPURATORI D'ACQUA E FRIGOGASATORI
PER LA CASA - UFFICIO RISTORAZIONE - HOTEL
VENDITA E NOLEGGIO**

**PRODUZIONE
PROPRIA
FRIGERIA
(ITALIA)**



**C/ Cancajos Edif. Tigaiga 1 - Parque de la Reina
Tel. 922739897**

**info@aguaybienestar.es
www.frigeria.com**



Los Gigantes
Lasciatevi incantare dai colori e dalle caratteristiche variegata di queste scogliere sovrastanti l'oceano davvero mozzafiato, dalle quali questa località prende il nome: "I Giganti". Dal porto partono quotidianamente le escursioni con visite alle balene e delfini.

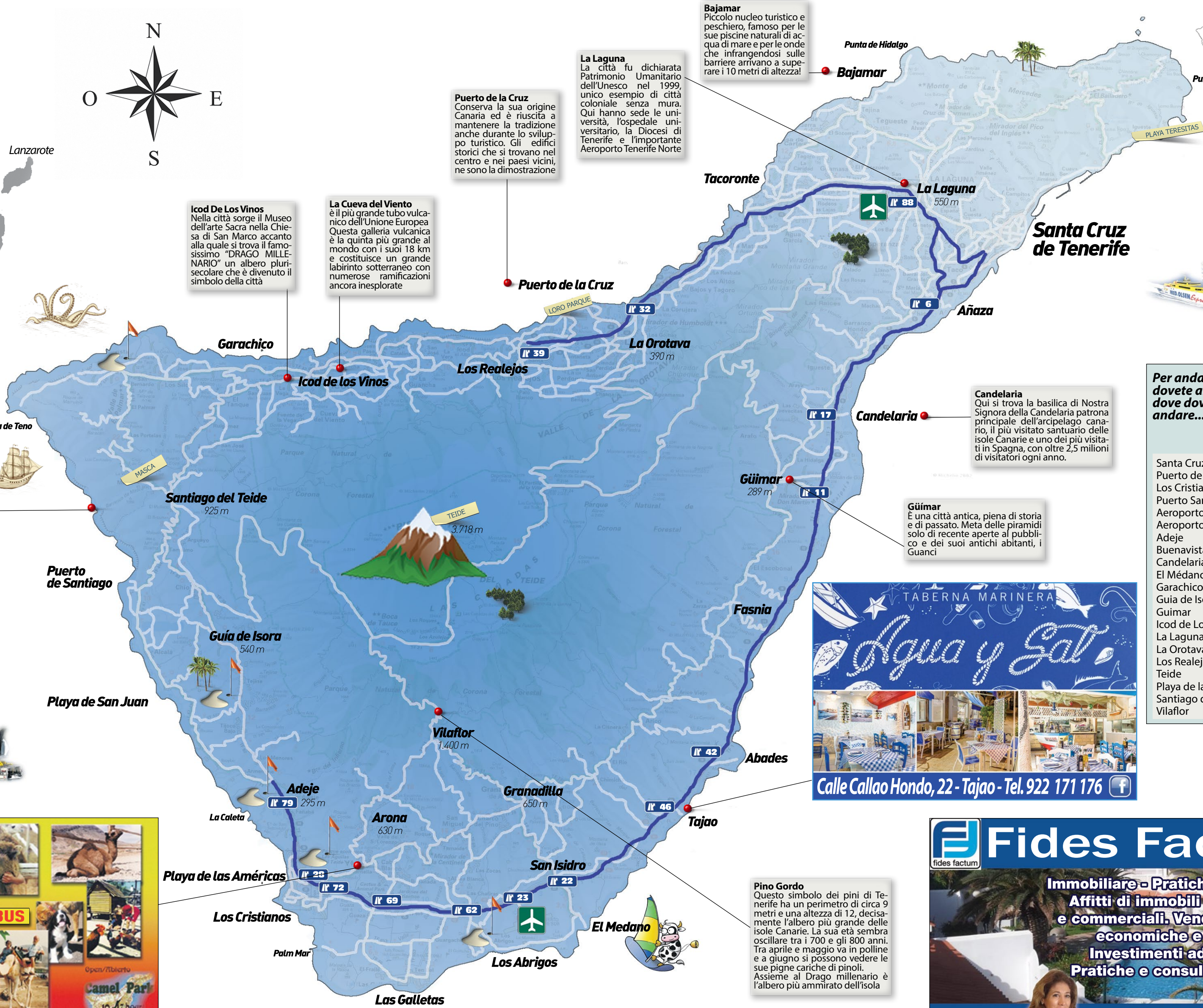


Camel Park
CAMEL RIDES PASEOS
TEL. 922 72 11 21

OPEN 10-17 h

FREE BUS

www.camelpark.es



Bajamar
Piccolo nucleo turistico e peschiero, famoso per le sue piscine naturali di acqua di mare e per le onde che infrangendosi sulle barriere arrivano a superare i 10 metri di altezza!

La Laguna
La città fu dichiarata Patrimonio Umanitario dell'Unesco nel 1999, unico esempio di città coloniale senza mura. Qui hanno sede le università, l'ospedale universitario, la Diocesi di Tenerife e l'importante Aeroporto Tenerife Norte

Puerto de la Cruz
Conserva la sua origine Canaria ed è riuscita a mantenere la tradizione anche durante lo sviluppo turistico. Gli edifici storici che si trovano nel centro e nei paesi vicini, ne sono la dimostrazione

Icod De Los Vinos
Nella città sorge il Museo dell'arte Sacra nella Chiesa di San Marco accanto alla quale si trova il famosissimo "DRAGO MILLENNARIO" un albero plurisecolare che è divenuto il simbolo della città

La Cueva del Viento
È il più grande tubo vulcanico dell'Unione Europea. Questa galleria vulcanica è la quinta più grande al mondo con i suoi 18 km e costituisce un grande labirinto sotterraneo con numerose ramificazioni ancora inesplorate

Candelaria
Qui si trova la basilica di Nostra Signora della Candelaria patrona principale dell'arcipelago canario, il più visitato santuario delle isole Canarie e uno dei più visitati in Spagna, con oltre 2,5 milioni di visitatori ogni anno.

Güímar
È una città antica, piena di storia e di passato. Meta delle piramidi solo di recente aperte al pubblico e dei suoi antichi abitanti, i Guanci

Agua y Sal
TABERNA MARINERA

Calle Callao Hondo, 22 - Tajao - Tel. 922 171 176

Pino Gordo
Questo simbolo dei pini di Tenerife ha un perimetro di circa 9 metri e una altezza di 12, decisamente l'albero più grande delle isole Canarie. La sua età sembra oscillare tra i 700 e gli 800 anni. Tra aprile e maggio va in polline e a giugno si possono vedere le sue pigne cariche di pinoli. Assieme al Drago millenario è l'albero più ammirato dell'isola

Per andare dove dovete andare... dove dovete andare...?

	Santa Cruz	Puerto de la Cruz	Los Cristianos	Puerto Santiago
Santa Cruz de Tenerife	-	41	77	93
Puerto de la Cruz	41	-	81	53
Los Cristianos	77	81	-	40
Puerto Santiago	93	53	40	-
Aeroporto Tenerife Nord	10	27	88	82
Aeroporto Tenerife Sud	66	111	27	55
Adeje	84	76	11	24
Buenavista del Norte	76	42	74	39
Candelaria	18	59	59	75
El Médano	62	107	23	51
Garachico	70	36	68	33
Guía de Isora	93	56	22	19
Guímar	27	68	56	96
Icod de Los Vinos	60	26	58	30
La Laguna	9	28	87	83
La Orotava	39	9	84	59
Los Realejos	48	10	75	50
Teide	62	50	63	43
Playa de las Américas	75	85	4	29
Santiago del Teide	112	39	39	39
Vilaflor	80	125	41	69

Fides Factum S.L
fides factum

Immobiliare - Pratiche - Consulenze
Affitti di immobili residenziali e commerciali. Vendita proprietà economiche e di lusso.
Investimenti ad alta resa
Pratiche e consulenze varie...

Esther Araico
(parla italiano)

+34 922105267
+34 673438097

sales@ffcanarias.com

Calle Cardon 2,
Ed. Carma, local
13, 38670 Adeje

WWW.LEGGOTENERIFE.COM

La Casa Vacanza come strumento di redistribuzione della ricchezza



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9153

Negli ultimi tempi stiamo assistendo a numeri da record nel settore del turismo. Trimestre dopo trimestre il numero di visitatori stranieri e l'occupazione degli hotel registrano nuovi record.

I politici si gonfiano il petto con questi risultati e ne siamo tutti contenti; Congratulazioni! Ma, in realtà, chi beneficia di questi dati? Il cittadino comune

se ne avvantaggia direttamente? I principali beneficiari sono i grandi tour operator (società estere per le quali i soldi non arrivano né si avvicinano alla Spagna) e le grandi compagnie alberghiere che riempiono i loro posti con fantastiche percentuali di occupazione. Cosa ne pensano di questi dati macroeconomici le cameriere degli alberghi? Le influenzano questi numeri imponenti? La risposta è sì, ma da una prospettiva molto diversa: lunghi giorni, carichi di lavoro insopportabili

che si traducono in condizioni di lavoro pesanti... e "se non vi interessa, la disoccupazione è piena di candidati". Cosa ne pensano di questi dati macroeconomici gli imprenditori della ristorazione? L'all-inclusive degli hotel li ha stroncati. Il turista non lascia l'albergo neppure per una birra, e se esce, rientra, se la beve, e ritorna fuori. In questo scenario troviamo un altro attore. I proprietari di case vacanza. Pensate ad un piccolo proprietario, che dopo una vita di duro lavoro ha un secondo immobile

e voglia guadagnare affittandolo per brevi periodi di tempo (di solito settimane) ai turisti che si rivolgono dall'estero tramite Internet. Questa modalità è molto più conveniente rispetto al tradizionale affitto a lungo termine. Oggi, questo piccolo proprietario è perseguito e multato dalle Comunità autonome (alcune hanno finalmente regolamentato) come se trarre guadagni dal turismo fosse un reato.

La casa vacanza è un'occasione eccezionale per redistribuire la ricchezza del turismo. La casa vacanza offre ai piccoli proprietari l'opportunità di beneficiare direttamente dal turismo, perché oggi internet permette al turista di contattare il proprietario senza intermediari. La casa vacanza fa sì che il turismo non sia solo patrimonio di grandi imprese e grandi alberghi, ma che i comuni cittadini possano



beneficiarne direttamente. Nelle Isole Canarie (esistono anche organizzazioni simili anche nel resto del paese) è emersa Asociación Canaria del Alquiler Vacacional, ASCAV, che si batte senza sosta per raggiungere questo obiettivo: rendere il turismo patrimonio di tutti. Qualcuno ha intenzione di accontentarsi di meno? www.ascav.es

Ilaria Romani

(NDR Attualmente l'affitto di case private ai turisti è a rischio di pesantissime sanzioni, da 60 a 300.000 euro!)

Arona: serve il Piano Regolatore!

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9155

Il prossimo Consiglio Comunale di Arona ha la responsabilità di creare un nuovo Piano Regolatore (PGO) adattato alla legge in vigore.

Tutti i partiti politici erano già d'accordo prima delle elezioni, ma fino a quando quel documento non entrerà in vigore, gli abitanti di Arona restano disciplinati da un Piano risalente a quasi tre decenni fa, quando i residenti erano 20.000, mentre oggi sono oltre 80.000. La prima conclusione è che una parte significativa di abitazioni nella città possono essere fuori regola. La seconda è che non si possono costruire edifici fino a quando ci sarà una nuova pianificazione, perché non esiste

una normativa che possa regolarizzare le licenze. La mancanza del Plan General de Ordenación (PGO) significa anche che Arona si trovi nell'impossibilità d'intraprendere l'esecuzione di opere di edilizia pubblica in materia di istruzione, salute, sport e strutture pubbliche amministrative. Quelli che hanno ottenuto delle licenze urbanistiche per la costruzione e altri permessi, inclusi nella pianificazione ora annullata, possono ora esigere un indennizzo, per non essere in grado di sviluppare quanto autorizzato. Alcuni già si stanno impegnando in questo senso, e questo aspetto potrebbe generare un notevole esborso di denaro per le casse comunali. Inoltre, dopo questa decisione della Corte Suprema, sarà impossibile attuare il piano di ammodernamento, miglioramento e per la laumento della

competitività del centro turistico di Arona approvato dal Governo delle Canarie, che prevedeva la nuova costruzione di tre alberghi e la ristrutturazione di altre sei strutture alberghiere. Una delle nuove strutture si trova a Los Llanos de Troya, una seconda sarebbe situata in El Rincón de Los Cristianos e la terza nel piano parziale El Mojón. Il Piano Regolatore appena annullato dalla Corte Suprema risale al 1997, e ciò implica che il terzo comune dell'isola per popolazione e, fino a poco tempo fa, considerato il più grande dell'arcipelago per il turismo, debba reggersi, per quanto riguarda la pianificazione, su un programma del 1987. Tra decisioni sbagliate e controverse, si avvicinano eventuali richieste di risarcimento a seguito di convenzioni urbanistiche già sottoscritte nel quadro del piano generale. Un'altra brutta piega per il comune. Peccato.

