

X mode
 Abbigliamento - Arredo casa -
 Tendaggi - Tappeti - Materassi -
 Poltrone relax
CA DEGLI OPPI (VR)
 Tel. 045 7130096
 www.xmode.it

la **Randa**
 IL MENSILE DI BOVOLONE, CERA E OPPEANO
 ATTUALITÀ, CULTURA ED INFORMAZIONE
 ANNO 15 - NUMERO 02 / FEBBRAIO 2025

X mode
 Abbigliamento - Arredo casa -
 Tendaggi - Tappeti - Materassi -
 Poltrone relax
CA DEGLI OPPI (VR)
 Tel. 045 7130096
 www.xmode.it

Carnevale primaverile

Quest'anno la Pasqua sarà "alta", ovvero il 20 aprile e di conseguenza anche il periodo carnevalesco è slittato in avanti ed avrà un profumo prettamente primaverile.

Ecco quindi una panoramica degli appuntamenti all'insegna di coriandoli e stelle filanti.

Sabato 1° marzo, è in pro-

gramma la sfilata di Carnevale a Oppeano, dalle ore 14, mentre domenica 2 marzo, alle ore 14, si terrà il 51° Carnevale della Fresca di Cerea, martedì 4 marzo, invece appuntamento a Bovolone, nel Parco del Palazzo Vescovile, alle 14.30, con il "Carnevale dei Bambini". Sabato 8 marzo, sarà la volta del Carnevale di Cerea in notturna, dalle ore 20, nelle vie del centro del paese. Per la sfilata in notturna bovolonese bisognerà invece attendere un po' di più, l'appuntamento è fissato dopo la Pasqua, per sabato 26 aprile, dalle ore 20 in poi.

Costantino Meo
 Direttore
 Responsabile

MONTAGNA
 SINCE 1947 DENTISTI DEL VERONESE
VIENI A TROVARCI!
 Il dentista vicino al tuo sorriso
BOVOLONE
 Tel +39 045 7102578
 M bovolone@montagnastudentistici.it
 www.montagnastudentistici.it
 Dir. San. Bovolone Dott.ssa Livia Montagna - Odontoiatra
 Iscr. Albo Odontoiatri n. 01198 VR | Aut. San. n. 2048/2020 del 27/12/2019

dal 1994
Casa Cerea
 WWW.CASACEREA.IT
VENDI CASA CON NOI
GRATIS
0442.31573
Via XXV Aprile, 21/a CERA



SAN VITO DI CERA - Via Salieri
 Nuova villetta su unico livello e libera sui 4 lati (non ci sono pareti in appoggio con le altre unità). Soggiorno con ampia vetrata che si affaccia sul giardino, angolo cottura con porta finestra, 3 camere da letto, 2 bagni di cui uno adibito a lavanderia, ripostiglio. Posto auto coperto e giardino di proprietà.

1 Euro 295.000,00 www.casacerea.it

dal 1994
Casa Cerea
 WWW.CASACEREA.IT
0442.31573
Via XXV Aprile, 21/a CERA



BONUS FISCALE DI EURO 48.000,00 DETRAIBILE IN 10 ANNI

CERA - Viale Ungheria
 NUOVA VILLA BIFAMILIARE IN CLASSE A4 IN PRONTA CONSEGNA
 Disposta su due livelli fuori terra composta da ampia e luminosa zona giorno, bagno, lavanderia al piano terra; 3 camere da letto e bagno al piano primo. Con garage doppio in parallelo e giardino su tre lati. Ottime finiture e ad alto risparmio energetico.

2 www.casacerea.it



SAN VITO DI CERA Ristrutturazione con bonus 30.000,00
 Porzione di bifamiliare su due livelli fuori terra: ampia zona giorno di 40 mq, bagno e garage al piano terra; 3 camere da letto e bagno al piano primo. Giardino di proprietà. Classe energetica A2.

3 euro 260.000,00 Finita www.casacerea.it



CERA - SAN VITO
 Nuova villetta indipendente libera su 4 lati disposta su unico livello. Soggiorno con angolo cottura, 2 camere da letto, bagno, bagno/lavanderia. Con posto auto coperto e giardino di proprietà. Classe A4.

4 euro 240.000,00 www.casacerea.it



OPPEANO - FRAZIONE DI CA' DEGLI OPPI
 Appartamento al piano rialzato in quadrifamiliare senza spese condominiali. Ampio soggiorno, cucina abitabile, 2 camere matrimoniali, bagno con vasca e bagno/lavanderia con doccia. Ampio garage e cantina.

5 euro 168.000,00 www.casacerea.it

Una luce nuova per Bovolone

nell'ambito degli standard proposti dalla Legge Regionale 17/2009, "Nuove norme per il contenimento dell'inquinamento luminoso, il risparmio energetico nell'illuminazione per esterni e la tutela dell'ambiente e dell'attività

vo e di miglioramento della sicurezza sia sulle reti di distribuzione sia sui quadri elettrici con l'installazione di nr. 31 nuovi quadri elettrici, la maggior parte dei quali dotati di telecontrollo, e l'adeguamento alle normative vigenti degli altri quadri elettrici già esistenti. CAMVO avrà inoltre in gestione l'impianto, quindi la manutenzione ordinaria e straordinaria, per i prossimi 25 anni. Si stima che a conclusione di questo intervento –che durerà all'incirca 16 mesi, si otterrà una riduzione di energia consumata di circa il 62,65% annuo, passando dagli attuali 1.435.000 kWh a 536.000 kWh, con una riduzione di emissione di CO₂ pari a 390.866kg annui, e conseguente risparmio anche in termini

economici. "Quest'opera necessaria era da anni tanto attesa", afferma Orfeo Pozzani, Sindaco di Bovolone, "ed è un vero successo per tutto il territorio di Bovolone poterla finalmente realizzare. Avere un'illuminazione adeguata sulle nostre strade e che allo stesso tempo vada a ridurre gli sprechi sia di luce che di energia utilizzata, sarà un passo in avanti per tutti noi verso una maggiore sicurezza e una valorizzazione del nostro territorio, grazie all'installazione di impianti moderni e adeguati. Ringrazio CAMVO per l'impegno nella parte di progettazione, preparazione e nella realizzazione che certamente eseguirà con professionalità e attenzione".

Grazie alla collaborazione tra l'Amministrazione Comunale e CAMVO, a breve avranno inizio i lavori di efficientamento dell'intero impianto di illuminazione pubblica presso la nostra città. Si tratta di una grande opera, da molti anni attesa e necessaria, con la quale CAMVO andrà a riqualificare gli impianti esistenti, ma aggiungendo alcuni nuovi punti luce, anche in alcune zone periferiche, al fine di risolvere criticità pregresse. Il progetto, che ha avuto come base di partenza una classificazione delle strade, è stato redatto da CAMVO nel rispetto del PICIL – Piano dell'Illuminazione per il Contenimento dell'Inquinamento Luminoso –

svolta dagli osservatori astronomici", con indubbi benefici per gli utenti. L'intervento, pianificato sia nel rispetto della progettazione, frutto di intenso impegno e confronto tra l'Amministrazione e la società partecipata CAMVO SpA, sia prendendo in considerazione anche le diverse segnalazioni pervenute dai cittadini di Bovolone, prevede la totale conversione dei corpi illuminanti con tecnologia a LED, mediante la completa sostituzione delle armature nelle aree oggetto d'intervento; inoltre, sono stati contemplati interventi di adeguamento normati-

"MILLE MIMOSE"

CENA & PITTURA

VENERDI' 7 MARZO 2025
ORE 20:00

Allestimento Mostra di Pittura: a cura della
Sezione Pittura della Cooperativa Sociale Emanuel:

"Donne... Gemme Preziose"

PRESSO CFP DON CALABRIA,
P.ZZA DONATORI DI SANGUE, 1 - BOVOLONE (VR)

