



**PUBBLICITÀ CON
STENDARDI SU
FIORIERE**
Bovolone - Oppeano
Ca degli opoi - Vallesè
Saltzzole - Villaferentana
Bertolini Pubblicità
333 4450204



IL MENSILE DI BOVOLONE

mensile di attualità, cultura ed informazione

la rana



**PUBBLICITÀ CON
STENDARDI SU
FIORIERE**
Bovolone - Oppeano
Ca degli opoi - Vallesè
Saltzzole - Villaferentana
Bertolini Pubblicità
333 4450204

Anno 10 - Numero 05
Settembre 2020

SI VOTA!

È arrivato settembre, è arrivato il mese delle elezioni, dopo il rinvio di questa primavera, causa Coronavirus. Si andrà a votare con più precauzioni, mascherina in viso e gel ai seggi elettorali, ma la sostanza non cambia, è l'occasione per noi cittadini di dire la nostra, il voto è lo strumento democratico che ci permette di influire sulle scelte politico-amministrative del nostro Paese. Saranno tre le schede che riceverete al seggio, una per il Referendum confermativo sul taglio dei parlamentari, una per le elezioni regionali ed una per l'elezione suppletiva del collegio del Senato, per sostituire Stefano Ber-

tacco, il senatore deceduto. Partendo dal referendum, nel quesito viene chiesto se gli elettorali approvano le modifiche concernenti la riduzione dei parlamentari, che in caso di vittoria del Sì, passeranno complessivamente da 945 a 600, i deputati verranno ridotti da 630 a 400 e i senatori da 315 a 200, essendo un referendum confermativo non è necessario raggiungere il quorum (50% + 1) dei votanti. Poi si passa al voto delle Elezioni Regionali Venete, si potranno scegliere il Presidente e i consiglieri regionali. I candidati alla carica di Presidente sono i seguenti: Luca Zaia (uscente), Arturo Lorenzoni, En-

rico Cappelletti, Daniela Sbröllini, Patrizia Bertelle, Paolo Benvegnù, Antonio Guadagnini, Simonetta Rubinato e Paolo Giroto. Per rispettare la par condicio ho citato tutti i candidati, ma per rispettare la nostra bovolonesità è necessario citare i due candidati di Bovolone alla carica di consigliere regionale, si tratta di Manuel Brusco (consigliere uscente) per il Movimento 5 Stelle e Lucio Chiavegato del Partito dei Veneti. Infine, la scheda per il collegio del Senato, vedrà tre candidati sfidarsi: Luca De Carlo (Lega-Fratelli d'Italia-Forza Italia), Matteo Melotti (Partito Democratico) ed Emanuele Sterzi (Movimento 5 Stelle). Anche qui voglio sottoli-

neare la presenza di un bovolonese candidato, ovvero Emanuele Sterzi. Si voterà domenica 20 settembre dalle 7 alle 23 e lunedì 21 settembre dalle 7 alle 15, indipendentemente dalle vostre

idee e dal vostro credito politico è importante andare a votare, è un nostro diritto! Buon voto!

Costantino Meo
Direttore
Responsabile

Esiste un virus nel mondo che uccide 7000 bambini al giorno: la fame. Esiste il vaccino: il cibo. Ma non importa a nessuno o a pochi...



Anche questo è un "virus" che uccide, ma non viene messo in risalto dai MEDIA, perchè non è COVID! Anche questi hanno bisogno di aiuto, ma in pochi si prendono cura di loro. E TUTTI NOI SAPPIAMO IL PERCHÉ!

Bertolini pubblicità
comunicazione & grafica

PER LA PUBBLICITÀ
SU QUESTO GIORNALE:
+39 333.4450204
giornalelarana@yahoo.it

Prossima uscita
24 ottobre 2020

ed in edicola al
"PASSATEMPO"
a Bovolone,
...passaparola!