Giorgio Tonazzi



Cucina italiana, spagnola ed internazionale, tutto preparato dalle amorevoli mani del nostro esperto chef Giuseppe. Al Zazzamita mangiate come a casa, con la certezza che ogni prodotto è assolutamente fresco e di ottime qualità. Zazzamita Ristobar è anche ottimi cocktail in un incantevole terrazza sul mare. Gustare per credere.



C.C San Telmo
Local 11/D
Paseo Las Vistas
Los Cristianos

BIO Planeta
ECOBar • BIOPLANETA • ALCALÁ

ECOBar BIOPlaneta
... una filosofía de vida

Desayunos Bio
Winebar & Cocktails
Café Bio
Té/Infusiones Bio
Comida / Branch Bio
Tapas Bio

Calle La Plaza Nº 15. Alcalá - Guía de Isora.
info@bioplanetagroup.com
www.bioplanetagroup.com

La Candelaria s'impegna per ridurre l'attesa



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9144

Gli ospedali di riferimento sull'isola di Tenerife hanno optato per politiche completamente opposte al momento di pianificare l'estate imminente.

Quindi, anche se da parte del Ministero della Salute del Governo delle Canarie insistono sul fatto che la situazione sarà simile a quella degli ultimi anni, i professionisti e i sindacati hanno confermato che, mentre presso l'Ospedale Universitario delle Isole Canarie (HUC) inizieranno lavori di manutenzione che costringeranno al blocco provvisorio delle camere in quattro piani, nell'ospedale di La Candelaria (HUNSC) si sta esaminando la possibilità che per la prima volta dopo tanto tempo non si chiuda nessuna unità

nei prossimi mesi. In realtà, la Direzione dell'Ospedale della Candelaria si è posta come priorità di ridurre la lista d'attesa chirurgica nel periodo compreso tra giugno e ottobre, motivo per cui si intensificherà l'attività pomeridiana e serale in otto sale operatorie. Si sta preparando il personale infermieristico e si sta organizzando l'assunzione di medici per aumentare l'attività e ridurre così le attese.

Si contempla solo la possibilità di chiudere quattro unità di ricovero nei mesi di luglio e agosto se si vedrà un calo significativo delle presenze, pur mantenendo l'attività nelle sale operatorie. I professionisti, però, stanno spingendo per evitare che si possano arrivare a chiudere le unità, perché considerano che se si vedesse aumentare il carico di lavoro, è più complesso il riavvio dell'attività in un'unità

chiusa, con conseguenti danni per gli utenti e per il personale, che deve far fronte ai cambiamenti nei gruppi di lavoro, dei turni, delle guardie, e così via. Nel caso dell'Ospedale Universitario de Canarias, la gestione ha chiarito che non ci sarà nessuna chiusura di posti letto, perché le risorse sono sempre disponibili. In estate, l'organizzazione dei posti letto permette, in qualsiasi momento e con effetto immediato, l'aumento delle risorse, quando necessario. In questa stagione si effettua tradizionalmente una ristrutturazione dei servizi, riorganizzando le risorse, adeguando il numero di posti letto per i bisogni sanitari di ogni momento che, nel caso dell'estate, coincide con il calo dell'afflusso al pronto soccorso, la minor necessità di ricoveri ospedalieri e la pianificazione delle vacanze a cui ha diritto il personale degli ospedali, parametri su cui si studia la riorganizzazione di tutte le risorse. Questo viene fatto puntando sulla sostenibilità del sistema, garantendo comunque la qualità delle cure per tutti i pazienti.

Franco Leonardi

Tre milioni di euro per illuminare l'autostrada del Sud

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9150

Per venire incontro a una delle principali richieste degli utenti, il Cabildo di Tenerife ha già preventivato il costo dell'illuminazione nelle tratte più importanti dell'autostrada del Sur (TF-1), al fine di migliorare la sicurezza degli utenti durante la notte.

L'illuminazione in tutti i collegamenti, da Santa Cruz a Adeje, costerà più di tre milioni di euro. L'idea è di illuminare anzitutto tutti gli svincoli della TF-1, dalla capitale a Torviscas, in

modo che sull'intero percorso siano ben visibili le intersezioni, e non come è accaduto finora, che è solo illuminato il percorso tra Santa Cruz e Arafo.

Fra l'altro proprio questo tragitto ha anche avuto problemi dovendo sopportare diversi furti di cavo di rame. La sostituzione dell'illuminazione tra Santa Cruz e Arafo è preventivata in quasi 470.000 €, siccome parte del materiale è già installato.

A ciò si aggiunge una partita di 2.479.000 € per l'illuminazione dei 18 collegamenti tra Torviscas e Punta Prieta, che porta a una spesa complessiva intorno ai tre milioni.

dalla Redazione



FOTOGRAFIA.OMG

MSC crociere abbandona le Canarie per Cuba



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9146

La società italo-svizzera MSC Crociere ha deciso di annullare i 15 scali che aveva in programma per il porto della capitale di Tenerife per sfruttare la riapertura economica di Cuba.

Secondo fonti dell'Autorità Portuale di Santa Cruz de Tenerife, la compagnia non solo ha sospeso le quattro fermate che aveva intenzione di fare nel corso di quest'anno, ma ha anche annullato le 11 già programmate per il 2016. L'amministratore delegato della società

ha annunciato che la nave MSC Opera farà base all'Avana per la stagione invernale 2015-2016, una decisione che determina la sospensione degli scali concordati alle Canarie, Madeira e Marocco. Così, MSC Opera, una nave recentemente ristrutturata che dispone di una capacità di trasporto di 2.120 passeggeri, partirà in dicembre da Genova e attraverserà l'Oceano Atlantico per andare al porto cubano.

Ovviamente va tenuto conto delle otto cancellazioni per il porto di Santa Cruz de La Palma. Tenerife non è l'unica provincia danneggiata dalla sospensione di questi scali, ma la compagnia di navigazione ha anche annul-

lato i 15 scali progettati per la prossima stagione nella capitale di Gran Canaria. Va detto che però la MSC Armonia, una nave costruita nel 2004 che trasporta circa 2.679 passeggeri più 721 uomini di equipaggio, continuerà a collegare le isole con altre destinazioni, proseguendo le due rotte tra le isole Canarie il Marocco e Madeira. Il primo di questi itinerari partirà dal porto di Santa Cruz il 16 dicembre per andare al Puerto de La Luz (Las Palmas de Gran Canaria) e dirigersi verso Casablanca (Marocco). Una volta lì, la nave farà tappa ad Agadir per poi tornare a Santa Cruz facendo una sosta nel porto di Arrecife (Lanzarote). La settimana successiva, dopo essersi rifornita, la MSC Armonia ripartirà il 23 dicembre dalla capitale di Tenerife per Las Palmas de Gran Canaria, per poi dirigersi verso Puerto del Rosario. Dopo questo scalo, la nave si dirigerà verso Funchal (Madeira) e tornerà alle isole Canarie facendo un'ulteriore sosta a Santa Cruz de La Palma.

Giorgio Tonazzi

Molti ladri e poche guardie



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9148

Dopo qualche critica per ritardi negli interventi, la Guardia Civil protesta lamentando la scarsità di personale nel sud di Tenerife, proprio dove ci sono sempre più problemi.

Uno degli esempi più plateali di tale situazione si verifica quando una pattuglia del comando di Guia de Isora, che si trova nella località balneare di Playa San Juan, deve coprire non soltanto il suo territorio, ma anche il vicino comune di Adeje. Mancano agenti anche al comando di Playa de las Américas, che s'incarica del comune di Arona, e in quello di Granadilla de Abona, che copre Granadilla e San Miguel. Durante i mesi

estivi, dal continente vengono smistati a Tenerife diversi agenti per soddisfare la crescente domanda di servizio che si verifica, e saranno assegnati in via provvisoria al sud dell'isola, invece che al Nord o all'area metropolitana. Purtroppo, nonostante tali aggiunte temporanee, il numero del personale, a detta di fonti interne, "continuerà ad essere insufficiente". I comuni tra Candelaria e Santiago del Teide, di competenza della Guardia Civil (ad eccezione della zona turistica di Arona e Adeje), hanno i valori più alti di criminalità, e proprio in questi punti caldi risulta evidente l'attuale mancanza di personale. Il comando di Playa de las Américas conta 66 uomini della Guardia Civil per coprire una popolazione registrata di 56.326 persone.

Un agente ogni 853 cittadini, senza contare la marea di turisti e residenti temporanei del comune di Arona. Alla fine, a pattugliare le strade dei 13 borghi di Arona sono disponibili solo 25 poliziotti...

dalla Redazione

WWW.LEGGOTENERIFE.COM

Per essere felici (non) fate come me

Tempo di lettura: 11 min.



La vita degli altri è sempre più bella

Per essere felici è necessario innanzitutto definire quale sia il reale significato, non solo per noi, ma in generale. Ognuno ha il proprio concetto di **felicità**, c'è chi ritiene che avere soldi sia il traguardo, chi invece vuole diventare famoso, oppure vivere libero, senza lavorare, girando il mondo o ancora chi vorrebbe solo trovare l'amore della sua vita. Il problema, in questo caso, è che la maggior parte di noi definisce il proprio concetto di felicità prendendo come esempio la vita di qualcun altro e cercando di imitarla. Non ci credete? Allora provate solo per un secondo ad immaginare cosa vi renderebbe veramente felici, davvero felici intendo, provate a visualizzare nella vostra mente quel qualcosa che se si realizzasse rappresenterebbe per voi il traguardo ultimo, oltre al quale non vi interesserebbe andare. Fatto? Benissimo, l'avete mai sperimentato? Voglio dire, la cosa che avete immaginato, l'avete mai veramente provata sulla vostra pelle? Certo che no, e allora come possiamo dire che ci renderebbe veramente felici? Il concetto base è questo: come facciamo a dire che ciò che immaginiamo sarà esattamente come lo immaginiamo, oppure che la vita di quella persona è esattamente come crediamo che sia. Un personaggio famoso, un ricco imprenditore, perfino un blogger

surfista che vive senza lavorare, raccontano la loro vita attraverso canali che non sono completamente verificabili, e anche se lo fossero, nessuno si prenderebbe la briga di approfondire. Ignoriamo che **è molto facile dare agli altri un'idea di successo**, pensiamo per esempio alle star, che vediamo sempre felici e sorridenti e poi ritroviamo cadavere in una camera d'albergo; spesso sono totalmente infelici, ma ostentano il loro successo per apparire realizzate. D'altro canto anche noi, ogni giorno, facciamo lo stesso attraverso i social network: mettiamo in vetrina il meglio di noi e nascondiamo gli scheletri, perché vogliamo apparire migliori, felici, ma questo non ci impedisce di fallire con noi stessi.

Non facciamoci affascinare

Attraverso questo semplice ragionamento arriviamo a comprendere che per essere felici è necessario fare una precisa distinzione tra ciò che ci rende felici e ciò che invece crediamo ci renderebbe felici. Oggi sono perfettamente conscio che trascorrere un bel martedì pomeriggio al sole, curando l'orto, mi fa sentire bene. Impastare il pane, aspettare l'alba seduto sulla vetta, correre esplorando antichi sentieri, cuocere le pizze per gli amici più cari, sono pratiche che cerco perché so che mi danno la felicità, ma lo

so solo adesso che l'ho provato. Questi "traguardi" ero ragionevolmente certo che mi avrebbero permesso di essere felice, perché li ho introdotti gradualmente nella mia vita, testandoli in prima persona, invece, per altri, mi sono sbagliato di grosso, e sto scrivendo tutto questo proprio per essere testimone di errori che potenzialmente possono fare tutti. Ad esempio ero sicuro che la **popolarità** mi avrebbe reso felice, l'ho sempre ricercata, sia come musicista che come scrittore, inizialmente non nego che fosse elettrizzante realizzare che migliaia di persone ogni giorno leggono ciò che scrivi, ma devo ammettere che ci si fa presto l'abitudine (prestissimo) e ciò che rimane sono le responsabilità e i problemi legati al fatto che ciò che dici può influenzare la vita di centinaia di persone, per non parlare delle aspettative, del trovare sempre cose interessanti da dire, dimostrarsi all'altezza, essere coerenti, degli insulti e degli stalker. Anche **vivere in un paradiso tropicale** l'avevo sempre immaginato come l'apoteosi del mio successo personale; quando ho acquistato casa alle Canarie ero piuttosto eccitato dal fatto di poter passare tutto il tempo che desiderassi in un vero paradiso, dove fa sempre caldo, si possono fare moltissimi sport e la vita costa poco, ma poi mi sono reso conto che anche il più bello dei tramonti sul mare diventa presto la routine

quotidiana e che se non lo puoi condividere con le persone a cui vuoi bene, tali bellezze perdono gran parte del loro fascino.

Per essere felici usiamo la testa

Quanto dell'idea che ci siamo fatti di felicità è reale e quanto è una fantasia creata nella nostra testa? Guardiamo la TV e vediamo esempi di felicità apparente, leggiamo libri dove ogni cosa viene enfatizzata per vendere, ascoltiamo racconti che non possiamo verificare. Ciò che accade è che nella nostra testa mitizziamo certi modelli o certi stili di vita, pensiamo solo al bello, vogliamo credere che sia tutto come ce lo raccontano, e impieghiamo tempo ed energie per raggiungere quei traguardi, **per diventare come chi veneriamo**, dimenticandoci di porci la più importante delle domande: Quanto c'è di vero in tutto questo? E soprattutto: l'ago della bilancia di quelle vite, pende di più dalla parte della felicità o da quella dell'infelicità? A queste domande vi è solamente una risposta: No, non lo possiamo sapere! Le vite degli altri, i loro traguardi, i loro stati d'animo, sono sempre molto differenti da come immaginiamo, quindi non ci rimane che diffidare ed agire di conseguenza.