Si richiede un contributo di € 25,00;
Prenotazioni fino ad esaurimento posti presso
Cartoleria Gloria tel: 045 5546338

QUANDO IL GIOCO SI FA DURO

SEI GRANDI PELLICOLE SPORTIVE, SEI GRANDI STORIE DI PASSIONE

OGNI MERCOLEDÌ DAL 19 FEBBRAIO AL 26 MARZO
AUDITORIUM COMUNALE, BOVOLONE ORE 20:45
ENTRATA GRATUITA

LE RISERVE
MERCOLEDÌ 19 FEBBRAIO

THE WRESTLER
MERCOLEDÌ 26 FEBBRAIO

TONA
MERCOLEDÌ 5 MARZO

FERRARI VS FORD
MERCOLEDÌ 12 MARZO

INVICTUS
MERCOLEDÌ 19 MARZO

SLAM DUNK
MERCOLEDÌ 26 MARZO

Carnevale dei Bambini

MARTEDÌ 4 MARZO 2025
BOVOLONE (VR)
PARCO PALAZZO VESCOVILE
dalle 14.30 alle 17.30

*Spettacoli, giochi,
trucca bimbi e
tanto divertimento.*

SABATO 26 APRILE 2025
223° CARNEVALE BOVOLONESE

SPERATA DI CARRI E MASCHERE
PER LE VIE DEL CENTRO

PRO LOCO BOVOLONE - C.F.P. DON CALABRIA - C.F.P. DON CALABRIA - C.F.P. DON CALABRIA

New Break: Ricordi di un gruppo di ragazzi amanti della "Breakdance"



Le belle favole iniziano sempre con "C'era una volta..." e anche questa che vi sto per raccontare, grazie ai ricordi che ci ha riferito Leonardo uno dei protagonisti di questo racconto, inizia proprio così. C'era una volta negli anni 80 un gruppo di ragazzi, precisamente sette, dai 17 ai 18 anni (Lucio, Fabio, Mirko, Loris, Leonardo, Luciano e Alberto) di Bovolone, Salizzole e Cerea che frequentavano assiduamente le discoteche. In quel tempo era di moda, proveniente dall'America, un tipo di musica e ballo, era la

"Breakdance". I 7 ragazzi presi da questo ballo decisero di fondare i: "New Break". L'entusiasmo era alle stelle, era talmente alto che decidono di fare le cose sul serio, due, tre sedute di allenamento settimanali, ore e ore di prove davanti allo specchio, prove su prove fino allo sfinimento, ma ne era valsa la pena, ora erano pronti al "grande salto" sognando la celebrità. Arrivarono le prime gare e i primi riconoscimenti, ora inseguivano un mito quello di diventare "Famosi" come nel noto film americano. "Ma anche noi" come ricorda

ora Leonardo "avevamo dei rivali che ci faceva concorrenza, era una compagnia di Mantova che ci dava veramente del filo da torcere, ma a noi tutto questo non ci preoccupa-

va più di tanto, conoscevamo il nostro valore e i successi che avevamo ottenuto, anche a livello nazionale, dimostravano le nostre capacità".

Claudio Bertolini

Ricki e le Perle: una serata dedicata alle donne

Ritornano al ristorante da Graziano e Loretta **venerdì 7 marzo alle ore 20** Ricki e le Perle, sarà una serata con tanta musica italiana anni 60/70 con un menù speciale. Questa serata di cena e musica, sarà dedicata alla donna che si festeggerà il giorno dopo. Ricki e le Perle con questa serata vogliono essere i primi a festeggiare e fare gli auguri a tutte le donne che annualmente l'8 marzo viene dedicato nel mondo, in loro onore. Oltre al menù che trovate

nella locandina pubblicata, il "complesso", come venivano chiamati in "quegli anni", presenterà canzoni dei Nomadi, Pooh, Dik Dik, Celenano, Morandi e tanti altri con un finale tutto da ballare con i tormentoni che hanno fatto la storia della musica italiana vendendo milioni di 45 giri.

Appuntamento quindi venerdì 7 marzo al ristorante "Da Graziano e Loretta" a Mozzecane, per festeggiare in anteprima, la festa della donna. **Info. 333 4450204**

Una mostra per ricordare la festa della donna

In ricorrenza della festa della donna, le Cantine del Vescovo in via Vescovado 7 a Bovolone, ospiteranno dall'1 al 9 marzo, in ricordo di Giancarlo Maragnoli, una mostra di opere pittoriche che l'artista ha dedicato alle donne dal titolo "...Tra stupore e meraviglia: La Donna!". L'esposizione dei quadri sarà suddivisa in tre parti: "Sacro", "Nudo" e "Odierno". Oltre alla mostra sarà anche l'occasione per presentare il libro dello stesso Maragnoli: "L'arte Nascosta". L'inaugurazione si terrà **sabato 1 marzo alle ore 21**, seguirà piccolo rinfresco coordinato dallo "chef" e fratello di Giancarlo, Giorgio Maragnoli. L'evento è patrocinato da Comune, Assessorato Commissione Pari Opportunità.

...Tra stupore e meraviglia: LA DONNA!
Bovolone (VR) dal 1 al 9 marzo 2025
Mostra quadri presso le Cantine del Vescovo, via Vescovado 7
In occasione della Giornata Internazionale della Donna, 8 Marzo, omaggio all'opera dell'artista Giancarlo Maragnoli.
INAUGURAZIONE CON EVENTO - SABATO 1 MARZO ORE 21.00
Orari di apertura:
Lunedì e Venerdì: 10.00 - 12.00 / 14.30 - 18.00
Domenica 02 Marzo: 10.00 - 12.00 / 14.30 - 18.00
Sabato 08 Marzo: 10.00 - 12.00
Domenica 09 Marzo: 10.00 - 12.00 / 14.30 - 18.00

Ingresso Gratuito.
Claudio Bertolini

Venerdì 7 Marzo ore 20

Live Music 60/70

waiting

Happy Women's Day

Claudio

Ricki

Elena

Ricki e le Perle

Riki e le Perle
riki_e_le_perle

Rino

Roberto

MENÙ

PRIMI
Tortelli di zucca al burro e salvia
Caserecci al salmone

SECONDO
Insalata di seppia con patate

CONTORNI
Insalata mista

DOLCE
Semifreddo all'amaretto

Acqua - Vino
Caffè

€ 22,00

Info e Prenotazioni:
045 7930253
333 4450204

Ristorante
da GRAZIANO e LORETTA
Mozzecane (Vr) Via Bon Brenzoni, 58

Mamma... ho paura delle maschere!



Coriandoli, stelle filanti, trombette e naturalmente, il costume. Avete pensato proprio a tutto per festeggiare il Carnevale, ma cosa fare se il bambino ha paura delle maschere? “Il gioco del travestimento non sempre è compreso dai bambini, soprattutto i più piccoli” dicono gli esperti “Spesso il passaggio temporaneo da realtà a finzione non è immediato e la festa

può trasformarsi in fonte di disagio”. Molti bambini non sanno bene come rapportarsi alla maschera. Agli occhi del piccolo, cambiare identità anche se solo per gioco, può mettere ansia e addirittura paura. Questo perché i bambini non hanno ancora la consapevolezza del confine che intercorre tra realtà e finzione. Non sono ancora in grado di capire che ma-

scherarsi significa assumere temporaneamente e per finta un'identità diversa dalla propria. I bambini possono maneggiare senza problemi le maschere, ma poi avere paura di vederle indossate, possono apparire timorosi o scoppiare a piangere, perché la maschera altera l'aspetto di chi la indossa, non consente di vedere l'espressione, lo sguardo, le intenzioni, di prevedere il comportamento dell'altro. Un altro motivo per cui ad alcuni bambini non piace il Carnevale può essere la timidezza. I bambini timidi e introversi possono avere difficoltà a stare nelle situazioni sociali in cui sono al centro dell'attenzione, osservati per la loro maschera, oppure possono essere disturbati dal chiasso o dagli scherzi degli altri bambini. Come comportarsi se il piccolo non si sente a suo agio o ha vere crisi di pianto e paura? Non bisognerebbe mai forzare i bambini a fare qualcosa che li fa stare male, né ridicolizzarli o metterli a confronto con fratelli o compagni. Molti genitori danno per scontato che i figli si divertano a mascherarsi e fare festa e non si accorgono di certi sguardi preoccupati dei loro bambini. Sembra superfluo sottolineare che dovrebbe essere il bambino a scegliere il travestimento, ma purtroppo spesso non è così. Se sono spaventati dalle maschere, possiamo aiutarli a superare il disagio gradualmente. Possiamo inizialmente proporre libri o immagini di maschere, partendo magari dai personaggi che più gli piacciono, e fare giochi

in cui sia previsto travestirsi e truccarsi per impersonare altri ruoli (a partire dai tre, quattro anni). L'ideale è costruire insieme la maschera, sia perché così si assecondano i gusti del bambino e gli si permette di esprimere la sua creatività, sia perché, creando con le proprie mani la maschera, si rende conto che anche i personaggi spaventosi dei cartoni animati o dei film non esistono davvero!