www.larananews.it

INFANZIA

Prevenire è meglio che curare!
Pag. 4

GRUPPI

Ci è sembrata una favola...
comunque da raccontare
(ultima parte) Pag. 12

RICORDI

Le vacanze negli anni '60:
un ricordo di com'erano Pag. 14

MEDICINA

Ammalati di solitudine
Pag.19

BOVOLONE NEL '700

A mensa con i nobili Pag.21

KEFORMA X F
SPORT NUTRITION

INTEGRATORI PER IL BENESSERE E IL
POTENZIAMENTO DI TUTTI GLI SPORTIVI

**Buono Sconto
del 30%**

sui prodotti per sportivi
presentando questo buono
presso FARMACIA CROSARE

www.farmaciacrosare.it
info@farmaciacrosare.it

*Chiedere in farmacia per le modalità del servizio

FARMACIA CROSARE

Via Crosare, 125 - Bovolone (VR) - Tel. 045 6902748

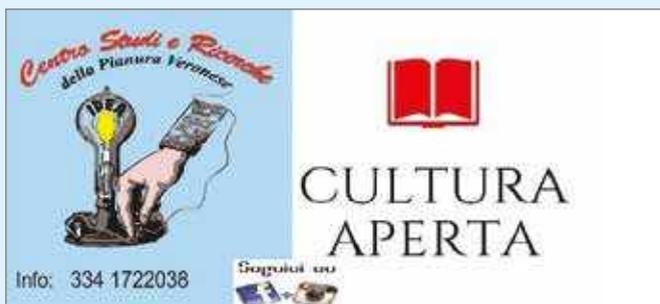
- HOLTER CARDIACO 24 h • HOLTER PRESSORIO
- ELETTROCARDIOGRAMMA
- TEST INTOLLERANZE ALIMENTARI
- CONTROLLO GLICEMIA, TRIGLICERIDI
COLESTEROLO (HDL, LDL)
- ANALISI CHIMICA ACQUA • PRODOTTI VETERINARI
- RITIRO REFERTI OSPEDALIERI • RICETTE ELETTRONICHE
- CONSEGNA FARMACI A DOMICILIO GRATUITA *
- CONSIGLI ALIMENTARI GRATUITI

NOVITA'  Servizio WhatsApp per Consigli e
Prenotazione farmaci 392 2651290

P COMODO PARCHEGGIO GRATUITO
ORARIO CONTINUATO

LUNEDI' - VENERDI' 8.45 - 19.45 // SABATO 9.00 - 19.00

IL CANTO DELLA VITA



Quando ero bambino ascolto mia madre cantare e nella sua voce mi perdevo: ne ripetevo le parole e seguivo il ritmo delle canzoni inglesi o italiane da lei interpretate, le stesse che poi sentivo alla radio. Così, tra un brano di Eros e uno dei Duran Duran, con mio padre che in garage ascoltava i Pink Floyd e i Pooh, conoscevo la Musica, colei che finora mi ha sempre accompagnato nei momenti più importanti. Cantare è un'attività antica quanto l'Uomo, forse

propria dell'essere umano, un piacere che coinvolge tutto il corpo: i polmoni si riempiono di aria, le corde vocali vibrano, la mente segue il ritmo e, nel frattempo, le parole nascono in testa ed escono dalla bocca intonate, il tutto in modo coordinato, preciso, a tempo. Oggi si canta perlopiù, e purtroppo, per competere con gli altri e ciò vale sia per i bambini che per i giovani o gli adulti; si è persa, credo da qualunque nessuno, la serenità del canto quotidiano, quell'usare la voce, anche in modo imperfetto, per accompagnare i momenti della

propria giornata. Questo accadeva nel passato, quando le mondine intonavano melodie per accompagnare i lunghi e assolati giorni di lavoro nei campi, le donne si riunivano nella corte per descartossar le panocce e gli uomini aravano la terra sopra i trattori o camminavano gettando la semenza e sperando di poter presto raccogliere in abbondanza. Erano canzoni semplici, di poche parole, che raccontavano qualche storia e diventavano il corpo di un sapere diffuso e popolare. Nelle notti d'inverno, poi, chiusi nella stalla, c'era sempre qualcuna che cantava mentre le altre rammendavano un vestito rovinato e i bambini giocavano liberi tra la paglia e gli animali, così come i soldati al fronte, pensando a casa e alla propria patria da servire, guardando al cielo della notte, seguivano una me-

lodia che gli riportasse un po' di calore o, perché no, il coraggio necessario per affrontare la battaglia.