Ecco cosa fare

Ci sono tre passaggi fondamentali da seguire per trovare la felicità, tutti importantissimi e che vanno percorsi in sequenza: Siccome il rischio di sprecare tempo ed energie nel raggiungimento di traguardi che non portano alla felicità è elevato, partiamo dall'azione meno rischiosa, ovvero lasciare la nostra vita così com'è e tentare di **rimuovere quello che non ci permette di essere felici**. Ad esempio, se la mia infelicità deriva dal non avere sufficientemente denaro per vivere in modo agiato, invece di prodigarmi per guadagnare di più, posso agire al contrario e fare in modo di aver bisogno di meno soldi. Il problema sarà comunque risolto. Questi concetti sono molto importanti, perché il rischio è quello di ricercare la felicità attraverso nuovi traguardi, portandosi però dietro vecchi problemi. Siamo inconsciamente spinti a credere che se riusciremo a fare una certa cosa, questa annullerà quell'altro problema, ma non è così. Forse inizialmente lo coprirà, ma il vecchio problema resterà lì, pronto a riemergere appena l'entusiasmo e la novità svaniranno. Chi scappa all'estero per cambiare vita, ad esempio, è convinto di ricominciare tutto daccapo lasciandosi alle spalle i problemi, ma alcuni di questi, soprattutto quelli che dipendono da **come**

Nel prossimo numero:

Trovare e usare Codici Sconto senza rimanere fregati

- Scovare buoni sconto e risparmiare
- Di cosa si tratta
- Il modo più efficace per risparmiare
- A cosa stare attenti
- Altri metodi di sconto

siamo fatti, ci seguiranno in capo al mondo, e scappare non servirà a nulla.

Il primo passo quindi è comprendere che **per essere felici** adesso non abbiamo necessariamente bisogno di ottenere qualcosa, cioè raggiungere un nuovo traguardo o diventare persone diverse, ma rimuovere definitivamente ciò che ci rende infelici. Solo allora potremmo incominciare a parlare di progetti. Facciamo una lista di ciò che non funziona nella nostra vita, seguita da una soluzione precisa, e da oggi stesso (non domani, oggi!) focalizziamoci sulla prima voce e concentriamo i nostri sforzi per riuscire a cancellarla. Rimosso tutto ciò che non ci permetteva di essere felici possiamo finalmente dedicarci ai nuovi traguardi, ma senza buttarsi a capofitto in un progetto che non dà certezze. Se proprio vogliamo tentare una strada rischiosa, almeno facciamolo per gradi e pensiamo anche ad un piano B, qualora le cose si mettano male. Il terzo passo da eseguire per essere felici è comprendere la profonda differenza che esiste tra ciò che ci fa veramente sentire bene e ciò che facciamo per sembrare felici agli occhi degli altri. Non ci basta averlo fatto ed essere stati felici, abbiamo bisogno di raccontarlo per metterci in mostra, dimostrare che la nostra vita non è piatta e insipida come quella degli altri. L'aspetto inquietante è che **più la nostra vita fa schifo più ostentiamo ciò che d'interessante ci accade**, e lo facciamo perché abbiamo bisogno di auto-convincerci che va tutto bene, che siamo felici e migliori degli altri. Questo accade perché essere veramente felici richiede un grande impegno, un cambiamento totale che non abbiamo la forza di affrontare, pertanto scegliamo la strada facile: restare infelici e mettere in vetrina solo il bello della nostra vita.

Francesco

www.smetteredilavorare.it



Sueño
Tenerife
viajes, excursiones e inmobiliaria

www.suenotenerife.es

Spagna (0034) 606419795

Italia 800913410 (chiama gratis)

reservas@suenotenerife.es - Seguici su

Pacchetti famiglia 2+2 incluso volo da € 1850,00

Pacchetti giovani incluso volo da € 550,00

Pacchetti speciale per Arona Summer Festival incluso volo e ticket di ingresso

Pacchetti speciale Madrid e Tenerife, Barcellona e Tenerife, Berlino e Tenerife

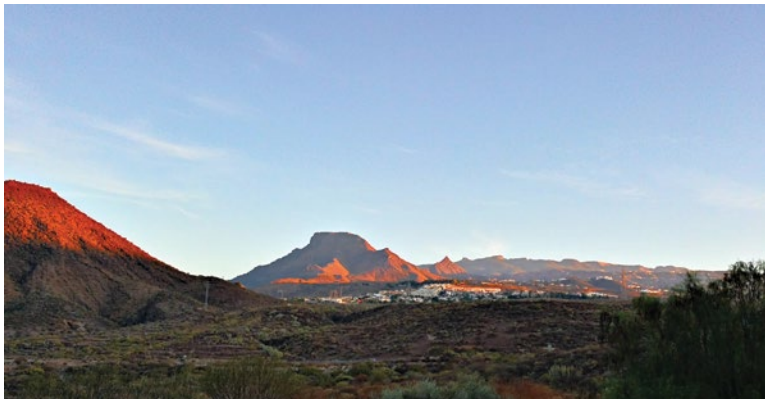
Biglietteria parchi ed escursioni

Noleggio auto e Trasferimenti

Organizzazione party e compleanni



Arona, il turismo è per tutti



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9142

Tempo di lettura: 8 min.

Arona ha progettato 18 percorsi tematici come parte del suo impegno per la diversificazione del turismo nel comune. Per i turisti che visitano la città, un'occasione per scoprire la parte meno conosciuta di Arona, un aiuto per scegliere tra l'offerta che meglio si adatta ai loro gusti e preferenze.

I percorsi sono tra gli altri:

- **Strada delle spiagge e coste di Arona, sulla spiaggia tutto l'anno**
- **Strada della vita notturna! Viva la notte! La notte è metà della vita, e la metà migliore!**
- **Strada del Vino, i Vini di Abona, sole, vento e terra vulcanica**
- **Strada storica di Las Galletas. Una vera città, ma col fascino balneare**

Sono quasi una ventina di percorsi auto-guidati, che possono essere fatti in coppia, in gruppo o da soli, che consentono ai visitatori di accedere alle attività che più li attirano nei diversi momenti, e conoscendone in anticipo tutti i dettagli. Arona diventa il primo Comune in Spagna ad offrire questo servizio gratuito di 18 percorsi tematici autoguidati rivolti a tutti, particolarmente accessibili alle persone con disabilità fisiche uditive e visive, al fine di promuovere e garantire un turismo ricco di risorse. I formati, in più lingue, sono audioguide (per i non vedenti), Guide turistiche per i non udenti e la "classica" guida turistica in formato digitale e su carta.

Oggi il turista è sempre più informato, motivato e interessato a visitare diversi luoghi legati ad un argomento specifico che

lo appassiona: storia, natura, gastronomia e cultura. La promozione di questi percorsi tematici, sia nel settore pubblico che privato di Arona, offre la possibilità di attirare nuovi turisti fidelizzandoli, e diventando, tramite il passaparola, ambasciatori della validità turistica della città.

AUDIOGUIDE

Le audioguide sono in totale 18, e comprendono audio-descrizioni adatte a persone con disabilità visive. Offrono informazioni audio che traducono o spiegano la parte visiva, in modo che anche i non vedenti possano percepire il messaggio come un tutto armonico, e simile per quanto è possibile a una persona che vede. Negli itinerari tematici di Arona non si può garantire la piena autonomia dei ciechi, essendo questi itinerari turistici in spazi aperti, tuttavia lo scopo di questi percorsi è quello di arricchire l'esperienza di persone con disabilità visive, con descrizioni dettagliate e armoniche, che sono state ambientate con musica strumentale, o dotate di suoni di balene e delfini nel caso della rotta dei cetacei, di musica popolare in caso delle feste popolari.

Questi itinerari tematici a loro volta vi invitano a godervela al meglio, provando sensazioni gratificanti: fare i bagni in mare, i bagni di sabbia, prendere il sole, camminare a piedi nudi sulla spiaggia o fare una gita in barca lasciandosi trasportare dalle onde. Questo permetterà di conoscere Arona con tutti i sensi: il tatto, attraverso cui scoprire le sculture sulla costa di Playa de Las Americas e Los Cristianos, il gusto, attraverso il percorso gastronomico o il giro di shopping con lo stile delle Canarie.

LE GUIDE TURISTICHE PER NON-UDENTI

Riescono a garantire l'accessi-

bilità ai sordi, che complessivamente solo in Spagna sono quasi un milione. Le Guide turistiche per non-udenti dei percorsi tematici di Arona consistono in 18 video in cui un interprete della lingua dei segni spagnola fornisce informazioni sui percorsi che si possono fare in Arona, ponendo speciale enfasi sull'importanza delle risorse storiche, culturali e naturali della città e facendo vedere le immagini dei singoli luoghi di interesse turistico. Entrambi, Guide turistiche per non-udenti e audioguide, sono disponibili sul sito web di Arona www.arona.travel e nell'applicazione per il mobile, e si possono scaricare gratuitamente su cellulare, tablet o computer. Questa risorsa tecnologica è portatile, e permette di viaggiare in modo normale e indipendente. Questo approccio innovativo avvicina le persone con disabilità fisiche, uditive e visive alle realtà storiche, naturali e culturali dell'ambiente di Arona.

L'audioguida di Arona e Tenerife è un servizio innovativo promosso dal Patronato del Turismo di Arona che sarà fornito, a costo zero, ai turisti che utilizzano il servizio di taxi per visitare la città e l'isola, e ai clienti delle società di noleggio auto che si trovano nel comune di Arona.

Il progetto prevede che l'utente, affittando una macchina da qualsiasi rent-a-car di Arona, ottenga un CD, in formato mp3 (audio), che descrive 45 attrazioni di Arona e Tenerife: tra questi Los Cristianos, Playa de Las Americas, Las Galletas, Arona centro storico, Parco Nazionale del Teide, Masca, La Orotava, Candelaria, Santa Cruz e La Laguna.

Il cliente può scegliere tra spagnolo, inglese e tedesco, le tre lingue più diffuse fra i turisti che visitano Tenerife.

Il turista, mentre passa attraverso il comune di Arona o per Tenerife con la sua auto a noleggio, può scegliere il brano che desidera ascoltare, in linea con il paesaggio o il luogo dove si trova: una voce fuori campo descriverà gli aspetti più interessanti del luogo dove ci si trova, con un leggero sottofondo musicale. I turisti che preferiscono utilizzare il servizio taxi per conoscere Arona e l'isola di Tenerife, diranno al conducente il viaggio da fare e, sulla base di questo, il driver fornirà, nella lingua scelta, l'audio dei luoghi d'interesse turistico.

www.seascuba.es

SEASCUBA · PLAYA DE LA ARENA
DIVING AND SNORKELING EVERY DAY

- Try dives · Padi courses
Snorkeling · Diving
- Bautizos · Cursos de Padi
Buceo a tuba · Buceo
- Schnuppertauchen · Padi tauchkurse
Schnorcheln · Tauchen
- Battesimo dell' acqua · Corsi subaquei padi
Snorkeling · Immersioni da riva
- Baptême de plongée · Cours de plongée padi
Plongée masque et tuba · Immersion de plongée

**Avda. Marítima, 31
Playa de la Arena**

www.diving-in-tenerife.com
922862271 / 634256296

Si tratta di diffondere i valori culturali e naturali sia del Comune di Arona che dell'isola di Tenerife in generale, fra i turisti che decidono di prendere un taxi o noleggiare un'auto per visitarla e conoscerla. Queste audioguide di Arona e Tenerife, a loro volta, sono state adattate a persone con disabilità visive e forniscono adeguate informazioni audio che traducono o spiegano la parte visiva dei luoghi d'interesse turistico, in modo che la persona non vedente possa percepire il messaggio come un

insieme armonioso e più simile a come lo percepisce una persona che vede. Con questa audio guida, il Patronato de Turismo de Arona cerca di favorire una migliore comprensione di Arona e Tenerife integrando le opzioni di intrattenimento, pubbliche e private, disponibili sull'isola. D'altra parte, l'audioguida promuove il consumo dei prodotti locali, e offre una serie di consigli utili perché gli utenti delle vetture a noleggio collaborino nel preservare la città e l'isola.

dalla Redazione


Idee per esplorare l'isola
www.CiaoTenerife.it



facebook
Ciao Tenerife

Quanto è bello andare in montagna da soli



 Tempo di lettura: 7 min.

Qualche giorno fa, durante una delle mie innumerevoli uscite in solitaria, pensavo a quanto è bello andare in montagna da soli. In montagna da solo ci vado alcune volte per necessità, e altre volte per scelta.