Mary Merenda
Insegnante di
scuola dell'infanzia

Lo sapevate che...

Il “Martedì Grasso” segna la conclusione dei giorni di festa del Carnevale. La festa originariamente aveva un aspetto religioso, infatti la tradizione cristiana prevedeva che durante i giorni del Carnevale venissero consumati tutti i cibi più prelibati rimasti in casa, come la carne, che durante la quaresima non potevano essere mangiati. Proprio perché si consumavano cibi ricchi di grassi, l'ultimo giorno di Carnevale riceve l'appellativo di “grasso”. Oggi, la connessione con l'aspetto religioso è meno rilevante, e il martedì grasso è celebrato con la preparazione di dolci prevalentemente fritti. Tra i più famosi ricordiamo le chiacchiere (bugie in Liguria, frappe nel Lazio, cenci in Toscana, sfrappole in Emilia, galani in Veneto, crostoli in Friuli), le frittelle, che possono essere sia vuote oppure ripiene di crema chantilly o cioccolato, gli struffoli (detti anche ciccherchiata) e infine le castagnole!

**APPUNTAMENTO
CON UN NUOVO VIAGGIO?**
Raggiungi l'aeroporto con ATV.
Acquista il tuo biglietto con l'app **Ticket BUS Verona!**
facile, veloce, sicura.

atv Azienda Trasporti Verona

IL MENSILE DI BOVOLONE - CEREA - OPPEANO
ATTUALITÀ - CULTURA - INFORMAZIONE

la Rana
www.larananews.it

PER LA PUBBLICITÀ SUL MENSILE
TEL. 347 6861335 - Oppure www.larananews.it



Volkswagen



Veicoli Commerciali

Autobovolone Borini s.r.l.



SKODA

Via Madonna 430/1 - 37051 Bovolone

 045.7100281 - 3711710895

 info@autobovolone.it

 @autobovolone

SERVICE PARTNER VOLKSWAGEN E SKODA



CARROZZERIA



PNEUMATICI



VOLKSWAGEN VEICOLI COMMERCIALI



Expert Link: il futuro dell'elettronica è già qui

expert

GLI ESPERTI SEMPRE CON VOI



di porte HDMI e porte USB disponibili sul televisore per collegare tutti i dispositivi e l'uscita audio ottica.

Curioso di scoprire di più?

Ti aspettiamo nel negozio **EXPERT LINK** di Bovolone, in Via Invalidi del Lavoro, 19.

Entrare in un negozio Expert Link significa vivere un'esperienza d'acquisto nuova, che va oltre la semplice esposizione di prodotti. Grazie a un approccio omnicanale, i clienti hanno accesso a una gamma vastissima di articoli, sia quelli presenti fisicamente nel punto vendita, sia l'intero catalogo disponibile sul mercato.

Schermi touch interattivi e la consulenza personalizzata degli esperti guidano il cliente nella scelta ideale, in base alle sue specifiche esigenze. Prendiamo l'esempio dei televisori: da Expert Link a Bovolone non ti accontenti del modello disponibile, ma scegli tra una miriade di opzioni, con dimensioni, tecnologie e marchi differenti. I nostri addetti ti affiancano per trovare esattamente ciò che fa per te, trasformando l'acquisto in un'esperienza su misura.

ne a LED che garantisce ridotti consumi energetici (rispetto alla tecnologia più vecchia LCD).

- Il **Quantum Dot** (abbreviato QLED) è una tecnologia di retroilluminazione dei televisori a LED che si basa su dei micro-cristalli che riproducono i colori in maniera più precisa di quanto fanno i TV a LED.

- I TV **OLED** rappresentano la tecnologia più avanzata, acronimo di **diodo organico a emissione di luce**. Nei televisori OLED, a differenza di quelli LCD/LED, ogni pixel è in grado di emettere luce in maniera autonoma con consumi energetici ridotti e televisori più sottili.

- La tecnologia **MicroLED** è un'alternativa agli schermi OLED: i pannelli LED di piccolissime dimensioni sono affiancati tra loro ed emettono luce propria. A differenza dei LED, non hanno bisogno di retroilluminazione per proiettare ogni pixel di luce colorata

ALTRE CARATTERISTICHE

Altre caratteristiche da considerare nell'acquisto di un televisore sono ad esempio la **risoluzione, il consumo energetico, la garanzia, il numero**

FOCUS TELEVISORI

Le principali tecnologie di televisori sul mercato sono 4:

- I TV **LED** (diodo ad emissione di luce) rappresentano la tecnologia più diffusa sul mercato, hanno una retroilluminazio-



TRASFORMA IL TUO TV IN UNO

SMART TV CON IL RICEVITORE STRONG SRT420

Hai mai pensato di poter fare di più con il tuo vecchio TV? Con il ricevitore **STRONG SRT420**, puoi trasformarlo in uno Smart TV in un batter d'occhio!

Questo piccolo ma potente dispositivo è un due-in-uno:

- **Ricevitore TV digitale:** guarda i tuoi canali TV e ra-

dio preferiti in alta definizione grazie al sintonizzatore DVB-T2.

- **Box Android TV:** naviga nel web, scarica app dal Google Play Store e guarda i tuoi servizi di streaming preferiti come Netflix, YouTube, Prime Video e Disney+ direttamente sul tuo TV.





Tende24 Taietta



Vendita e Posa

- Tende tecniche
- Tende per interni
- Tende da sole

PROMOZIONE

Prenota la tua tenda da sole
ed avrai uno
sconto immediato
del **10%**



BOVOLONE (VR) Via S. Toscana 3 Tel. 045 7100447

  TAIETTATENDE24 - www.taiettatende24.it

Al fosso a resentar



Ogni paese ha il suo fiume o il suo corso d'acqua, elemento indispensabile per la vita. Là dove manca, l'uomo si è prodigato per farvela arrivare attraverso la costruzione di canali, in modo da renderla disponibile più o meno gratuitamente all'uso dei suoi abitanti.

Per quanto riguarda l'irrigazione dei campi, invece, spariva il concetto di gratuità e in nome di antichi privilegi che affondano le loro radici nel Medioevo, pur essendoci nei pressi di un terreno fossati in cui scorreva copiosamente l'acqua, solamente chi aveva diritto poteva irrigare i suoi campi, creando così situazioni di miseria accanto a proprietari che vedevano il proprio seminato crescere rigoglioso. Ne sapeva qualcosa mio nonno Toni, che era costretto a seminare solo frumento e orzo, oltre alla *braspagna* (l'erba medica) per le vacche, sperando di anno in anno nell'arrivo di qualche pioggia per grazia di Dio, mentre

il suo confinante, ricco possidente, aveva acqua in abbondanza, tanto da adibire il suo latifondo a risaia. Questi privilegi sono stati aboliti definitivamente negli anni Ottanta del secolo scorso, meno di cinquant'anni fa.