Il canto, inoltre, non si ferma alla terra ma aiuta la persona, e chi lo ascolta, a raggiungere una dimensione superiore, divina, come gli uomini di religione fanno, dagli antichi sciamani delle tribù, che cantano in modo ripetitivo per arrivare al mondo degli spiriti, ai Muezzin, che dai Minareti pregano cantando ad Allah, o ai monaci che lodano Dio con il canto gregoriano.

Cantare, quindi, ci riporta alla Natura e a Ciò che

la governa, al ritmo delle stagioni e dei giorni, e ci mette in contatto con essa: che bello sarebbe ogni tanto mettersi di fronte ad un tramonto sui campi, con un sole rosso e grande che ci saluta, e dedicargli un canto spontaneo, stonato sì ma sincero, come quelli che si ascoltavano da bambini: "La mia città è questa qua, con case che vanno al ciel, e io non la lascerò perché qui vivi solo tu". Ah, che pace!

Emanuele De Santis
Centro Studi e Ricerche della Pianura Veronese



Il tuo biglietto sullo smartphone

APP Ticket BUS verona



f ATV Bus Verona
 @ atvbusverona
 📍 ATV Bus Verona
www.atv.verona.it



Acquistare il biglietto del bus oggi è facile, veloce e sicuro. Scarica subito l'APP!



Ci trovate anche su facebook - CASA BOVOLONE

BOVOLONE EURO 98.000,00



Al piano terra recente appartamento con cucina-soggiorno, una camera matrimoniale, una singola/studio, bagno e ripostiglio/lavanderia. Giardino di proprietà su due lati, garage singolo e cantina. Soluzione abitabile da subito, arredata ed in ottimo stato in contesto dotato di cappotto e servito di ascensore!
CLASSE ENERGETICA IN FASE DI RICHIESTA.

BOVOLONE EURO 72.000,00



In pieno centro in contesto di sole quattro unità senza spese, appartamento con cucina-soggiorno, una camera matrimoniale, una singola/studio, bagno e balcone. Soluzione arredata ideale come investimento o come alternativa all'affitto, senza spese condominiali!
CLASSE ENERGETICA IN FASE DI DEFINIZIONE!

BOVOLONE EURO 111.000,00



Appartamento al primo ed ultimo piano con cucina-soggiorno, una camera matrimoniale, una singola, bagno e ripostiglio. Balcone, garage singolo, terrazzo e ampio giardino privato esclusivo. Soluzione completa di cucina e climatizzatore, libero e subito disponibile, da vedere!
CLASSE ENERGETICA IN FASE DI DEFINIZIONE.

BOVOLONE EURO 70.000,00



Recente appartamento al piano terra con piccolo spazio di proprietà, ingresso, cucina-soggiorno, una camera matrimoniale, ripostiglio e bagno. Soluzione in contesto curato con ampio giardino comune, zona San Pierino, da vedere!
CLASSE ENERGETICA IN FASE DI DEFINIZIONE.

VILLAFONTANA EURO 185.000,00



VILLAFONTANA EURO 140.000,00



Appartamento al piano primo ed ultimo con ampio terrazzo, cucina-soggiorno, due camere matrimoniali e due bagni. Garage singolo e posto auto privato coperto. Soluzione con spese comuni contenute, climatizzatori e mobile ripostiglio su misura. Posizione comoda alla transpolesana. Da vedere!
CLASSE ENERGETICA C.



Bellissimo appartamento di oltre 200 mq al piano terra con spaziosa zona giorno open space, tre camere matrimoniali, studio, tre bagni e lavanderia. Immobile finemente ristrutturato con ampie vetrate, caldaia a condensazione, caldaia a pellet nuova, climatizzatore, parquet in tutta la zona notte e cucina compresa. Taverna e garage. Nessuna spesa condominiale!
CLASSE ENERGETICA IN DEFINIZIONE.

**SIAMO ALLA RICERCA DI SOLUZIONI IN VENDITA PER I NOSTRI CLIENTI.
CONTATTATECI SENZA IMPEGNO PER UNA VALUTAZIONE GRATUITA DEL VOSTRO IMMOBILE!**



Ti aspettiamo!