Non che non mi piaccia la compagnia anzi, ma da solo è un'altra cosa, una cosa diversa che a me piace tanto e a cui non riuscirei molto facilmente a rinunciare. Mi capita di andare in montagna da solo a piedi, con gli sci, in bicicletta, con il bello e con il cattivo tempo. Spesso per poche ore, a volte per un giorno o anche più. Quando ho bisogno di stare solo con me stesso e devo prendere qualche decisione importante, o ancora quando mi sento stressato tro-

vo assai utile passare una notte da solo, sperduto in qualche angolo delle mie montagne. Durante le uscite solitarie ci si sente padroni del proprio tempo e di come impiegarlo, si dialoga solo con se stessi e ogni sensazione viene amplificata al massimo. Il silenzio a volte è talmente forte che fa quasi rumore. Può dar fastidio il silenzio se non ci si è abituati, soprattutto le prime volte. Per molti la solitudine significa angoscia, per me non è così: sono momenti preziosi, occasioni per guardarmi dentro o almeno di tentare di farlo. Personalmente l'angoscia la vivo invece quando mi trovo in mezzo a tanta gente e non riesco a comunicare e ad essere apprezzato per quello che realmente sono. Pensavo a tutte quelle volte che mi è successo di parlare con qualcuno di questo mio modo di vivere la montagna. Quasi sempre ho avuto l'impressione che mi prendessero per pazzo o per incosciente. Le obiezioni sempre le stesse: e se ti succede qualcosa? Se ti fai male? E se è inverno e resti sotto una valanga, come fanno a trovarti? Alla fine quasi tutti concordano nell'affermare che

in montagna non si va mai da soli. Ma a dirla tutta io non mi sento proprio così incosciente, come non mi sento poi così sicuro quando sono con qualcun altro, e ancora meno se c'è un sacco di gente sopra la mia testa.

Anche essere in compagnia non è sempre sinonimo di sicurezza! E' solo una carta in più che puoi giocarti nell'ultima mano della partita sempre che quelli che sono con te la sappiano usare... Anche la corda, da sempre nell'immaginario della gente sinonimo di sicurezza, può diventare un'arma a doppio taglio se non usata nel modo giusto. Ne sono esempio le numerose tragedie che si verificano periodicamente in alpinismo che coinvolgono cordate "in conserva". Con questo tipo di progressione, che normalmente viene usata su terreno facile o su ghiacciaio, due o più persone sono legate tra loro, spesso però senza nessun ancoraggio fisso al terreno. Molti, soprattutto se principianti, si sentono sicuri solo per il fatto di essere legati a qualcun altro. Da soli o in compagnia, la conoscenza è pur sempre il migliore strumento per l'identificazione dei pericoli e questo per ogni attività outdoor legata alla montagna. E' questo quello che mi girava per la testa quel venerdì mattina.

Personalmente, quando sono in montagna da solo, mi sento molto più attento, osservo molto di più, ho forse più paura e rispetto di quello che mi sta attorno e, se ho qualche dubbio, è molto più facile che torni indietro sui miei passi. Sono solo io che decido cosa è meglio fare o non fare per non farmi male. Questo vale per qualsiasi cosa stia facendo: un



sentiero a piedi, una facile via normale, o ancora un sentiero di montagna in sella alla mia MTB.

Eppure anche i giornali e la televisione lo ribadiscono spesso: non si va in montagna da soli!

Proprio per questo oggi voglio approfondire questo tema e, andando un po' controcorrente voglio spezzare una lancia a favore di quelli come me a cui piace andare in montagna da soli con uno specifico riferimento alla sicurezza. I contro sono evidenti e conosciuti da tutti, ma ci sono anche dei pro, vediamoli.

I vantaggi di andare in montagna da soli

- Le decisioni vengono prese molto più velocemente. Il tempo che passa dalla decisione all'azione in molte situazioni può essere determinante. Ho notato che quando si è con altre persone, soprattutto se il gruppo è numeroso, anche di fronte ad una semplice decisione si è più lenti e vi è una certa difficoltà a mettere d'accordo tutti.

- Quando si è da soli si ha normalmente una più alta percezione del rischio. Anche durante una semplice passeggiata il livello di attenzione è normalmente più alto. In gruppo è molto più facile che il singolo componente si senta più sicuro e abbassi la guardia oppure ancora che si prenda dei rischi che da solo

non si prenderebbe.

- Ad andare in montagna da soli, affrontandola sempre con gradualità, con il passare del tempo si diventa responsabili delle proprie scelte e si acquista fiducia in se stessi.

- Più forte è il contatto che instauriamo con la natura, non ci sono distrazioni al di fuori di quello che ci sta attorno. La solitudine acutizza la sensibilità ed amplifica le emozioni.

Con questo non voglio spronare la gente ad andare in montagna da sola, e nemmeno dire che è meglio o peggio rispetto ad andarci in compagnia. E' solo uno dei tanti modi di vivere la propria passione, bisogna prima di tutto provare, prima di giudicare, cominciando, perché no, anche da una breve passeggiata. Poi magari succederà che, per scacciare la noia della solitudine, saremo ben contenti quando torneremo in montagna in compagnia. E voi cosa ne pensate? Andate mai in montagna da soli? Sono riuscito ad incuriosirvi?

Fabrizio Vago

www.ilmountainrider.com

(NdR e non pensate che si stia parlando di sesto grado o simili. Ogni anno qui a Tenerife si verificano incidenti di vari livelli di gravità, in posti frequentatissimi e "sicuri", come il Barranco dell'Inferno o quello di Masca)



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

DESIDERI RICAVERE DAL 15% AL 35% DI INTERESSI MENSILI DEI TUOI RISPARMI, SENZA LA NECESSITA' DI INVESTIRE SOMME ENORMI? HAI GIÀ UN' ATTIVITÀ E VUOI INCREMENTARE I TUOI BENEFICI CON UNA RENDITA COSTANTE? INTERESSATO AD APPRENDERE UNA NUOVA PROFESSIONE CON ALTI BENEFICI?



SE LA RISPOSTA AD UNA O PIÙ DI QUESTE DOMANDE E' Affermativa, Chiama al (0034) 609 541652 o invia un mail a danilnet@hotmail.com

ANALISTA TECNICO DEI MERCATI, SPECIALIZZATO IN AGGIORNAMENTI INTRADAY E A CORTO TERMINE

Che cos'è il Trading On Line?

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9140



Si sente parlare spesso di Trading on Line, ma cosa si intende con questo termine?

Il trading on line, così come lo conosciamo noi piccoli traders, è il modo di interagire con la borsa finanziaria. Direttamente dal nostro PC, infatti, è possibile partecipare alle transazioni degli strumenti finanziari di tutte le borse mondiali. Possiamo definirlo un modo giovane di fare investimenti, considerando che è arrivato nelle nostre case a fine anni novanta. Oggi grazie ad un PC e ad una connessione internet è possibile negoziare strumenti finanziari come futu-

re, azioni, valute, materie prime ecc. Alcuni di questi strumenti sono negoziabili direttamente dall'home banking messo a disposizione dalla propria banca. Normalmente qui si trovano strumenti come i titoli di stato, ETF, obbligazioni e azioni. Diversamente, i traders professionisti optano per operare direttamente e in completa autonomia, utilizzando un conto denominato conto di trading e attraverso delle piattaforme software specifiche. Questo conto deve esser aperto presso un broker, detta anche SIM (società d'intermediazione mobiliare) che ci fornirà i prezzi dei vari

strumenti ed eseguirà i nostri ordini a mercato. Gli ordini, così come tutta la parte di studio e analisi, andrà fatta attraverso una piattaforma di trading. La maggior parte dei broker ne fornisce sia di proprietarie (trading station) che di altre software house esterne. Una tra le più diffuse è senza dubbio la Meta Trader 4 sviluppata dalla MetaQuotes Corp. Questa non è la migliore ma per chi vuol cominciare può essere un'ottima scelta, sia per la sua semplicità di utilizzo sia per la ricchezza di funzionalità. Come accennavo, a monte di qualsiasi investimento ci deve essere uno studio attento del mercato in cui si vuole operare. La materia di studio si divide in Analisi Fondamentale e Analisi Tecnica. L'analisi fondamentale interpreta il mercato sulla base delle notizie macroeconomiche (tassi d'interesse, aggiornamento sul PIL, tasso di disoccupazione...etc) L'analisi tecnica, invece, parte dal presupposto che il prezzo "sconta tutto" e che i movimenti di prezzo siano sempre riconducibili ad analisi di tipo grafico. In realtà anche l'analista dichiaratamente tecnico sa bene che alcune notizie posso influire sull'andamento grafico di un prezzo e che di conseguenza ne dovrà, se pur in

minima parte, tenere conto.

Da dove iniziare?

Innanzitutto dallo studio, così come per tutte le professioni, il trading è un lavoro serio. Racchiude in sé notevoli vantaggi: non necessita di un posto fisso dove recarsi per lavorare, non ha grandi costi di gestione, gli orari sono personalizzabili (ci sono mercati aperti h24)... insomma visto così sembrerebbe un sogno. Vediamo ora come può trasformarsi in un incubo. Purtroppo, proprio per la sua semplice fruibilità e grazie alle moltissime pubblicità ingannevoli, il trading è spesso percepito come un gioco o peggio come un business dai facili guadagni. Le statistiche indicano chiaramente come la maggior parte delle persone che si affacciano a questo settore perdano in poco tempo tutto l'ammontare che avevano versato sul loro conto di trading.

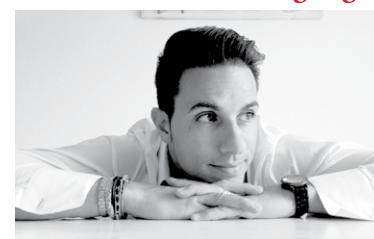
Perché avviene questo?

Per lo stesso motivo per il quale, appena conseguita la patente automobilistica, non sia il caso di partecipare ad una gara di Formula Uno. Ma questo, nei fatti, raramente viene detto, a chi si interessa per la prima volta a questo mondo così affascinante ma anche così difficile.

Come orientarci in questo labirinto?

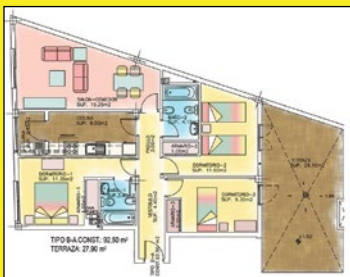
La maggior parte dei broker oltre a fornire la piattaforma trading permettono di aprire un conto di trading chiamato "conto demo". Il conto demo non è altro che un conto virtuale, con il quale si può operare sui mercati con le stesse modalità di un conto reale. Questo è un ottimo modo per entrare in confidenza con i vari strumenti di analisi e soprattutto con i vari mercati messi a disposizione, evitando di sperperare i propri soldi. Il passaggio successivo è quello di seguire un trader esperto da cui acquisire la necessaria competenza. Una volta individuato il proprio mentore bisogna fare propri gli insegnamenti e ritagliare su se stessi la metodologia appresa, misurando nel tempo i risultati. Solo dopo un'adeguata verifica delle proprie performance, si potrà considerare l'opzione di aprire un conto con denaro reale.

Tiziano Brunno
www.tradingblog.it



ADEJE VENDESI APPARTAMENTO

Adeje centro, al lato del comune, privato vende appartamento di 3 camere da letto e 2 bagni completi in piano rialzato con terrazza di 28 m2, 130 m2 totale più un garage, cucina indipendente e solana, inferriate, tapparelle, aria condizionata, cassaforte, armadi completi, pre installazione pannelli solari, edificio del 2009, materiali di prima qualità. Super opportunità, prezzo 160.000€.
Danilo (0034) 609 541652



+34 611 30 48 48

CALLE CANDIDA PEÑA BELLO 18, 38631 - LAS GALLETAS TENERIFE, SPAGNA

FACEBOOK.COM/GUSTOPIZZERIATENERIFE

FACEBOOK.COM/GUSTOPIZZERIATENERIFE

PIZZA E BIBITA A SCELTA 5€

CALLE CANDIDA PEÑA BELLO 18 - LAS GALLETAS
GUSTO PIZZERIA ITALIANA +34 611 30 48 48



VALIDO PRESENTANDO QUESTO COUPON NEL MESE DI AGOSTO



WWW.LEGGOTENERIFE.COM

Un Guinness World Record a El Hierro!

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9132

Il Consiglio direttivo del Cabildo di El Hierro ha deciso di avviare la procedura per la dichiarazione di interesse culturale, nella categoria monumento, per l'Hotel Punta Grande, in Frontera, famoso per essere stato dichiarato il più piccolo del mondo nel Guinness dei Primati del 1989 e per la sua decorazione a livello museale relativa alla nautica nelle isole Canarie.

El Hierro ha già dichiarato Bene di Interesse Culturale il Mirador de La Peña, il Poblado de Guinea e la Chiesa della Concezione. L'Hotel Punta Grande è costruito su una sporgenza rocciosa dello stesso nome nella città di La Frontera ed è il risultato di un processo di ristrutturazione, realizzato dall'architetto José Luis Jiménez Saavedra (discepolo dell'architetto catalano José Luis Sert), di un edificio la cui genesi risale ad una vecchia casa tradizionale di El Hierro, di circa 40 metri quadrati, costruita nel 1830, i resti della quale si possono riconoscere sul lato nord dell'edificio attuale. Dal 1884,



già a due piani, la costruzione di Punta Grande è diventata un punto nevralgico del commercio della Valle del Golfo, con un valore storico indiscutibile per l'isola di El Hierro. Questo è durato fino a quando, nel 1934, terminata la costruzione della strada che collega la Valle con Valverde passando per la montagna, i prodotti locali hanno iniziato ad essere commercializzati al di fuori dell'isola attraverso il Puerto de La Estaca. Persa la magia dei suoi anni di splendore e d'importanza sociale

all'inizio del XX secolo, nel 1970 inizia la sua rinascita, dapprima destinando l'edificio principale a ristorante nel 1973 (ottenuto il certificato di Merito Turistico nel 1984) e, successivamente, nel 1987, iniziando a lavorare come hotel, con solo quattro camere. Oggi non si può pensare al paesaggio della Valle del Golfo o di El Hierro escludendone il molo e questo piccolo hotel, sicuramente un simbolo importante dell'isola e della sua storia negli ultimi duecento anni.