Se l'acqua da bere si attingeva al pozzo, spesso rudimentale e popolato di larve, il bucato era un'operazione che impegnava tutte le donne e le ragazze della famiglia. Prima dell'avvento dei detersivi, il lavaggio dei panni sporchi avveniva in modo "naturale": si preparava la *lissia* (la lisciva). Una volta al mese o ogni quindici giorni, a seconda della numerosità dei famigliari, un pentolone apposito veniva messo sopra la *forméla*, un focolare all'aperto presente in ogni corte, vi si versava dentro l'acqua, si univa la cenere del camino o della stufa, mondata dalle impurità, si mescolava ben bene e si lasciava decantare. Si accendeva un bel fuoco, di solito utilizzando legna

di scarto (fascine o *mugoloti*, cioè i tutoli delle pannocchie), si portava l'acqua ad ebollizione e quindi si immergevano i panni da lavare, rivoltandoli di tanto in tanto con un bastone. Poi si lasciava raffreddare il tutto e ci si preparava per il risciacquo della biancheria. Per svolgere questa operazione bisognava avere a disposizione un corso d'acqua corrente. Alcune donne erano fortunate e disponevano dell'acqua per il risciacquo vicino alla propria abitazione; altre, invece, dovevano caricare i tessuti appena lavati su un carretto e recarsi ai lavatoi pubblici, messi a disposizione dalle municipalità.

Un lavoro molto faticoso quello di *resentar* (risciacquare) i panni, che andavano immersi nell'acqua, strizzati e battuti più volte. Oltre al *comarego* (pettegolezza) tipico dell'universo femminile, ai lavatoi si intonavano canti di pascoliana memoria che arrivavano fin sull'uscio delle osterie nelle quali gli uomini si concedevano un gotto de vin (bicchiere di vino). Al termine di tanta fatica, le donne tornavano rinfrancate a casa, pronte a stendere i panni per l'asciugatura. Anche Bovolone aveva i suoi lavatoi pubblici lungo il fiume Menago.



Uno, con gradoni in cemento, è visibile ancora oggi al Ponte Nuovo (andrebbe messo in sicurezza e valorizzato come testimonianza del passato); un altro, il più antico, con gradoni in pietra, era quello che intravediamo nella foto, scattata a metà del secolo scorso nella parte posteriore del mulino. Con la costruzione di Piazzale Mulino il lavatoio è stato sotterrato. Possiamo notare, inoltre, che è stata involontariamente ritratta, in secondo piano, anche una lavandara.

Ulisse Scavazzini
Centro Studi e Ricerche



Comunità Energetica Rinnovabile Bovolone
Via Carlo Alberto, 19 Bovolone
Telefono: 344 4073136
email: info@cerbovolone.org

CONDIVIDO, RISPARMIO, NON INQUINO

Ti piace l'idea di condividere il consumo di energia prodotta da fonti rinnovabili?

Allora entra a far parte della CER di Bovolone, la comunità energetica che ti permette di scambiare l'energia prodotta sul tuo territorio! Il beneficio è non solo ambientale ma anche economico e sociale. In gruppo si può consumare meglio e risparmiare di più, facendo bene all'ambiente!

Il concetto è di condivisione energetica

- 1) Immettere l'energia prodotta in esubero in rete
- 2) Prelevare e consumare dalla rete l'energia in esubero

Vantaggio Ambientale

L'energia elettrica viene prodotta solo da fonti rinnovabili a km zero, proprio vicino a te.

Vantaggio Economico

Chi consuma e non è provvisto di impianto fotovoltaico vedrà ridursi il costo della bolletta. Chi produce godrà dell'autoconsumo individuale e anche dell'incentivo sull'energia condivisa.

Vantaggio Sociale

La CER genera valore sul territorio, riducendo la "povertà energetica" ed incentivando l'indipendenza energetica. I propri consumi possono essere in parte coperti dall'energia elettrica rinnovabile prodotta dagli altri membri della comunità. A beneficio soprattutto delle famiglie a basso reddito.

DOMANDE FREQUENTI

Cosa devo fare con il mio contratto di fornitura di energia?

Nulla! Tutti i partecipanti alla CER, mantengono il contratto con loro fornitore e relativi diritti da clienti finali.

I calcoli su produzione e consumo della CER non si sovrappongono al contratto di fornitura, ma sono redatti separatamente.

Posso uscire dalla CER?

Sì! Tutti hanno la facoltà di uscire dalla Comunità secondo le regole e le indicazioni contenute nello statuto.

Quali sono i vincoli per partecipare alla CER Bovolone?

Appartenere alla cabina primaria di distribuzione energia con codice AC001E00890. Controlla se appartieni alla nostra cabina primaria a questo link <https://www.gse.it/servizi-per-te/autoconsumo/mappa-interattiva-delle-cabine-primarie>

Cosa si intende per autoconsumo all'interno di una CER?

Per autoconsumo si intende il consumo dei soci consumatori della quota di energia prodotta in esubero dai soci produttori.

Cosa si intende per quota prodotta in esubero dai soci produttori?

E' la quota che i produttori non utilizzano per il proprio autoconsumo personale e che viene quindi immessa in rete.

Come vengono calcolati gli incentivi che la CER riceve?

Sull'autoconsumo. Più autoconsumo viene effettuato dalla CER maggiori saranno gli incentivi ricevuti.

Incentivi = risparmio. Perché?

La CER distribuisce gli incentivi secondo regolamento, tra i propri componenti. Gli incentivi che ricevi li puoi considerare una riduzione dei tuoi costi di fornitura

Riassumendo..... Mantieni il tuo fornitore, puoi sempre uscire, ti avvantaggi degli incentivi che ti aiutano a ridurre il costo dell'energia. Cosa aspettiiii! contattaci

ANCHE IO CORRI/SALTA/LANCIA **2025**

ATLETICA

PISTA ATLETICA **BOVOLONE**

CLASSI 1° MEDIA

VENERDÌ ORE 15:00

14 MARZO

CLASSI 2° e 3° MEDIA

VENERDÌ ORE 15:00

21 MARZO

PROGRAMMA GARE:

MT 60 - MT 600 - SALTO IN LUNGO
SALTO IN ALTO - GETTO DEL PESO
LANCIO DEL VORTEX - STAFFETTA 4X100

PUOI ISCRIVERTI AD UNA SOLA GARA INDIVIDUALE PIÙ LA STAFFETTA

SCUOLE PARTECIPANTI:

Bovolone, Isola della Scala, Salizzole, Nogara,
Sorgà, Sanguinetto, Roncanova, Casaleone,
Ronco all'Adige, Albaredo, Roverchiara,
Cerea-San Pietro di Morubio, Minerbe.

SPONSOR:

SPORT italia srl
FORLÌ - WWW.SPORTITALIASRL.IT

FINSTRAL

cura salute
POLIAMBULATORIO - DIAGNOSTICA
PRELIEVI - RIABILITAZIONE - OCULISTICA

FARMACIA BORDOGNA

MEDAGLIA AI PRIMI TRE CLASSIFICATI M/F DI OGNI GARA E PREMIO RICORDO PER TUTTI I PARTECIPANTI
PREMIATE TUTTE LE SCUOLE

f @atleticabovolone www.atleticabovolone.it

PARTECIPA ANCHE TU!