BOVOLONE - via Umberto I, 15 presso l'agenzia CASA BOVOLONE

LUCE GAS

LUNEDÌ 8.30 - 12.00 15.30 - 18.30

MARTEDÌ 8.30 - 12.00

MERCOLEDÌ 8.30 - 12.00 15.30 - 18.30

GIOVEDÌ 8.30 - 12.00

VENERDÌ 15.30 - 18.30

SABATO 9.00 - 12.00

PREVENIRE È MEGLIO CHE CURARE!



Con i cambi di temperatura tipici della stagione autunnale in arrivo e l'avvicinarsi dei mesi freddi, tornano anche i classici malanni di stagione come influenza e raffreddore... Sono soprattutto i piccoli ad essere maggiormente esposti alle malattie di stagione: la vita di gruppo scolastica che può favorire il contagio tra i diversi studenti e i tanti impegni che scandiscono la giornata dei nostri bimbi possono stancarli troppo, indebolire le loro difese immunitarie e renderli meno combattivi di fronte a virus e batteri. Evitare del tutto raffreddori e febbriatole per i nostri piccoli è un'impresa impossibile. Ma certo esistono degli accorgimenti per rafforzare il loro sistema immunitario, contrastare e prevenire i malanni di stagione, mai necessari come in questo delicato periodo. L'alimentazione corretta è uno di questi. Una dieta ricca di vitamine è un'ottima alleata: un'alimentazione che contenga la giusta dose di frutta e verdura garantisce un buon apporto

di vitamina C, importante per la prevenzione delle infezioni, magari bevendo ogni giorno spremute d'arancia e limone; c'è chi consiglia di concedersi il giusto riposo, soprattutto per i bambini che ne hanno più bisogno durante periodi particolarmente intensi come quello della scuola; c'è anche chi suggerisce di bere brodo di pollo per guarire prima perché contiene proteine in grado di aiutare il corpo a sconfiggere meglio il virus. In realtà tutti questi metodi, considerati i rimedi della nonna come le famose 3L da mettere in campo quando ci si becca l'influenza (lana, letto, latte quindi stare al caldo, riposare ed assumere alimenti nutrienti come il latte) mirano tutti ad un unico obiettivo: rinforzare le difese immunitarie. Lo sappiamo tutti che quando le difese immunitarie sono basse e non svolgono efficacemente il loro lavoro e ci si ammala più facilmente. E questo è vero sia per noi grandi che per i bambini: prevenire dunque anche in questo caso sembrerebbe l'arma migliore. Alcune buone pratiche in aggiunta ad una cor-

retta alimentazione potrebbero consistere in:

- aprire le finestre e fare cambiare aria agli ambienti con regolarità,
 - non abusare di antibiotici se non nei casi prescritti dal medico,
 - lavare spesso le mani,
 - dormire il giusto numero di ore,
 - non forzare i tempi di convalescenza. Meglio tenere il bambino a casa uno o due giorni in più dopo la febbre, altrimenti si corre il rischio di incentivare le ricadute,
 - aumentare il tempo trascorso all'aria aperta, soprattutto in zone verdi.
- Anche alcuni preparati naturali, ad esempio l'echinacea o il propoli, possono essere utili al bambino, così come la buona abitudine di bere molta acqua (la disidra-

tazione favorisce l'attacco di virus e batteri). Infine, c'è un alleato delle difese immunitarie che si chiama zinco. Questo minerale, nelle giuste dosi, aiuta le difese dei nostri bambini ed è presente in alimenti come carne, pesce, crostacei, pollame, uova, latticini, cereali e... per la felicità dei nostri bambini anche nel cioccolato fondente....!

Mary Merenda
Insegnante di
scuola dell'infanzia

LO SAPEVATE CHE...

C'è chi impazzisce solo per il cioccolato al latte, chi lo consuma bianco, mentre altre persone stravedono per il cioccolato fondente, e ne ricercano le varietà più pure. Tra le più comuni tipologie di cioccolato, neanche a dirsi, è quello fondente che l'ha vinto.

Prodotto per la prima volta nella storia nel 1879 a Berna da Rodolphe Lindt, il cioccolato fondente annovera tante proprietà e benefici che lo rendono un alimento unico.