Franco Leonardi

Nuovo catamarano per la linea Los Cristianos-El Hierro



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9134

Da poco Naviera Armas ha messo in servizio il catamarano di Volcán de Tirajana (ex Milenium III) per coprire il percorso tra il porto di Los Cristianos (Tenerife) e La Estaca (El Hierro), partenza alle 17:30 da Los Cristianos e arrivo a La Estaca alle 20:15.

Il Tirajana ha una capacità passeggeri di 900 persone e può trasportare 287 veicoli oppure cento veicoli e 288 metri lineari di carico. Mentre la velocità di servizio è simile al precedente, con 35 nodi (anche se potrebbe raggiungere una velocità massima di 41 nodi). Questo catamarano è più moderno rispetto al precedente Alborán, ha lo scafo in alluminio ed è stato costruito nel 2006 dalla società australiana

Incant-Hobart, risultando più stabile per navigare le acque tra Tenerife e El Hierro, e adattato per un facile accesso per i disabili. Nel quadro dei negoziati avviati tra Cabildo de El Hierro e Naviera Armas, si è poi pensato di far navigare il ferry Taburiente due giorni alla settimana, per dare la priorità al trasporto di merci in quei giorni, facilitando il ripristino dei legami fra El Hierro e i porti di La Gomera e La Palma, al fine di promuovere nuove linee commerciali per il settore turistico. Le rotte di El Hierro miglioreranno con l'arrivo nelle isole Canarie, entro la fine dell'anno, del nuovo traghetto che Naviera Armas sta facendo costruire in Cina. Una nave simile al Taburiente, ma un po' più piccola, nuova, con un'operatività pienamente garantita per le nostre acque.

dalla Redazione

Grandi telescopi giapponesi a La Palma?

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9138



Dopo l'attivazione dei sei nuovi telescopi robotici e degli strumenti per l'osservazione del progetto Chisciotte nel Teide di sabato 27 giugno, a cui aveva presenziato Re Felipe VI di Spagna, nei prossimi mesi l'Università di Tokyo (Giappone) intende lanciare nel Roque de los Muchachos di La Palma la costruzione di un prototipo simile ai grandi telescopi della rete Cherenkov.

Questo sarebbe uno dei primi ad

essere installati nelle isole Canarie se si definisce l'accordo col consorzio internazionale. E' un passo avanti importante, ma la parte più sostanziosa del progetto, si parla di 19 telescopi, è ancora nella fase di negoziazione, anche se i responsabili sperano di poter convincere i partner internazionali che l'arcipelago sia la miglior posizione possibile. La decisione finale dovrebbe comunque arrivare entro la fine dell'anno.

dalla Redazione

Tutti in sella a La Palma



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9136

Il Ministro dell'Ambiente, insieme con la Asociación Internacional de Ciclismo de Montaña (IMBA) sta studiando l'approvazione di una rete di percorsi per mountain bike.

Si tratta di un progetto pilota che mira ad essere un primo passo nella creazione di una rete Insulare simile alla rete dei sentieri. Il progetto nasce con l'intento di evitare il problema che si verifica in molti percorsi per l'incompatibilità di pedoni e ciclisti (soprattutto in sentieri stretti con forti pendenze, in cui

i piloti vanno molto veloce).

La rete di percorsi per mountain bike proposti dal Cabildo di La Palma si propone di sviluppare un'offerta turistica integrata specifica, che sia sicura, sostenibile per l'ambiente e d'aiuto allo sviluppo dell'isola. Sono state studiate inizialmente le zone di El Refugio de El Pilar, San Antonio del Monte e i dintorni dell'ostello di Puntallana, e già si è fatto un inventario, individuando aree in cui sia possibile sviluppare una serie di percorsi con diversi livelli di difficoltà, e itinerari scelti in base al livello di conformità con gli obiettivi proposti e le normative ambientali.

dalla Redazione



Ceramiche Valchida realizza:
tavoli in pietra lavica dell'Etna.
Per informazioni o acquisti
www.valchida.it
Unici e personalizzabili. Resistono all'esterno,
sotto la neve e sotto il sole per secoli!

DC MOTOSPORT

EXPOSICION-REPUESTOS-TALLER **LOS CRISTIANOS**

922 79 29 94

Calle Barranquillo n° 17
edf. Laika local a-b-Los Cristianos
922792994 - 626560913
dcmotosport@hotmail.com

www.facebook.com/dcmotosport

- Compra-venta de vehículos nuevos y usados
- Taller multimarca, diagnosis electrónica, pintura, neumáticos.
- Trabajamos con todos los seguros
- Hacemos trasferencias de vehículos en general



Il Vostro giornale entra nel mondo delle corse, per adesso in Italia, poi chissà...

La vettura è una Opel Kadett C gt/e 2.0 gruppo 2 preparata dalla Racingarage di Onè di Fonte in provincia di Treviso nella persona di Tony Lentinu, la scuderia è la Forum Julii Historic Club di Cividale del Friuli, partecipa nella categoria rally vetture storiche campionato italiano ed europeo, io sono il pilota, i trascorsi miei risalgono agli anni 80/90, quando con il mio navigatore Luciano Blasutto partecipavamo alla coppa Italia Rally di prima e seconda serie, oltre che alla Mitropa Rally Cup.

Dopo parecchi anni di assenza abbiamo ripreso l'attività nel 2011, piccolo stop dovuto a dei grossi lavori di aggiornamento sulla vettura e quest'anno riprendiamo con L'Alpi Orientali Historic e per finire con il Rally Valsugana, entrambi solo per vetture storiche.

Guido Persello, il pilota

www.manghenteam.com/5--valsugana-historic-rally---classic-16-17-ottobre-2015.html

P.S. Ringraziamo per la collaborazione l'amico Giuseppe "Pino" Giambra di CaseTenerife



Find us on Facebook

WHEELER DEALER S.L.

Av. Ten Bel, Poligono Las Chafiras, San Miguel de Abona, 38639

Telephone: 922 736 451

MECANICA GENERAL

USED CAR SALES

LAVADO DE COCHES (interior y exterior) **10.00€**

HAND CAR WASH (interior & exterior) **18.00€**

CAMBIO ACETE Y FILTRO desde **21.90€**

OIL AND FILTER CHANGE from **21.90€**

CAMBIO DE PASTILLAS DE FRENO desde **39.90€**

BRAKE PADS FITTED from **39.90€**

COMPRA Y VENTAS DE VEHICULOS

www.usedcarstenerife.com

WE BUY ANY CAR

email: wheelerdealertenerife.com

Auto: porto la mia dall'Italia o la compro qui?

Ci permettiamo di dare dei suggerimenti a chi ha il problema dell'immatricolazione di una vettura importata in Tenerife. Gli italiani (e comunque tutti gli stranieri) che pensano di trasferire la propria macchina nelle isole Canarie devono tenere presente quanto di seguito riportato: le vigenti leggi canarie prevedono che una volta trasferita l'autovettura, da turista si può circolare solo 6



mesi, dopo tale termine la macchina dev'essere immatricolata alle Canarie, passando un'accurata visita all'ITV, che controllerà che sia tutto in regola (ma proprio TUTTO!).

Per chi arriva in Tenerife e prende la propria residenza nelle isole, allora l'auto targata estera può circolare solo 2 mesi e poi la si deve immatricolare.

Quando conviene portarsi la macchina alle Canarie?

Quando il valore commerciale della stessa è alto, perché se

parliamo di un valore da 2000 a 3000 € non risulterebbe conveniente in quanto lo stesso tipo lo puoi acquistare già targato spagnolo.

I documenti che occorrono per il cambio delle targhe sono il libretto di circolazione originale e il certificato di proprietà, il passaporto o carta d'identità e il certificato di residenza alle Canarie.

Per eventuali chiarimenti siamo disponibili all'email:

wheelerdealertenerife@gmail.com



Punto Auto

Tenerife

Tel.Officina: 922 735 839

Tel.Cellulare 622 861 926

PROFESSIONALITÀ ITALIANA

chiedi di Matteo

Diagnostica pre-collaudito ITV
Meccanica generale
Pneumatici

PIRELLI

YOKOHAMA

BRIDGESTONE

Continental



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

WWW.LEGGOTENERIFE.COM

Ciglia lunghe e sexy?

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9130



Lash extension, (estensioni delle ciglia), ovvero l'allungamento delle ciglia, è il trend dell'estate, per giovani e meno giovani, alla portata economica di tutti in base a tecniche differenziate.

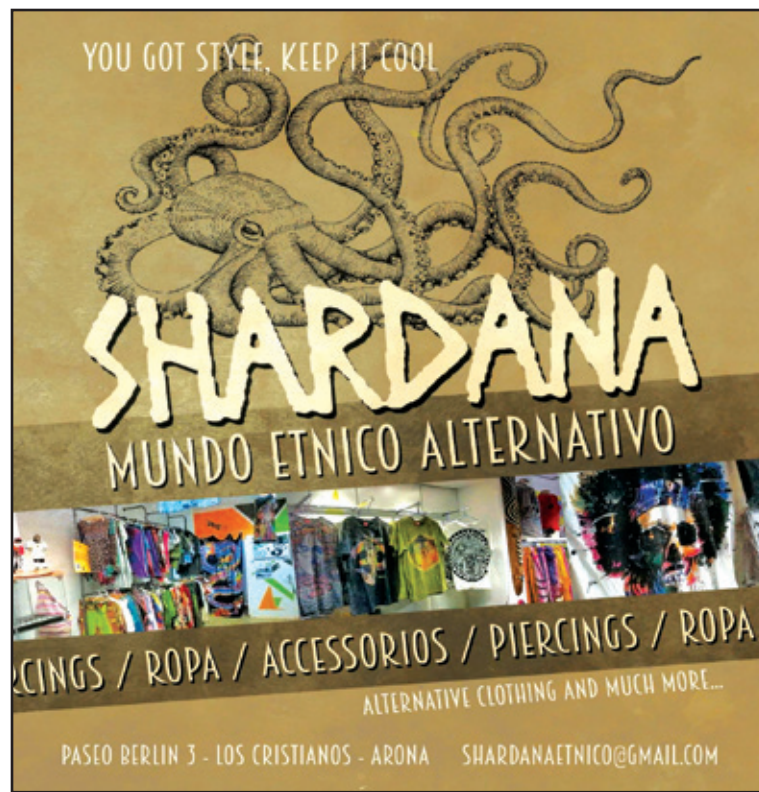
Ideale per le vacanze estive o per chi non ama truccarsi, ma vuole comunque apparire sempre bella e curata. Senza l'utilizzo del mascara, e sempre e in ogni luogo. Le lash extension sono delle ciglia artificiali che vengono attaccate con una colla ap-

posita, una per una, alle ciglia vere per allungarle. Si tratta di una tecnica relativamente nuova. Proveniente dall'America, sta prendendo piede anche qui nelle isole. Non vanno confuse con i cosiddetti ciuffettini di tre o quattro ciglia artificiali che partono da un punto e che vengono incollate in mezzo alle altre ciglia. Il vantaggio delle lash extension rispetto alle tradizionali ciglia finte, è che hanno una durata molto più lunga e un effetto molto naturale. Le ciglia vengono applicate una per una alle vere ciglia. Sono di varie misure e varie curvature, perciò si possono ottenere diversi effetti. L'effetto più richiesto è lo sguardo da gatta, che si caratterizza per la forma allungata dell'occhio. Per ottenere questo risultato si attaccano ciglia più lunghe verso l'esterno dell'occhio e più corte verso l'interno. Variano anche i colori. In America usano anche ciglia colorate. Fucsia, viola, azzurro. Qui invece non c'è richiesta per questo tipo di allungamento. Quello però che è importante è che le ciglia abbiano, oltre a diverse lunghezze, anche un diverso spessore. Per allungare ciglia più fini (che sono spesso anche più chiare) si usano delle estensioni meno spesse, mentre si scelgono più spesse per chi ha ciglia più scure e grosse. Chi ha i capelli sottili

ha spesso anche le ciglia sottili e viceversa. Il trattamento dura circa un'ora e mezza. L'applicazione delle estensioni è un lavoro preciso. Le ciglia vengono applicate una per una con l'uso della pinzetta. Il numero delle ciglia applicate - in media da 70 a 90 ciglia per occhio - dipende dalla grandezza dell'occhio. Le estensioni vengono attaccate alle ciglia vere con una colla speciale, testata e che non dà allergia. Finora non si riscontrano problemi. Una professionista seria però dovrà sempre fare una serie di domande sulla tua salute e in particolare su quella degli occhi prima di passare all'applicazione, per accertarsi che non vi siano complicazioni o controindicazioni. Anche chi porta le lenti a contatto potrà optare per le eyelash extension. La durata è di circa tre fino a quattro settimane e non viene determinata dalla colla, che è permanente, ma dal ciclo di vita delle proprie ciglia. L'estensione rimane finché non cade il vero ciglio a cui è stata attaccata.