PIÙ FORTI DEL FREDDO

L'Atletica Bovolone inaugura la stagione 2025



Martina Raffaelli (foto Fidal Veneto AtlEticamente)

È iniziata a spron battuto la stagione 2025 dell'atletica leggera che, come al solito, si preannuncia ricca di impegni agonistici. Purtroppo tre dei grandi protagonisti del 2024, ovvero **Matilde Prati**, **Marcello Donadoni** e **Marco**

bocca al lupo per una rapida ripresa. Tra questi solo **Matilde** è riuscita a mostrare, nell'unica apparizione in pista in gennaio, scampoli del proprio potenziale: il notevole 4'25"42 corso nei 1500m a Padova rappresenta il record



Edoardo Piva (foto Fidal Veneto AtlEticamente)

Tamburini, sono fermi per infortunio e non hanno potuto esibirsi nel palcoscenico a loro più consono, quello dei Campionati Italiani di categoria. A loro va un grosso in-

personale "al coperto". Ai Campionati Italiani svoltisi ad Ancona si è comportato ottimamente **Cristiano Garavaso** che, negli 800m, ha corso in 1'56"90 ottenendo

un apprezzabile undicesimo posto tra gli Juniores. Nella medesima manifestazione, l'Atletica Bovolone ha schierato tra le Promesse-Under 23 due saltatrici con l'a-

or ad un solo cm dal record assoluto all'aperto). Si tratta di un risultato che lascia ben sperare per la stagione all'aperto. Nel lancio del peso **Valentina Rossetti**, al pri-



Irene Turazza (foto Fidal Veneto AtlEticamente)

sta: **Martina Raffaelli**, con 3,40m, si è piazzata settima d'Italia, mentre **Irene Turazza** ha ottenuto il sesto posto con 3,55m, mettendo fine, nella categoria allievi, la misura di 3,70m (PB indo-

mo anno tre le Juniores, ha scagliato l'attrezzo da 4kg al record personale di 10,63m, classificandosi al nono posto ai Nazionali di Ancona. Infine, nella categoria allievi, **Luigi Cascella** si è ben com-



Alberto Pomini (foto Fidal Veneto AtlEticamente)

FARMACIA 
BORDOGNA

www.farmaciabordogna.it





Valentina Rossetti (foto Fidal Veneto AtlEticamente)

portato stabilendo il proprio record con il tempo di 8"81, rompendo il ghiaccio nel migliore dei modi al debutto nella nuova categoria.

In una riunione indoor a Padova è andata in scena l'ottima gara nei 1500m del talento **Alberto Pomini**. L'atleta, che lo scorso anno ha partecipato ai Mondiali Juniores in Perù, ha migliorato di 5 secondi il proprio record "in sala", correndo in 3'54"63. Si tratta di un notevole risultato che, nell'ottica della stagione all'aperto, potrà portarlo a raggiungere traguardi importanti



Cristiano Garavaso (foto Fidal Veneto Bassan Elia)

nella sua specialità preferita, ovvero i 3000 siepi.

Ai Campionati Regionali Indoor di Prove Multiple va menzionato il miglioramento dello junior **Edoardo Piva** che, nell'epathlon, con un punteggio complessivo di 4067 punti, ha siglato nuovi primati personali in tutte le sette specialità che costituiscono la disciplina. Nel pentathlon femminile **Giorgia Signoretto** si è classificata terza tra le junior del Veneto con 2252 punti, nuovo primato personale.

Degni di nota anche i risultati ottenuti da **Giacomo Pizzoli** nell'asta con 3,85m, dal velocista **Francesco Antonioli** (PB nei 60m con 7"32), da **Edoardo Garavaso** nei 3000m con 8'48"71 e dal sempreverde **Marco Perbellini** che ha corso i 60 ostacoli in 8"78. A Padova inoltre è caduto il record sociale della 4x200m indoor ad opera di **Federico Antonioli, Francesco Vertuan, Cristiano Garavaso e Marco Perbellini**, con il tempo di 1'35"13

Infine, non vanno dimenticati

i risultati del settore giovanile dei cadetti, che hanno ben figurato in gennaio durante il Meeting Regionale Giovanile di Modena. Nell'occasione, **Leonardo Interlandi Lestat** ha vinto sia i 60m piani con il tempo di 7"49, sia i 60 ostacoli

Marcello Donadoni e Matilde Prati fermi ai box non abbiamo potuto competere per le medaglie ai Campionati Italiani Indoor; questi primi mesi però hanno evidenziato un miglioramento complessivo da parte di molti compo-



Luigi Cascella (foto Fidal Veneto AtlEticamente)

con 8"86. In campo femminile **Irene Rudella** si è aggiudicata i 60m in 8"14, mente **Ester Bianchini** si è piazzata terza nei 60m ostacoli, correndo in 9"60.

Questo il commento del **Presidente Luca Mantovani** sulla prima parte della stagione agonistica: "Purtroppo con

nenti della squadra. Significa che abbiamo lavorato bene durante l'inverno e, ora che la primavera è alle porte, potremo affrontare con grandi speranze la lunga stagione all'aperto che ci vedrà sicuramente protagonisti".

Pietro Perbellini



I quattro staffettisti della 4x200m

Consulta dei Giovani di Cerea, Filippo Barbieri è il nuovo presidente



La Consulta dei Giovani dei Comuni di Cerea, ha un nuovo presidente, si tratta di Filippo Barbieri. Il presidente uscente, Nicolò Maestrello, continuerà a far parte del direttivo, affiancato da Kevin Haruna, Elena Garonzi, Cesare Murari (segretario), Francesco Cantiero e Giorgia Veronese (vicepresidente). “Gli auguri di buon lavoro al nuovo direttivo da parte dell’amministrazione comunale. L’energia e l’impegno di questi giovani rappresentano

una risorsa preziosa per la nostra comunità, e siamo certi che il loro contributo sarà fondamentale per dare voce alle esigenze delle nuove generazioni”, ha dichiarato il sindaco di Cerea, Marco Franzoni. “La nostra amministrazione continuerà a collaborare con entusiasmo per creare nuove opportunità per i ragazzi del territorio”.

La Consulta proseguirà il proprio lavoro con corsi e serate dedicate alla prevenzione, organizzati in collaborazione con gli

assessorati alle Politiche Giovanili dei Comuni di Cerea, Casaleone e Sanguinetto, oltre che con la parrocchia di Cerea.

“Vogliamo creare sempre più occasioni di incontro e crescita per i giovani”, spiega l’assessore alle Politiche Giovanili Stefano Brendaglia, “non solo attraverso eventi come le ‘Follie Notturne’, ma anche offrendo strumenti utili per ampliare le loro competenze in ambito formativo e lavorativo. I risultati ottenuti finora ci rendono orgogliosi e ci spronano a migliorare con nuovi corsi ed eventi”.

“Sono onorato di assumere il ruolo di presidente della Consulta Giovani di Cerea”, dichiara il neopresidente Filippo Barbieri, “desidero ringraziare di cuore il presidente uscente, Nicolò Maestrello, per l’impegno, la passione e la dedizione dimostrati durante il suo mandato. È un privilegio sapere che continuerà a far parte del direttivo”.



Stefano Brendaglia

Barbieri ha poi voluto esprimere gratitudine nei confronti del Comune di Cerea e dell’assessore Brendaglia per il continuo sostegno alle attività della Consulta: “spero, insieme a tutti i soci e simpatizzanti, di poter svolgere al meglio questo incarico, portando avanti iniziative che sostengano i giovani e la nostra comunità”.

Expo Elettronica e Cerea Benessere di nuovo insieme

Sabato 15 e domenica 16 marzo l’Area EXP torna ad ospitare due appuntamenti apparen-

temente distanti ma di grande interesse e ricchi di benefici per un vasto pubblico.

Il primo evento in programma è Expo Elettronica. Il circuito di fiere che porterà a

Cerea tantissimi espositori di elettronica di consumo e professionale, per esperti, neofiti,

areaexp.it



AREA EXP

CEREA

**PROSSIMI
EVENTI**

15/03-16/03

- Cerea Elettronica & Benessere

30/03

- Il Mercatino della Fabbrica

4/04 al 6/04

- Vini Veri

→ Via Oberdan, 10
37053 Cerea (VR)

 Area Exp Cerea

 @areaexp_cerea

Copyright Square Marketing

elettro-riparatori, appassionati del fai da te in cerca di buone occasioni e pezzi rari. Cuore espositivo della fiera è quello comunemente definito dell'elettronica di consumo, che comprende prodotti di informatica, fotografia digitale, telefonia, lettori, masterizzato-

ri, decoder digitali e satellitari, videosorveglianza, monitor, TV, tablet, piccoli elettrodomestici e gadget oltre a schede, componenti e pezzi di ricambio per l'auto costruzione e la riparazione.