Il cioccolato fondente contiene carboidrati, grassi, fibre e proteine in quantità più elevate rispetto al latte. 100 grammi di cioccolato fondente apportano circa dalle 500 alle 600 calorie, a seconda della tipologia. Secondo alcuni studi,

sembrebbene che il cioccolato fondente contribuisca al processo fisiologico di rilascio delle endorfine, sostanze in grado di portare allegria e incrementare il buon umore. Nello specifico, si è correlata l'azione della feniletilammina che contiene, con la diminuzione del fenomeno della depressione.

Uno studio americano della Brown University avrebbe recentemente messo in evidenza che una dose giornaliera di cioccolato fondente sarebbe in grado di fare bene al cuore e abbasserebbe il colesterolo, questo grazie soprattutto all'azione dei flavonoidi.

Il cioccolato fondente avrebbe anche la capacità di ridurre la pressione del sangue, in virtù dell'azione benefica presente degli stessi polifenoli che si trovano anche nel vino rosso. Ricco di minerali, il cioccolato fondente annovera tra i benefici anche quello di apportare ferro: una barretta di cioccolato fondente da 40/50 grammi ne contiene quasi il 7%. Magnesio, rame, potassio, fosforo, zinco e calcio completano l'insieme delle sostanze benefiche. Perché faccia bene, il consiglio è quello di consumare cioccolato che abbia almeno il 70% di cacao. La quantità di cioccolato fondente che si consiglia di consumare, va generalmente dai 20 ai 50 grammi al giorno.





ENRICO CORSI

PER UN VENETO
AUTONOMO
CON VERONA
PROTAGONISTA

COERENZA
NELLE SCELTE

ONESTÀ
NEL LAVORARE

DETERMINAZIONE
NEL FARE

**FIERI
DI ESSERE
VENETI
LAVORIAMO
INSIEME
PER UN
FUTURO
MIGLIORE**

RILANCIO DELL'IMPORTANTE DISTRETTO DELLA LAVORAZIONE DEL MOBILE, CREANDO I PRESUPPOSTI PER NUOVI POSTI DI LAVORO E INCREMENTANDO LA PROMOZIONE DEL SETTORE.

SALVAGUARDIA DELLE PRODUZIONI AGRICOLE, ARTIGIANALI ED ENOGASTRONOMICHE LOCALI, CON LA CREAZIONE DI UN MARCHIO 100% VENETO.

VALORIZZAZIONE DEI TESORI NATURALISTICI, CON LA CREAZIONE DI NUOVI ITINERARI TURISTICI ANCHE PER BOVOLONE E TUTTA LA PIANURA VERONESE.

Enrico Corsi



Nel piano delle opere 20/23 di Acque Veronesi centinaia di interventi per migliorare l'efficienza e la qualità del servizio

BOVOLONE, NUOVE OPERE PER OLTRE 600 MILA EURO SULLA RETE FOGNARIA



Ammontano a oltre 600 mila euro i nuovi investimenti previsti nel piano delle opere 20/23 da Acque Veronesi nel comune di Bovolone. Nel documento, in fase di ultime revisioni, si trovano infatti due interventi sulla rete fognaria, previsti verso la fine del quadriennio e un intervento sulla rete acquedotto nell'anno in corso. Il primo intervento riguarda un adeguamento e rifacimento della fognatura in via Creari e via Scevarolli per il quale è stato previsto un investimento di 120 mila euro. Il secondo intervento sulla rete fognaria è un'estensione in via Silone e in via Ospedale, per una spesa complessiva di 415 mila euro. Entrambi gli interventi sono programmati tra il 2022 e il 2023. Nell'anno in corso, invece, oltre all'ultimo stralcio dei lavori iniziati negli anni scorsi su via Crosare, sono stati investiti 80 mila euro per estendere la rete idrica su via Valsegà e via Firenze (lavori conclusi nel mese giugno). Opere che seguono quelle già realizzate nel precedente piano degli interventi 16/19, che ha visto Acque Veronesi investire nel comune di Bovolone circa 2 milioni di euro per migliora-

menti sempre sulla rete fognaria (tra cui l'adeguamento nelle vie Pio X, Garibaldi, Spiniella e della Stazione) e sul depuratore di San Pierino. L'investimento più significativo, da 930 mila euro complessivi, quello su via Crosare per ridurre il rischio di allagamenti.