La perdita delle estensioni è perciò molto graduale. Difficilmente si creano dei buchi. Dopo la prima applicazione viene in genere fatto un ritocco dopo tre settimane. Durante questo ritocco si vanno a riempire semplicemente i punti dove le ciglia naturali (con estensione attaccata) sono venute a mancare. Così viene mantenuto nel tempo l'effetto originario.

Antonella Masia



Scarpe?

Le scarpe, si sa, sono il punto debole delle donne e la primavera-estate è la stagione migliore, perché se



ne possono sfoggiare di tutti i tipi. Immancabili in ogni guardaroba che si rispetti un paio di romantiche décolletées rosse, ma non assolutamente col tacco basso, minimo si deve essere o "salire" su di un tacco 8 cm.

Un consiglio per indossarle? Non nasconderele mai. Sono perfette sotto le gonne - sia longuette che a ruota - oppure con pantaloni che si fermano poco

più su della caviglia. Trovare il paio di scarpe giusto è sempre difficile, per cui non è mai troppo presto per iniziare a pensarci. L'estate sembrerà orfana senza un paio di sandali infradito comodi e versatili, sembrano perfetti quelli visti sulle passerelle dell'estate 2015. Dall'appeal minimal, si adattano bene ad ogni look e aggiungono un tocco contemporaneo. Chi ama le scarpe iperfemminili sarà contenta di sapere che

anche quest'estate le ballerine a punta si porteranno tantissimo: sotto gonne ampie o vestiti, permettono di sentirsi eleganti pur non staccandosi minimamente dal suolo.

I tacchi, che passione. Che siano stiletto, larghi, medi o altissimi sono la preferenza assoluta di molte donne in fatto di scarpe, e non dimentichiamoci delle zeppe! Quindi anche per l'estate 2015 il tacco è sdoganatissimo, meglio se

prezioso e iperdecorato, con aggiunta di preziosi brillanti e inserti ricamati in fili d'oro. Per chi ama invece rimanere con i piedi saldamente attaccati a terra, niente paura: i sandali bassi sono ancora una grande tendenza fra le scarpe che porteremo, scarpe molto comode e sportive, anche se spesso ne troviamo di ricercate, con inserti di pelle dorata, strass, fibbie importanti e particolari preziosi.

elaborato dal web

DADA
lingerie
TUTTO MADE IN ITALY



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

All'Expo Renzi annuncia che il PD abbasserà le tasse

by Luca Galimberti - www.lucagalimberti.com



Il nostro segreto è lo yogurt naturale elaborato artigianalmente

YOGUR HELADO
YOGUR ICE
BATIDOS
SHAKE
SORBETE
SORBET
SMOOTHIES
SMOOTHIE
GRANIZADOS
GRANITE

ENSALADAS
SALAD
CREPES
CREPES
GOFRES
WAFEL
PANCAKES
PANCAKES
CAFÉS
COFFEES

SIGUENOS EN



922 787 075 - 684 340 714
<https://m.facebook.com/yoforyoutenerife> @Yo4You

C.C. PASARELA - Avda San Francisco nº 6
 Planta alta local C22 - 38640 los Cristianos - Arona - Tenerife

Rincarano del 40% le scuole linguistiche

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9124



Gli studenti delle scuole di lingua ufficiali delle Canarie si sono trovati con una spiacevole sorpresa, con la tassa di iscrizione aumentata da 50 a 70 euro, mentre il Ministero sostiene invece che i prezzi sono i secondi più bassi del paese, perché la tariffa di iscrizione media nazionale in questi centri è pari a € 117.

L'Amministrazione fa notare che sono stati introdotti nuovi casi di esenzioni e deduzioni che prima non venivano applicate, fra cui una riduzione del 50% per i

disoccupati e un'esenzione totale per le persone con disabilità e le vittime di violenza domestica e del terrorismo. Le scuole di lingua delle isole offrono il prossimo anno 38.485 posti a sedere, di cui 35.895 corrispondono a corsi regolari (di cui 16.900 sono posti liberi) e 2.590 per i 74 corsi specialistici finalizzati all'acquisizione del linguaggio specifico e allo sviluppo delle necessità comunicative di un determinato profilo professionale, come migliorare la capacità comunicativa, attraverso la pratica sistematica di una o più competenze.

dalla Redazione

Adeje in salute finanziaria



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9126

Il Consiglio Comunale di Adeje ha evidenziato un surplus sorprendente di quasi otto milioni di euro nel suo bilancio, grazie soprattutto al settore turistico.

Il "tesoretto" ha anche permesso al Comune di Adeje di rimborsare con otto anni di anticipo un prestito concesso dal governo centrale per pagare i fornitori, con un risparmio di 1.500.000 euro di soli interessi. Il sindaco ha dichiarato che questi ottimi risultati sono stati raggiunti sen-

za aggravii fiscali sui residenti anzi, sorprendentemente, molte tasse locali sono state congelate o ridotte. Quindi via libera alle migliorie, iniziando dall'attesa rotonda di Armeñime, che permetterà di migliorare i collegamenti stradali per El Puertito e Playa Paraíso. I lavori, con un investimento fino a 1 milione di euro, finanziato congiuntamente dal Cabildo e dal Comune, dovrebbero iniziare nei prossimi mesi. Inizieranno anche i miglioramenti ai marciapiedi di Los Menores, nella sezione Las Rosas, ad un costo di € 150.000.

dalla Redazione

Caritas molto attiva a Tenerife

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9128



Caritas Diocesana gestisce più di 170 famiglie bisognose

dei quartieri di Añaza, Santa María del Mar e Cuevas Blancas, nel distretto sud-ovest di Santa Cruz.

Circa un centinaio di volontari

sviluppano le attività per la cura, la riabilitazione o l'inserimento delle vittime della povertà e dell'esclusione sociale. Da oltre otto anni, l'organizzazione conduce svariate attività in questa zona, volte a fornire accoglienza, visite agli anziani nelle loro case o residenze, sviluppare programmi per l'alfabetizzazione degli adulti, e fornire classi di supporto e attività per i bambini. La gamma delle attività è completata da laboratori per le donne, così come corsi di yoga, cucito e modellismo, oltre ad attività di intrattenimento e di svago.

Se buscan familias con corazon



I volontari forniscono anche consulenza individuale e di gruppo.

dalla Redazione

Compleanni "Vip"

01 agosto 1942 Adriano Sofri	17 agosto 1960 Sean Penn
02 agosto 1939 Wes Craven	18 agosto 1933 Roman Polansky
03 agosto 1951 Paolo Bertolucci	19 agosto 1962 Valerie Kaprisky
04 agosto 1955 Billy Bob Thornton	20 agosto 1928 Luciano De Crescenzo
05 agosto 1947 Carlo Freccero	21 agosto 1939 Don Backy
06 agosto 1937 Fedele Confalonieri	22 agosto 1964 Mats Wilander
07 agosto 1956 Gerry Scotti	23 agosto 1978 Kobe Bryant
08 agosto 1953 Nigel Mansell	24 agosto 1951 Orson Scott Card
09 agosto 1968 Gillian Anderson	25 agosto 1970 Claudia Schiffer
10 agosto 1966 Marina Berlusconi	26 agosto 1980 Macaulay Culkin
11 agosto 1957 Ines De La Fressange	27 agosto 1947 Barbara Bach
12 agosto 1947 Stefano Benni	28 agosto 1982 Thiago Motta
13 agosto 1958 Domenico Dolce	29 agosto 1968 Ricky Memphis
14 agosto 1966 Halle Berry	30 agosto 1930 Warren Buffett
15 agosto 1943 Barbara Bouchet	31 agosto 1970 Rania regina di Giordania
16 agosto 1943 Roberto Colaninno	

Le feste di Agosto

Il 14 di agosto c'è la festa Patronale della Vergine di Candelaria: in questa giornata moltissimi credenti e pellegrini arrivano nella città di Candelaria attraverso un lungo cammino dalle altre città dell'isola, passando la notte precedente per la strada per arrivare in tempo per la Romeria della Vergine. La festa inizia nella Piazza della Basilica di Candelaria con la messa in scena della cerimonia dell'apparizione della Madonna ai Guanches, come narra la tradizione. Una gran devozione e fervore in tutta la pro-

cessione, che lo stesso giorno si incammina fino al "Pozo de la Virgen" dove uno spettacolo di fuochi d'artificio rallegra la festa.

Il giorno 15 di agosto **Festa della Assunzione**, si svolge una cerimonia ufficiale con messa solenne. Le carovane dei fedeli che si incamminano già dal 13 di agosto arrivano a piedi da: La Orotava, Santa Ursula, Tacoronte, La Esperanza, La Laguna, marciando in fila indiana per tutta la notte! Mentre a Vilaflor si celebra la **Romeria di San Roque e San Agustin**. Festa di grande importanza religiosa e popolare che si svolge nella piazza di San Pedro, durante l'ultimo fine settimana di agosto (29/30). Ci sarà la tradizionale **Fiera dell'Artigianato** il sa-

bato, e la domenica gran processione per le vie del paese, tra balli, musiche e cibi locali.

04/08/2015 - Romeria en Honor a La Virgen de La Esperanza - La Esperanza, El Rosario
08/08/2015 - Bajada de Las Hayas - La Guancha
16/08/2015 - Romeria en Honor a San Roque - Garachico
16/08/2015 - Romeria en Honor a San Luis Rey - El Charco del Pino, Grana-dilla de Abona
23/08/2015 - Romeria en Honor a San Roque - Chiguergue, Guia de Isora
29-30/08/2015 - Romeria en Honor a San Juan Degollado, San Agustin y San Bernardo - Arafo

dalla Redazione

Assicurazione obbligatoria di 300.000 euro per i centri addestramento dei cani potenzialmente pericolosi

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9122

Il Ministero dell'Economia, delle Finanze e della Sicurezza ha pubblicato sulla Gazzetta Ufficiale delle Isole Canarie (BOC) un'ordinanza che regola l'accreditamento ufficiale dei centri di formazione degli addestratori e le condizioni di sicurezza dei centri di addestramento per i cani potenzialmente pericolosi.

Si stabilisce che i titolari di questi centri di istruzione devono avere un'assicurazione di responsabilità civile destinata a coprire i danni che possono causare i cani alle persone che lavorano, o siano comunque all'interno



del recinto o, nel caso, anche al di fuori ma a causa della fuoriuscita di un cane potenzialmente pericoloso, comprese le persone che possiedono o accompagnano i cani, per un importo minimo di 300.000 euro. Questa assicurazione deve essere valida

per tutto il periodo di attività del centro in questione. La Polizia Canaria eserciterà l'attività di ispezione nei centri di formazione per garantire il rispetto delle misure e le condizioni di sicurezza previste nell'Ordinanza, rilevando e notificando le

ALLEVAMENTO DEI MAGGIO
Allevamento Amatoriale di
Cani Lupo Cecoslovacchi
Cani Lupo di Saarloos - Akita Americano

www.allevamentodelmaggio.it - info@allevamentodelmaggio.it

eventuali infrazioni e adottando, ove necessario e urgente, i provvedimenti di fermo provvisorio, fatta salva la successiva istruzione del procedimento disciplinare. La legge richiede anche che le strutture e sistemazioni adeguate per la formazione di questi cani devono essere conformi ai requisiti igienico-sanitari e di protezione degli animali, in conformità con le normative di settore applicabili. I cani, pertanto, devono essere registrati nel registro centrale degli animali potenzialmente

pericolosi.

Più di 7.000 in provincia

La provincia di Santa Cruz de Tenerife conduce il censimento dei cani potenzialmente pericolosi, un totale di 7288, secondo i dati raccolti da zoocan.net. Questo strumento digitale è una registrazione degli animali alle Canarie, dove i veterinari di tutto l'arcipelago forniscono dati identificativi.

Zoocan lavora dal 2004, e attualmente ha registrato nelle isole più di 495.000 animali!

Franco Leonardi

In viaggio con i nostri animali

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9120

Sempre più persone vogliono viaggiare con il proprio animale al seguito. Naturalmente è più semplice farlo con animali domestici di taglia mini, ed è, in genere, meno stressante per loro, dato che potranno restare con voi in cabina, sempre che la compagnia lo permetta.



Purtroppo le dimensioni dei trasportini ed il peso massimo accettato sono minime. E' da tenere presente che non sarà possibile aprire la gabbietta durante il viaggio. E' buona norma cercare di evitare che l'animale debba espletare i propri bisogni fisiologici: ricordate dunque di fare un bel giro in aeroporto pri-

ma di presentarvi al check-in.

E' anche utile quindi evitare di somministrare cibo nelle ore precedenti il viaggio. Vi consigliamo di incollare un'etichetta con la dicitura "LIVE ANIMALS" (animali vivi) sul vostro trasportino, soprattutto se il vostro animale viaggerà in stiva.

Attenzione: alcune compagnie non imbarcano cani sedati (solo gocce calmanti) e cani e gatti brachicefali (con muso schiacciato), che in ogni caso hanno bisogno di maggior spazio nel trasportino per poter respirare. **ATTENZIONE**, se dovete far trasportare il vostro cane in stiva, assicuratevi che la stessa sia pressurizzata e climatizzata. Informate anche il personale di bordo riguardo la presenza del vostro animale.