Con lo stesso ticket d'ingresso si potrà visitare anche Cerea

Benessere, la fiera che, giunta alla sua terza edizione, offre al pubblico l'opportunità di accostarsi ad antichi rimedi e novità per il benessere naturale di corpo, mente e spirito. Oltre a trovare prodotti sostenibili, buoni per la salute e l'ambiente il pubblico è invitato a parte-

cipare a free class di discipline olistiche e ad assistere a talk e conferenze con esperti, fra cui anche il professor Giovanni Vanni Fraiese e Red Ronnie, il noto conduttore, giornalista e critico musicale che si è avvicinato tra le altre cose, anche sulla "salute dell'anima".

8 e 9 marzo ritorna Cerea Comics&Games

Sabato 8 e domenica 9 marzo all'Area Exp ritorna Cerea Comics&Games, la fiera dedicata ai cultori di anime, videogamers e giochi da tavolo, action figure, gadget, cosplay e storia della tv. Cerea Comics&Games sarà piena di ospiti speciali; tra quelli già annunciati Cristina D'avena la regina delle sigle dei cartoni animati, i doppiatori Davide Garbolino, Rossa Caputo, Riccardo Suarez e Giulia Maniglio, i Videogame Hunters protagonisti del programma in onda su Dmax, la band Spork capitanata dal digital creator Xiuder, insieme a tanti altri protagonisti della pop culture. Nel padiglione Gaming, in collaborazione con WLT gaming

e Game Over Computer, si potranno provare videogiochi PC da gaming e console next generation, misurarsi negli e-sports immergersi nella VR ma anche vivere l'atmosfera delle sale giochi anni '80-'90 con i cabinati originali Arcade Story e il Vintage Game Party.

E poi naturalmente tantissimi cosplayers alcuni dei quali si sfideranno nella gara di domenica pomeriggio, il Raduno di One Piece, i Ghostbusters Italia, e l'immane spazio KPOP a cura di Kst - Kpop Show Time con un fitto programma di showcase, talk e random dance per tutto il weekend. Scopri il programma completo su fieredelfumetto.it.

**DOCENTE DI CHIMICA
IMPARTISCE LEZIONI
DI CHIMICA
a studenti di
tutte le scuole superiori e
Università (preparazione
a verifiche, esami, test
d'ingresso universitari ecc...)
Cerea e limitrofi.
Tel: 347 8816527.**

SENTI DI AVERE LE "PILE SCARICHE"?

LA TUA VITA NON TI SODDISFA?

RINNOVA LA TUA ENERGIA E RAGGIUNGI I TUOI TRAGUARDI!

Mi chiamo **Anna Rambaldi** e la mia missione è supportarti con **trattamenti energetici mirati** e con le migliori tecniche di **crescita personale** che ho sperimentato nel tempo.

Ti aiuterò a **recuperare la forza vitale** e la **chiarezza mentale** che ti servono a individuare e realizzare i **tuoi obiettivi**.

Chiamami o scrivimi. Parleremo insieme di come realizzare la tua personale **Rinascita Energetica!**





Corte Finato 4/1 - Cerea (VR)
Tel. 338 455 33 27
www.reikiedenergia.blog Seguimi su 



SE DESIDERI:

- Rilassarti profondamente
- Ridurre ed eliminare lo stress e gli stati d'ansia
- Trovare il tuo centro ed essere più stabile emotivamente
- Ridurre ed eliminare il dolore fisico
- Superare al meglio le sfide della vita quotidiana
- Migliorare gli aspetti importanti della tua vita e riprenderne il controllo

Contattami
Tel. 338 455 33 27
Corte Finato 4/1 - CEEA (VR)
www.reikiedenergia.blog Seguimi su 

RINNOVA LA TUA ENERGIA E RAGGIUNGI I TUOI TRAGUARDI!



CEREA
COMICS & GAMES



8 - 9 MARZO 2025

OSPITI - SHOW - GAMING
COSPLAY - KPOP - TORNEI
BOARD GAMES - ARCADE

Prevendita Online: Ingresso € 10,00
Abbonamento due giorni € 18,00
Cassa: Ingresso € 12,00

AREA EXP CERIA

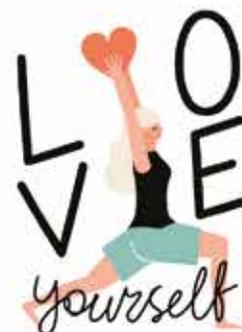
FIEREDELFUMETTO.IT

15-16 marzo | Area EXP Cerea

Expò
Elettronica



expoelettronica.it



Cerea
Benessere

fieredelbenessere.it

Ingresso unico 5 euro



28 DICEMBRE 2024

SUCCESSO DEL T'HO TROVATO VOCAL GROUP

GRUPPO UNITALSI BOVOLONE

Progetti "DOPO DI NOI"

DONAZIONE A FAVORE DELLA COOPERATIVA EMMANUEL ONLUS

€.....3000,00

COSA ACCADRÀ QUANDO NOI GENITORI NON SAREMO PIÙ IN GRADO DI ACCUDIRE I NOSTRI FIGLI?

Il progetto **VILLE VENETE** sul "Dopo di Noi durante Noi" ha l'obiettivo principale di rispondere a questa domanda: è la realizzazione di percorsi validi e promissivi a favore della persona con disabilità (autodeterminazione e l'autorappresentazione; nonché, a più alto livello possibile di funzionamento e di autonomia, attraverso percorsi di vita emergenziali, finalizzati allo sviluppo di abilità di gestione della vita quotidiana, anche nella sua dimensione domestica, e di gestione delle abilità comunicative e relazionali, indispensabili a rendere la persona protagonista della propria vita.



Una serata davvero fantastica, piena di emozioni e sorprese quella di sabato 28 dicembre al Palazzetto le Muse di Bovolone, anche quest'anno con il tutto esaurito ad una settimana dallo spettacolo.

Il pubblico presente ha trasmesso il loro calore ed entusiasmo che aumentava brano dopo brano, coronata da una standing ovation finale con il brano del Gen Rosso... Resta qui con noi. Ospite speciale Marcy (Marcellino Bautista) ex cantante ballerino del Gruppo Gen Rosso che si è esibito a Bovolone nel settembre 1983 con ben 5000 spettatori in due serate. Presente il Sindaco Orfeo Pozzani con l'Amministrazione Comunale di Bovolone che ha patrocinato lo spettacolo, presente anche l'Ass.re al Sociale Paolino Turrini che in quel momento rappresentava anche l'Unitalsi di Bovolone con i suoi volontari.



Intervenuto anche il Presidente della Cooperativa Sociale Emmanuel Stefano Fiorini, parte dell'incasso è stata devoluta per il "Progetto Dopo di Noi" per realizzare appartamenti per ragazzi maggiorenni diversamente abili che possano convivere insieme e prepararsi per un futuro quando non ci saranno più i genitori.

Il pubblico che aveva gremito il palazzetto, mano a mano che lo spettacolo procedeva, è diventato un tutt'uno con chi c'era sul palco.

Allo spettacolo hanno aderito: Croce Rossa Italiana Comitato Basso Veronese, Fidas Verona Sezione di Bovolone, Circolo Acli Bovolone, Ana Alpini di Bovolone, Gos Associazione Volontari Vigili del Fuoco di Bovolone, un particolare grazie va anche al Motorclub I Pezo che ci sostengono nelle nostre varie iniziative.

Parte del guadagno della serata, sarà destinato come autofinanziamento al Gruppo per le attività di volontariato svolte durante l'anno, tra cui l'esperienza del pellegrinaggio a Lourdes....



Sabato 1 febbraio al Palazzetto Le Muse è stata donata alla Cooperativa Sociale Emmanuel per il PROGETTO DOPO DI NOI la somma di 3000 €, alla consegna era presente oltre al Sindaco Orfeo Pozzani, il Sindaco di Sinnai Barbara Pusceddu (città gemellata con Bovolone), Sara Grezzani Presidente Unitalsi Bovolone, Paolino Turrini in duplice veste di Vice Pres. Unitalsi Bovolone e come Ass.re al Sociale del Comune di Bovolone e il direttore artistico del T'ho Trovato Vocal Group Carlo Bertoni.

Un grazie di cuore a tutti coloro che ci hanno sostenuto

Sara Grezzani, Paolino Turrini e tutti i Volontari Unitalsi



I Veneti antichi - Venetici o Paleoveneti (capitolo 6)



tosufficienza alimentare, rivestiva una grande importanza. Secondo i reperti storici i campi coltivati erano quadrati e circolari da alte siepi di alberi e da un fossato per lo scolo dell'acqua piovana.

Questa tecnica si chiama col nome di "campi chiusi", è rimasta nel tempo dura ancora oggi.

I campi erano arati con aratri di legno trainati dai buoi, ma anche da cavalli, come tutti i popoli Italici.

Si coltivavano numerosi tipi di cereali a seconda delle stagioni: avena, farro, frumento, segale, orzo, miglio e legumi come le lenticchie e le fave per minestre (trovati negli insediamenti di Montebello Vicentino e Trissino).

Le tecniche agronomiche consentivano abbondanti raccolti. Si trattava del "maggese" (av-

veniva nel mese di maggio): in pratica, ogni anno, i contadini coltivavano solo la metà dei campi a disposizione, gli altri venivano solo concimati e lasciati a riposo o a prato. L'anno successivo avveniva il contrario.

Molto sviluppato era l'allevamento di pecore (nella zona di Altino), capre, bovini e pollame per latte, lana, carne e uova. I maiali erano allevati allo stato semibrado nei boschi e nelle foreste dove crescevano alberi di ghiande (querce) di cui si nutrivano.

I cavalli invece vivevano liberi in zone controllate, poi venivano domati emarchiati con la testa di un lupo (Strabone I secolo a.C.).

Da ricordare che fonte di carni erano la caccia di animali selvatici quali cervidi, cinghiali, uccelli da sempre praticate. Importante era la pesca di fiume e di mare e la raccolta di erbe spontanee commestibili.

Consumavano spesso e volentieri i molluschi: le cozze costituivano una raffinata pietanza e "i ghiozzi" pesci dal capo grosso e dal corpo spinoso le cui carni però erano saporitissime.

I vini prodotti nella regione veneta divennero famosi presso i Romani e ricercati per il loro sapore, tra i quali il "retico" prodotto nelle valli alpine, a nord. (Strabone).

Esso veniva consumato abbondantemente a tavola e offerto agli ospiti.

Da ricordare che i Venetici ebbero sempre proficui contatti commerciali via terra con gli Etruschi, che confinavano a sud.

Adattamento: *Mirandola Floriana*



Antichità di Villa Benvenuti presso Este (Padova). (Terzo periodo etrusco - Sepolture a incinerazione).

Il commercio.

Forti erano gli scambi commerciali con il mondo greco, i popoli dell'Italia meridionale, l'Etruria, i vicini Illiri le genti delle valli trentine (i Reti) da cui arrivarono materiali preziosi tra cui: rame e stagno per creare il bronzo, ferro, oro, argento, corallo, ambra, perle per le varie produzioni artigianali. Merci di esportazione erano il legname e certamente i famosi "cavalli veneti" allevati nelle vaste pianure erbose

L'agricoltura.

Presso l'antico popolo dei Veneti l'agricoltura, e quindi l'au-

Chiusa con successo la tradizionale Fiera Agricola di San Biagio

Si è conclusa con successo anche la 746esima edizione della Fiera Agricola di San Biagio. Sono stati quattro giorni ricchi di iniziative non solo per il settore agricolo, ma anche per chi era amante della gastronomia, del fast food, dello shopping o per l'acquisto di prodotti tipici locali e di altre regioni, una fiera per tutti, per le famiglie e non solo. Molto visitata, oltre alla struttura agroalimentare, è stata quella degli animali in fiera.

Mamme e papà che accompagnavano i loro bambini hanno potuto far accarezzare e fare anche qualche foto ricordo ai loro piccoli con: cavallini, pony, pecore e altro ancora.

Domenica 2 febbraio erano previste le prove su campo, ma per la troppa pioggia caduta il giorno e la notte precedente, ha reso i campi impraticabili e quindi le prove non si sono disputate.

Il giorno più "di movimentato" è stata la domenica dove alcu-

ne migliaia di persone hanno letteralmente "invaso" Bovolone in tutte le sue parti, dalla piazza, al Luna Park, al piazzale fieristico grazie anche ad un tempo clemente con temperature, soprattutto il pomeriggio, al di sopra della media.

Molto apprezzato è stato lo show del gusto con Stefano Cantiero, i convegni e la cucina presente all'interno dello stesso palazzetto, il trenino che faceva spola con un giro turistico, portando i visitatori dal



piazzale fiera al piazzale Mulinno dove era presente il Luna Park.

L'appuntamento ora è per il 2026 dove anche se la Fiera di San Biagio dovrà "vedersela"

con molta probabilità, con quella di Verona che essendo biennale, nel 2026 si sovrapporrà con la Fiera Agricola di Bovolone se nel frattempo non dovesse esserci un accordo (molto improbabile) tra i due enti

dal 1966 *La tua Vetreteria del centro!*
Vetreteria Bissoli
 di Bissoli Elena e C. snc

"Per preventivi, siamo disponibili per consulenza e rilievo misure"

Via A. Volta, 3 - BOVOLONE (VR) - Tel. 045 7100537
www.vetrieriabissoli.it - info@vetrieriabissoli.it



Claudio Bertolini



L'IMPORTANZA DI DORMIRE BENE!

Dormire bene è fondamentale per il benessere fisico e mentale. Il sonno ha infatti un ruolo cruciale in numerosi processi vitali del nostro organismo:

- rigenerazione cellulare
- mantenimento delle funzioni cognitive
- equilibrio psicologico
- sistema immunitario
- sistema endocrino
- sistema cardiovascolare.



SEREN SONNO & RELAX, novità dei Laboratori Larix 2025, è in grado di favorire il riposo notturno, la qualità del sonno e il rilassamento.

Il nostro nuovo integratore alimentare contiene i seguenti principi attivi:

GABA: ricerche scientifiche rilevano che l'integrazione di Gaba aiuta a ridurre i livelli di ansia prima di coricarsi, facilitando il processo di addormentamento e migliorando la qualità del sonno.

GRIFFONIA: precursore della serotonina, svolge un ruolo fondamentale nella regolazione dell'umore e del ciclo sonno-veglia.

MELATONINA: regola il ritmo circadiano aiutando il corpo a riconoscere quando è ora di dormire.

VITAMINA D3: svolge un ruolo nella produzione della melatonina. Un miglioramento dei livelli di vitamina D3 può favorire l'umore e facilitare un sonno più sereno.

In farmacia, parafarmacia ed erboristeria.



Perchè si tradisce anche se si ama?