Norme generali dettate dalla IATA (Associazione Internazionale Trasporto Aereo) per il trasporto aereo di animali domestici:

- Per qualsiasi animale domestico è necessaria la relativa prenotazione.
- Il passeggero è tenuto a fornire il cibo di cui avrà bisogno l'animale durante il viaggio
- E' permessa la presenza di un solo trasportino per ogni tratto di cabina divisa da paratia fissa o mobi-

le. Potrebbero esservi deroghe eccezionali, dipende anche molto dalle regole di ogni compagnia aerea.

- Qualora più animali venissero trasportati nello stesso trasportino, la quantità non dovrà superare le 5 unità, nonché il peso di 8 kg, compreso il trasportino.
- Le dimensioni massime dei trasportini non devono superare queste dimensioni: 46x25x31 cm
- Gli animali che superano gli 8 kg di peso (compreso trasportino) dovranno viaggiare nella stiva.
- L'animale non deve emanare odore sgradevole e deve permanere per tutta la durata del viaggio nel trasportino.
- Qualora durante il volo le norme non vengano rispettate, o qualora l'animale arrechi fastidio ai passeggeri, il comandante ha la facoltà di fare trasferire l'animale nella stiva, oppure di sbarcarlo al primo scalo.
- I cani guida possono essere imbarcati in cabina senza il trasportino, ma sono tassativi museruola e guinzaglio.

Erika Sottana

 **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 e Martedì 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

Manda 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, scori particolari, persone, attimi relativi a Tenerife. Inviare a: info@leggotenerife.com



Foto di Roberta Bruno



Foto di Laura Ostorero



Foto di Sig.Angelo



Foto di Sig.Angelo



Foto di Chiara



Foto di Teodoro

Divorziare con meno di CENTO euro, in Spagna è possibile!

Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9115

In Spagna, dal 23 luglio 2015, le persone che vogliono divorziare possono andare dal notaio e farlo pagando 95 euro.

E dal 2017, con la stessa tariffa, si potranno celebrare anche i matrimoni. In caso di divorzio, la regola è valida solo quando la separazione è consensuale, senza figli a carico o persone con disabilità coinvolte, altrimenti è necessario rivolgersi al giudice. La legge delega ai 3.000 notai e 1.000 registratori spagnoli -che fanno pagare una tariffa fissata dal governo- parte dei procedimenti non conflittuali ora risolti nei tribunali, come quelli relativi alla successione o i conflitti minori nelle società. Nel caso di matrimoni e divorzi, il cambiamento per i cittadini è volontario, cioè possono continuare a sposarsi davanti a un sacerdote, un giudice o il sindaco, o farlo davanti al notaio. Un emendamento parlamentare del Partido Popular estende anche la possibilità di sposarsi e divorziare davanti ai "secretarios judiciales" (Ndr

come i nostri cancellieri), essendo entrambe le procedure gratuite. La legge eleva anche l'età minima per il matrimonio, dai 14 ai 16 anni, la stessa età di quella del consenso sessuale, eliminando la possibilità che un ragazzo possa emanciparsi a 14 anni per sposarsi, com'era finora. La legge riconosce anche gli effetti civili dei matrimoni celebrati con riti buddisti, mormoni, ortodossi e dei Testimoni di Geova, come già per la religione cristiana, musulmana ed ebraica. L'idea di questa legge è nata nel 2012, introdotta come una soluzione per "decongestionare i tribunali" dal Ministro della Giustizia, che aveva peraltro negato che l'intenzione fosse quella di generare business per i notai, un settore che con il calo delle vendite di case aveva visto diminuire l'attività. Essa disciplina i casi in cui non vi è alcun conflitto diretto tra le due parti, ma una necessità del cittadino di ottenere un ordine del tribunale per esercitare un diritto o raggiungere un accordo. Su nove milioni di casi giudiziari che vanno in tribunale, ci sono circa 50.000 procedimenti all'anno di questo tipo, e si stima che oltre un terzo andranno a notai e cancellieri.

Franco Leonardi

Santa Cruz trema: arriva Jason Bourne!



Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9118

Le strade di Santa Cruz de Tenerife stanno per diventare il palcoscenico che dovrebbe trasformare la città in Atene, capitale della Grecia, sul quale l'attore Matt Damon tornerà (come ha fatto nei primi tre film) a rivestire la pelle della spia Jason Bourne, per il quinto capitolo della serie diretto da Paul Greengrass.

Questa sarà la più grande produzione mai effettuata in un ambiente urbano in Spagna, con un investimento di capitale di più di sette milioni di euro. D'altra parte l'essere

palcoscenico di un film di queste dimensioni richiede di effettuare una campagna di informazione su tutti i possibili effetti sulla vita quotidiana, per i cittadini, le imprese, e gli alberghi della città. Molte delle riprese che saranno effettuate durante la notte produrranno rumore, anche perché ci sarà un elicottero che passerà molto vicino agli edifici e oltretutto, a seconda delle esigenze, l'aspetto della città potrà cambiare temporaneamente. I luoghi in cui le riprese si svolgeranno, come i quartieri come El Toscal o Valleseco, o le principali strade della capitale, saranno letteralmente trasformati con la costruzione di grandi

specifiche azioni di rimodellamento e mascheramento su edifici o per lo spostamento dell'arredo urbano. Alla fine entrambe le aree saranno trasformate a tal punto che nessuno degli abitanti potrebbe riconoscere il suo quartiere. Secondo stime della produzione, durante le cinque settimane di riprese, arriverà nella capitale di Tenerife un team di circa 600 persone, per cui si sta provvedendo a organizzare la sistemazione negli alberghi cittadini. Inoltre, vista la necessità di assumere circa 400 comparse per il film, la selezione del casting è stata affidata all'impresa canaria Sur Film, che è già stata responsabile locale di film famosi come "La furia dei Titani", "L'ira dei Titani", "Fast & Furious 6" o "Dr. Who". Pensate che alla selezione delle comparse, effettuate a fine luglio presso l'Auditorio di Tenerife Adán Martín, si sono presentate oltre 5.000 persone!

Quando inizieranno le riprese, si prevede una capitale affollatissima di curiosi, sarà quasi un secondo carnevale!

Franco Leonardi

WWW.LEGGOTENERIFE.COM

 Puoi consultare l'oroscopo giornaliero sul nostro sito www.leggotenerife.com

Ospedali & Misteri

 Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9111


Questo mese l'arca del mistero navigherà verso i bordi sottili e poco definiti del nostro mondo, approdando in luoghi carichi di dolore e sofferenza.

Cercheremo di approfondire le vicende che sono avvenute in due edifici situati tra La Laguna e Santa Cruz, considerati accumulatori di energie paranormali, dovuto al dolore e alla sofferenza vissuti al loro interno. Uno dei luoghi è il poco conosciuto ospedale di Ofra, dotato di corridoi poco illuminati e sempre un po' freddo e tetro, e situato così vicino all'ospedale universitario da esserne quasi un reparto. Da anni ormai nella zona dedicata alle cure palliative avvengono situazioni particolari di vario genere che vanno da anomalie elettriche di diversa intensità e prive di spiegazioni razionali ad apparizioni di esseri che indossando vestiti scuri e cappelli o cappucci che coprono completamente il volto. Molti infermieri, medici e personale delle pulizie in varie occasioni hanno potuto osservare una donna deambulare nei corridoi dell'ospedale a tarda ora della notte, indossando vestiti scuri che ricordano le monache benedettine. Quando il personale prova ad avvicinarsi per identificare questa persona, essa svanisce senza lasciare

traccia. Ancora più peculiare risulta essere quando, poche ore dopo le apparizioni, uno dei pazienti si libera del proprio dolore passando a miglior vita. In questo ospedale però la denominata "Monaca Nera" non è l'unica apparizione notturna, infatti a volte il personale ha visto anche un uomo di statura medio alta, con un vestito scuro e un cappello sempre di color nero che copre interamente il viso. Questo strano personaggio lo si vede sempre uscire dalla stanza numero 29 e, come nel caso precedente, sparisce nel nulla girando un angolo del corridoio senza rumori di porte o altro, e nuovamente, dopo pochi giorni dall'apparizione, la persona ospitata nella stanza raggiunge il suo fatale destino. Allontanandoci da questo luogo ci dirigiamo al secondo edificio, che mantiene un filo conduttore con il precedente trattandosi di un altro ospedale e nella fattispecie il famosissimo ospedale della Madonna della Candelaria, situato a Santa Cruz. Dovuto alla forte frequentazione del principale ospedale dell'isola durante il giorno, i fenomeni paranormali possono passare inosservati o possono essere attribuiti a cause più o meno naturali, durante la notte però, quando la bolgia di familiari che visitano i propri cari ricoverati svanisce e tutto rimane apparentemente calmo, gli eventi inspiegabili si producono con maggior frequenza. Il personale infermieristico notturno a volte sente il rumore di chiamata delle stanze e vedendo la caratteristica luce accesa nel corridoio accorre in aiuto, ma appena entrati si rendono conto che i letti sono vuoti. Ovviamente se fossero casi isolati nel tempo si potrebbe pensare a scherzi di cattivo gusto di qualche buontempone ricoverato, ma questa ipotesi viene scartata quando gli eventi si producono con una certa frequenza, a

volte con il personale presente nel corridoio dove si produce lo strano fenomeno, e quindi in grado di vedere chiunque cercasse di uscire dalle stanze. Retrocedendo di circa 18 anni, possiamo accennare ad un altro strano episodio i cui protagonisti sono due lavoratori che nel pieno della notte odono vari colpi provenire da uno dei corridoi, avvicinandosi scoprono che una delle porte antiincendio situate a metà del corridoio si sta aprendo e chiudendo con molta forza ma senza vedere nessuno dall'altro lato. I due quindi si avvicinano e osservano una figura eterea e semitrasparente di colore scuro allontanarsi e svanire. Lasciando da parte il mondo totalmente paranormale cerchiamo ora di pensare ad alcuni fenomeni che hanno per protagonista i pazienti di questo ospedale, i quali affrontando operazioni importanti si trovano a volte sul filo della morte e solo grazie alle capacità mediche moderne tornano alla vita. Alcune di queste persone raccontano di aver visto lo svolgimento dell'operazione e le pratiche di rianimazione messe in opera dal personale medico sul proprio corpo da una posizione sopraelevata, quasi galleggiando sul soffitto, descrivono strumenti medici e situazioni che sarebbero stati impossibili da vedere con gli occhi del paziente, dando una descrizione così ricca di dettagli corretti da non poter essere ignorata. Di fenomeni strani e particolari ce ne sono veramente molti altri, però vogliamo concludere l'articolo facendo notare come i lavoratori che sono in contatto quotidiano con la morte e la sofferenza trovino in questi fenomeni una sorta di conforto e non li temono, forse perché sono la manifestazione chiara, ma non spiegabile a livello scientifico, che ci sia qualcosa dall'altro lato.

Gohan Scroffernecher

Il dramma di un paese ridicolo

 Per lasciare commenti visita:
www.leggotenerife.com/9113

Immaginate un supereroe come ad esempio Batman (il mio preferito in assoluto...), che si trovasse ad operare in... fallitaglia.

Innanzitutto per la sua mega villa ereditata (dopo essersi svenato con la tassa di successione...), pagherebbe ogni anno un'IMU stratosferica, e poi c'è la Batcaverna, che non si sa se è abusiva o meno, intanto lo Stato l'ha messa sotto sequestro per verifiche. Ma Batman pur se scoccato non demorde, ha comunque la sua Batmobile con un box dove riparla. Ohibò c'è subito un'emergenza, Batman si infila il costume, corre verso la Batmobile e si fionda sul luogo del disastro, ma non fa in tempo a fare 10 km che viene fermato da una volante della polizia per eccesso di velocità, andare a 560 km/h è

una follia, quindi viene multato e gli viene sequestrata la patente ed il mezzo, con carreggiata troppo larga, non omologato e senza licenza di circolazione su strada per mezzi speciali (e poi ne vogliamo parlare di quelle mitragliette anteriori, di quelle appendici aerodinamiche, e del cupolino eiettabile??). Batman cerca di spiegare che lui è un supereroe e deve salvare delle persone e va di fretta per salvargli la vita, ma niente... non può più circolare senza la patente ed il mezzo, che viene portato in un deposito cauzionale. Inoltre gli agenti gli sequestrano il Batarang, il rampino e tutta la dotazione di armi che ha addosso (perché è vietato portare armi senza porto d'armi, inoltre il Batarang telecomandato è un oggetto pericoloso e senza licenza di volo). Batman infuriato va al deposito per ritirare il mezzo, dove gli viene concessa una deroga per portarlo fino a casa dato che è senza patente per 6 mesi. Nel frattempo finché arrivano

i soccorsi le vittime muoiono quando si sarebbero potute salvare. Batman è incazzato nero e si sente impotente, ma non ci può fare nulla: lui vive in fallitaglia. Ricorda se la vita in uno Stato ladro iper legislativo e tassato è un inferno per un supereroe, figurati per un povero cristo come te!

Gabriele Barellò

 Per info e prezzi spazi pubblicitari
 scrivi una email a info@leggotenerife.com


OROSCOPO AGOSTO



ARIETE 21/3-20/4

Alcuni di voi cercheranno un lavoro diverso in un'altra realtà, e le possibilità di ottenerne uno sono alte. Sarà il momento giusto per fissare appuntamenti e colloqui, perché andranno nel verso giusto. Datevi da fare!



TORO 21/4-20/5

Fate tutto l'esercizio fisico di cui sentite la necessità onde evitare di innervosirvi: nuotate, camminate e correte spinti da Marte. Vi sarà facile prendere delle decisioni perché saprete cosa volete: agirete senza esitazioni.



GEMELLI 21/5-20/6

I soldi saranno la priorità del mese. Vorrete essere sicuri di averne abbastanza per un progetto importante: un trasferimento, la ristrutturazione di casa vostra o un viaggio. Controllate bene il budget onde evitare di dover chiedere aiuto.



CANCRO 21/6-22/7

Continuerete a ricevere proposte da tante persone, amici vecchi e nuovi. L'amore sarà romantico e vi divertirete a buttarvi insieme a capofitto in questa densa vita sociale. D'altra parte, non c'è niente che vi piaccia di più.



LEONE 23/7-22/8

Potreste vivere una storia anche troppo perfetta per sembrarvi vera. Le coppie viaggeranno sulla strada dell'impegno: potrebbe essere il momento per fidanzarsi, sposarsi o semplicemente decidere di andare a vivere insieme.



VERGINE 23/8-22/9

Mentre voi rimarrete leggeri e un po' distratti (ma in fondo siamo in estate), il partner vivrà un improvviso attacco di responsabilità a metà del mese, qualcosa che vi darà fastidio ma che non porterà grosse conseguenze.



BILANCIA 23/9-22/10

Agosto inizierà con i migliori propositi e un profondo, sincero ottimismo. Poi, però, inizierete a riflettere, a pensare facendo spesso i conti con realtà e situazioni che non sembrano lasciarvi troppo tranquilli.



SCORPIONE 23/10-21/11

Il vostro mal di stomaco non dipende solo dallo spaghetti aglio e olio, tipica scorpacciata delle notti d'estate, sono le frizioni col capo, la paura di non farcela, i veri responsabili di quel bruciorino...



SAGITTARIO 22/11-21/12

Il passato ha molto da insegnarvi, ma a momenti ci bisticcerete, stanchi di ammonimenti e messe in guardia. Se errare è umano e perseverare è diabolico, vorrà dire che siete diavoli: ciò che vi ha stuzzicato ieri, complicandovi la vita, continua a farlo anche ora.



CAPRICORNO 22/12-19/1

Pochi contatti, pochi progetti e dopo aver sgobbato sodo, tutto per la squadra e senza ritorno personale, per una settimana vi metterete in disparte anche voi, nel ruolo di spettatore almeno non ci si arrabbia!



ACQUARIO 20/1-18/2

Energia psicofisica di buon livello, una lieve flessione solo l'ultima settimana. Energia e bellezza, comunque, vanno a braccetto, sarete giù di tono, ma quella sottile ombra scura sotto gli occhi non vi sottrarrà fascino, rendendovi anzi più interessanti.



PESCI 19/2-20/3

Momento di gloria uscendo dall'anonimato, destate interesse e i complimenti di sprecano, solo lo stipendio resta sempre lo stesso. Staff solidale, tifano tutti per voi, perché siete altruisti e non avete mai negato un favore.



**DISEGNO
MARKETING**

**SERVIZI A
PRIVATI**

**IMMOBILIARIA
IMPRESE**



**INNOVA-T
group**

CALLE LA CRUZ 28
LOS OLIVOS - ADEJE
(+34) 922.711669
f INNOVA-T GROUP
WWW.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

QUANTI CREDITI MI RIMANGONO NEL CELLULARE?
quale numero comporre per sapere il credito residuo:

Saldo ORANGE *111#

Saldo VODAFONE *134#

Saldo MOVISTAR *133#

Saldo LEBARA *124#

Saldo JOIGO *111#

Saldo JAZZTEL *169#

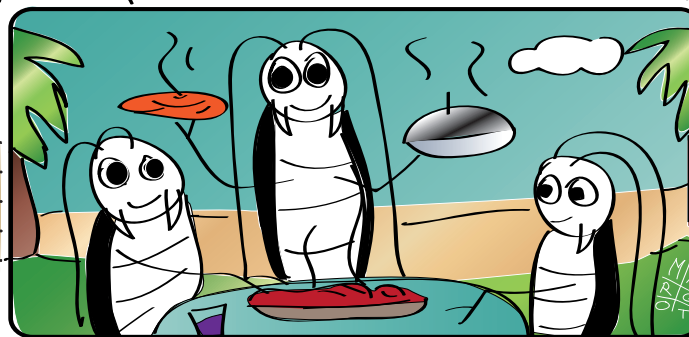
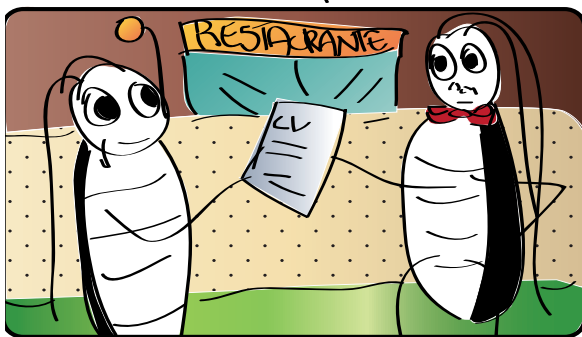
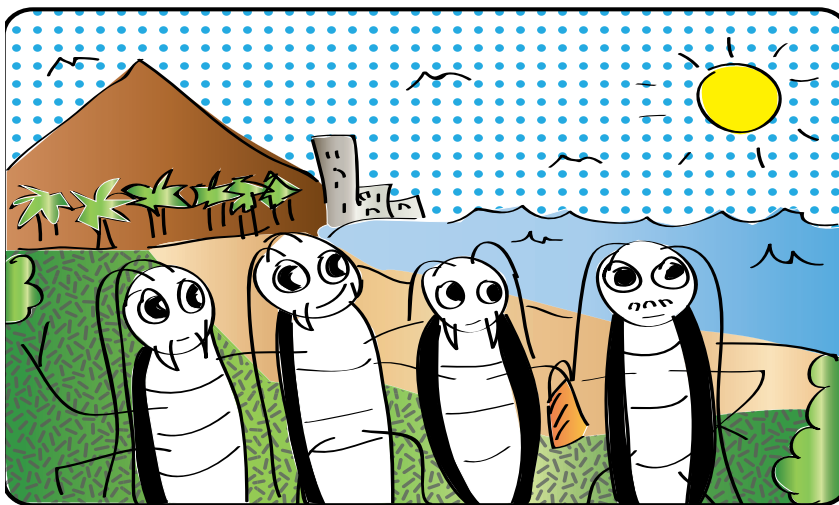
Saldo MAS MOVIL/LLAMAYA *113#

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

L'ANGOLO DI MARGOT



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

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

SOLUZIONI DEL MESE PRECEDENTE

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

8	5	2	9	1	7	3	4	6	
3	1	9	6	4	5	7	8	2	
4	7	6	3	8	2	9	1	5	
7	6	3	4	2	8	5	9	1	
1	2	8	7	5	9	6	3	4	
5	9	4	1	3	6	2	7	8	
9	8	7	5	6	1	4	2	3	
6	4	1	2	7	3	8	5	9	
2	3	5	8	9	4	1	6	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					
35							36					
							37					
							38					
							39					
43							40					42
							41					
45							42					
48							43					
51							44					
							45					
							46					
							47					
							48					
							49					
							50					
							51					
							52					
							53					
							54					
							55					

ORIZZONTALI: (1) Il più grande Leonardo (7) L'isola più occidentale delle Azzorre (13) Nome dell'ammiraglio Nelson (15) Stambecco (16) Ciascuna delle due espansioni periteneali (17) Comodo, competente (19) Piedistallo, podio (20) Un trauma alla testa (22) Lo perde il lupo (23) Drappello, manipolo (24) Belluno (25) Una monaca-buddista (26) Sostanza presente nella frutta (27) Oscuri, tenebrosi (28) La coda del pony (29) Abbreviazione di irregolare (30) Si somma nelle fatture (31) Un colpo di disturbo del pugile (32) Avviamento, invio (34) Persecutore (35) La sigla di Singapore (37) Grande fuoco all'aperto (38) Palude salmastra (39) Particolare tipo di predatore (41) Un gustoso salsicciotto (43) Una classe di composti dell'ammoniaca (44) Il Rocky interpretato da Stallone (45) Città sulla Mosa (46) Si dice alzando i calici (47) I confini di Dallas (48) Scuro, tenebroso (49) Ornamenti per mobili (50) Due per gli spagnoli (51) L'attore Steiger (52) Grande città dell'India (53) In provincia di Viterbo (54) I conservatori inglesi (55) Vale senza vita

VERTICALI: (1) Vi nacque Giovanna d'Arco (2) Vi si attacca il lattante (3) Regione anale dell'ala (4) Pulsazione del cuore o di alcune arterie (5) Un'isola delle Cidadi (6) La parte inferiore, Comprensiva di radici, di un albero tagliato (8) L'ossido di un metallo alcalino (9) Mortaio (10) Il porto con capitale San Juan (11) La ninfa di cui rimase solo la voce (12) Simbolo del selenio (13) Calzoncini cortissimi da donna (14) Terreno adatto ad essere arato (17) Corridoio dell'antica casa romana (18) Pianta arborea o arbustiva della famiglia delle anonacee (20) Civil liability convention (21) Articolo plurale (23) Le bollicine dello spumante (24) Tubare, mugugnare (26) Per nulla sacri (27) Giornalista rapito dagli alieni (29) Alla moda (31) Cantante, attore e compositore statunitense (32) Lamina, o placca, laterale (33) The Little One (34) Nota bambola (36) Alla metà del braccio (38) Prima di Iglesias (40) Ex calciatore portoghese (41) Una Tequila (42) Bibita indiana simile allo yogurt (43) Davanti al camino (44) Non prima di guidare! (46) Solo dopo puoi rialzarti! (47) Prima e ... (49) Tribunale per ricorsi (50) Erano adorati (52) Modena sulle targhe (53) Nota Bene

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: giambra1964@gmail.com
skype pinotenerife
www.giuseppegiambra.com



Playa de Las Américas Parque Santiago 2



€ 285.000

Attico tipo duplex con vista fantastica sulla piscina comunitaria riscaldata. L'appartamento è composto da una camera da letto ampia, bagno in camera, armadio a muro. Al piano inferiore la sala con cucina aperta è dotata di un terrazzo con vista piscina. L'immobile è totalmente ristrutturato ed è tutto nuovo, dai bagni alla cucina, pavimenti, impianto idraulico ed elettrico. La dimensione è di 66 mq. Il residence è nel pieno centro di Playa de las Américas in prima linea del mare e molto comodo a tutti i servizi.

Brisas del mar EL MADROÑAL



€ 137.000

Appartamento al piano terra di 58 mq interni con giardino di 30 mq davanti alla piscina, composto da 1 camera da letto, un bagno, ampio e luminoso salone tutt'uno con la cucina aperta tipo americana. Totalmente nuovo mai usato, privo di mobilio e accessori, solo è compresa la cucina nuova. Dotato di un posto auto coperto. Spese condominiali contenute (59 € mensili). Il residence si trova in uno dei migliori quartieri residenziali dotato di tutti i comfort.

Attico EL MADROÑAL



€ 152.000

Appartamento al 3° ed ultimo piano composto da una camera da letto, un bagno, sala cucina, terrazza con vista alla piscina. La particolarità di questo appartamento è che ha un enorme solarium collegato direttamente dal salone con accesso privato che misura 70 mq. L'interno misura 59 mq e comprende anche un posto auto coperto all'interno del residence, collegato con ascensore. L'appartamento è nuovo mai usato prima, è privo di mobilio a parte la cucina che è compresa e gli armadi a muro in camera. Il residence ha una piscina comunitaria. Spese condominio 59 € al mese.

LA CALETA Residencial OASIS LA CALETA



€ 239.000

Nuovissimo appartamento a la Caleta Adeje (la costruzione è 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.

2 camere 2 bagni El Madroñal



€ 220.000

Si tratta di appartamento totalmente nuovo mai usato, privo di mobilio e accessori, solo è compresa la cucina nuova. Dotato di ascensore che arriva fino al garage comunitario l'appartamento è dotato anche di un posto auto coperto. Spese condominiali molto contenute (59€ mensili). Il residence si trova al EL MADROÑAL, uno dei migliori quartieri residenziali dotato di tutti i comfort come centro commerciale Gran Sur, palestra Acqua spa, campi da tennis, collegio privato che va dall'asilo alle superiori, bar, ristoranti, parco giochi. Consigliato per chi vuole fare una vita da residente.



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 Fañabe - Mareverde



€ 77.000

Il residence è ben tenuto con la vigilanza 24 ore su 24, dispone di 3 piscine comuni al suo interno e 2 bar. È ben posizionato e comodo ai servizi quali la fermata dell'autobus. A soli 5 minuti si trova un grande centro commerciale con Supermercato Mercadona.



Monolocale situato nel residence Mareverde a cinque minuti dalla spiaggia di Fañabe. La superficie interna è di 36 mq. Terrazza di 6 mq con parziale vista al mare, un bagno con vasca, cucina aperta americana, i mobili sono inclusi nel prezzo. La cuota condominiale è di 80 euro mensili.