Il tradimento è certamente una delle esperienze più temute e dolorose all'interno della vita di coppia, nonché uno dei motivi più comuni di rottura della relazione e divorzio. Innanzitutto è bene distinguere tra tradimento sessuale (ossia l'aver solo rapporti sessuali con persone diverse dal partner) e tradimento emotivo (innamorarsi o sentirsi emotivamente coinvolti da una persona diversa dal nostro partner). Tendenzialmente gli uomini compiono maggiormente tradimento sessuale, mentre le donne tradimento emotivo. In entrambi i casi, ciò che spingeva a tradire era il percepire una mancata soddisfazione

dei propri bisogni, sia sessuali (in termini di frequenza dell'atto) che emotivi. Pertanto, sembrerebbe come la motivazione principale al tradimento sia l'insoddisfazione. Spesso succede che chi tradisce inizi a mettere in atto dei segnali ben precisi come ad esempio il partner potrebbe avere una maggiore cura di sé e del proprio aspetto, si possono notare cambiamenti rispetto al tempo trascorso in casa; anche nell'intimità si potranno assistere modifiche, così come balzi d'umore, sensi di colpa e sentimenti di rabbia.

Un elemento sicuramente molto importante è il cambiare improvvisamente la modalità di utilizzo del proprio cellulare e dei social. Il potente impatto emotivo del tradimento porta a una considerevole quantità di sforzo cognitivo per capirne le cause e le implicazioni.

Questo sia per quanto concerne il partner tradito sia per la relazione stessa. E, a seconda di come il partner tradito interpreta la situazione, si può vivere uno spettro di emozioni alquanto ampio. Uno dei sentimenti più comuni è l'intensa rabbia. Emozione che sorge, senza dubbio, perché gli individui traditi in genere valutano i motivi dei loro traditori come malevoli e intenzionali. La vittima sente di aver subito un'ingiustizia. Un'altra emozione che può essere provata in risposta al tradimento è l'odio, potente motivatore di comportamenti distruttivi e vendicativi. Il tradimento non è mai un'azione fine a sé stessa e non dovremmo focalizzarci eccessivamente su colpe e colpevoli. Piuttosto, è auspicabile cercare di avere un punto di vista globale della relazione all'interno del contesto in cui

viviamo. A livello personale è essenziale non decidere subito, infatti, il tradimento è di per sé un vero shock. Per questo motivo è di vitale importanza fermarsi e capire come ci si sente, staccare momentaneamente la spina. Ascoltarsi, evitare di vergognarsi e/o di cercare le proprie colpe o quelle del partner traditore. Dopo questo momento di riflessione è consigliato lavorare sulla propria autostima, sì, perché un tradimento, purtroppo, va a minarla. È saggio evitare di avere fretta di risistemare le cose. Anche una psicoterapia di coppia può essere di grande supporto, sia per capire se è possibile recuperare la relazione, ma anche per lasciarsi senza "guerre" e ricatti.

**Dott.ssa
Susie Baldi
Psicologa/Psicoterapeuta**



Le Ricette

PRIMI

Gnocchi con cozze

Ingredienti per 4 persone

-600gr di gnocchi
-500gr polpa di cozze congelate
-Aglio-Peperoncino
-Prezzemolo
Origano-Passata-Olio-Sale

PROCEDIMENTO

Scongelate la polpa di cozze, e lavatele bene con una spruzzata di limone, quindi in una padella mettete 2/3 spicchi d'aglio, olio e fatelo rosolare, aggiungete le cozze, un pizzico d'origano, la passata, il sale e fate cuocere per 10 minuti. Quando il sugo è pronto, togliete l'aglio. Nell'acqua bollente versate gli gnocchi,

quando vengono a galla, con un mestolo a buchi toglieteli e metteteli nella padella del sugo, spadellate e serviteli nei piatti con una spolverata di prezzemolo fresco.

Penne al radicchio rosso con speck, Gorgonzola, Mascarpone e Noci

Ingredienti per 4 persone

-3 cuori di radicchio rosso
-150gr di gorgonzola e mascarpone
-100gr filacci di speck
-10 noci - 1 pacchetto di panna
-1 porro - Olio - Sale - Pepe

PROCEDIMENTO

Dopo aver lavato il radicchio, tagliatelo a striscioline mettetelo in una padella con il porro tritato finemente, aggiungete l'olio e fate cuocere per circa 20 minuti a fuoco medio. In un'altra padella mettete dentro la panna, un filo d'olio, il mascarpone, il gorgonzola e sciogliete il tutto fino ad ottenere una crema.

Togliete le noci dal guscio e tritate grossolanamente.

Nel frattempo fate cuocere la pasta, quando è pronta, mette-

tela nella padella del radicchio, spadellate, aggiungete la crema di formaggi fatta in precedenza e servite nei piatti con una spolverata sopra di noci.

DOLCE

"Lattughe" o Crostoni di Carnevale

Ingredienti per 4 persone

-500gr di farina 00
-80gr burro sfuso - 2 uova
-Zucchero q.b.
-Zucchero a velo
-Olio per la cottura
-1 bicchierino di grappa o sambuca

PROCEDIMENTO

In una ciotola mettete dentro

il liquore, le uova, il burro sfuso e frustate bene. Aggiungete Lo zucchero, la farina a poco a poco, impastate bene e fate una palla liscia. Avvolgetela in una pellicola e lasciatela riposare 30 minuti in frigo. Quando è pronta dividetela in 4 pezzi e iniziate a tirarla finemente con il mattarello o la macchinetta. Con una rondella tagliate dei quadri facendo un piccolo taglio al centro. Quando l'olio è ben caldo, iniziate a friggere, quando sono cotte, scolatele dall'olio e una volta fredde fate una spolverata di zucchero a velo e buon appetito e *Buon Carnevale* dal vostro *Giò Scalogno*.

Tambrella *Ciao Vespa*

Mario Borini
Restauratore meccanico
Ricambi nuovi e usati
Tel. 0442 30862

Via Barbugine 51 - CEREÀ (VR)



CONTO GIOVANI PER INIZIARE, PASSA DA NOI!

Primo conto corrente? Se hai meno di 35 anni, con meno di 2 euro al mese hai tutto quello che serve per gestire i tuoi soldi.

Hai una carta di debito internazionale e paghi ovunque. E se vuoi una mano, siamo sempre in Filiale.

 **BCC BANCA VERONESE**

GRUPPO BCC ICCREA

Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Per maggiori informazioni sul conto corrente è necessario far riferimento ai documenti informativi, disponibili presso tutte le filiali e sul sito internet www.bancaveronese.it



MONTAGNA

DENTISTI DEL VERONESE

Il dentista vicino al tuo sorriso



Buon
carnevale!



Scopri il nostro sito!

Scansiona il qr code e
per rimanere aggiornato
segui ci sui social!



VERONA

Tel +39 045500108

Viale delle Nazioni, 2



SOMMACAMPAGNA

Tel +39 045 515868

Via Leonardo Da Vinci, 1



VILLAFRANCA

Tel +39 045 6302199

P.zzale Madonna del Popolo, 3



BOVOLONE

Tel +39 045 7102578

Via Madonna, 304

VERONA - Dir. San. Dott. Montagna Zeno - Odontoiatra 26/06/2014 - Albo Odontoiatri di Verona n. 01320 | Autorizzazione Sanitaria N. 2022/06.03/03299 - Comune di Verona

SOMMACAMPAGNA - Dir. San. Dott.ssa Elisa Giacomazzi - Odontoiatra 13/01/2009 - Albo Provinciale degli Odontoiatri di VERONA (Ordine della Provincia di VERONA) n. 0000001195 | Aut. San. Prot. N. 183717 del 20/11/2020 Comune di Sommacampagna

VILLAFRANCA - Dir. San. Dott. Claudio Crosara - Medico Chirurgo | 20/02/1979 - Albo Provinciale dei Medici Chirurghi di VERONA (Ordine della Provincia di VERONA) n. 0000003402 16/02/1994 - Albo Provinciale degli Odontoiatri di VERONA (Ordine della Provincia di VERONA) n. 0000000637 | Aut. San. n. 930 del 08/08/2022

BOVOLONE - Dir. San. Dott.ssa Livia Montagna - Odontoiatra | Iscr. Albo Odontoiatri n. 01198 VR | Aut. San. n. 2045/2020 del 27/12/2019