“Cerchiamo di avere massima attenzione per tutto il territorio” spiega il presidente di Acque Veronesi Roberto Mantovanelli “pensando non solo alle grandi opere ma anche a quelle piccole estensioni, l'intervento da poche decine di migliaia di euro che però sono a volte molto attesi dai residenti”.

“Il quadriennio 20/23 segna una svolta per Acque Veronesi” prosegue Mantovanelli “perché ci vedrà affrontare il piano degli investimenti più importante mai realizzato da quest'azienda, oltre centottanta milioni di euro tra nuove opere e il consolida-

mento dell'esistente per raggiungere gli obiettivi sempre più stringenti posti da Arera (l'Autorità nazionale per il settore idrico) e per promuovere salvaguardia e corretta gestione del sistema attraverso interventi destinati a innovare, migliorare, consolidare i servizi di acquedotto, fognatura e depurazione”.

“Il nuovo piano delle opere è frutto di un lavoro di sinergia con i soci, i comuni dove gestiamo il servizio idrico integrato e naturalmente con il Consiglio di Bacino che è invece l'autorità d'ambito per il territorio; la stessa che approva la tariffa” spiega ancora Mantovanelli. “Lavoreremo per migliorare l'efficienza del servizio e la qualità dell'acqua attraverso nuove infrastrutture, nuove reti, manutenzioni straordinarie ma anche il consolidamento dell'esistente, con grande attenzione alle perdite idriche e all'innovazione nella gestione della depurazione. Opere che realizzeremo attraverso un adeguato piano di finanziamento supportato da



Da sinistra Silvio Peroni, direttore generale Acque Veronesi, Roberto Mantovanelli, presidente e Mirko Corrà, vicepresidente.

quanto versato con la tariffa dai nostri utenti, a conferma che i soldi pagati per bolletta di Acque Veronesi restano tutti sul territorio” precisa ancora il Presidente

vicepresidente di Acque Veronesi Mirko Corrà. “Tutto quello che viene fatto è finalizzato al miglioramento dei nostri territori”. Poi Corrà torna sui dati dell'ulti-



di Acque Veronesi che ricorda anche come tutto l'utile realizzato nel 2019 dall'azienda, 2,4 milioni di euro, servirà a finanziare i nuovi investimenti e che il dato pro-capite annuo per singolo abitante residente abbia raggiunto i 56,5 euro, una quota di assoluto valore a livello nazionale.

“Gli interventi su Bovolone sono anche propedeutici per tutti i comuni vicini” aggiunge il

mo bilancio, ribadendo il preso di Acque Veronesi sul territorio e l'importanza del feeling con i comuni: “Il risultato che abbiamo ottenuto, il migliore di sempre per Acque Veronesi, è frutto della forte sinergia che abbiamo con i comuni. Presentiamo numeri importanti e un trend in crescita a vantaggio del territorio grazie anche al lavoro fatto con i sindaci”.

“IL BOTTEGHINO”, IL NEGOZIO DOVE TROVI LA QUALITÀ A PORTATA DI MANO



grande distribuzione. Alberto punta tanto sulla valorizzazione dell'artigianalità, sulla qualità dei suoi prodotti sempre freschi, sul servizio che offre e sul rapporto umano che crea con i suoi clienti.

“Il Botteghino” è aperto tutti i giorni, con ora-

rio 8-13 e 15.30-19.30, chiude solamente nei pomeriggi di domenica e lunedì.

Se volete trovare un ambiente accogliente che vi può offrire i prodotti di qualità che cercate, dovete assolutamente passare da via Malpasso 7/B (incrocio

Crosare) a Bovolone, Alberto vi aspetterà all'interno del suo “Botteghino”.

Per informazioni e prenotazioni dei prodotti potete contattare lo 045-2237487, oppure scrivere direttamente sulla pagina Facebook “Il Botteghino”.



Alberto Zanardi ha la passione del suo lavoro nelle vene, 32 anni, originario di Gazzo Veronese, dopo una vita passata dietro il banco della bottega di famiglia creata dal bisnonno agli inizi del '900, ha deciso di intraprendere l'attività imprenditoriale in autonomia, aprendo a Bovolone “Il Botteghino”. Da novembre 2019 è iniziata la sua nuova av-

ventura portata avanti con passione e determinazione. Nonostante questi mesi difficili, il Botteghino ha fornito un servizio di consegna della spesa a domicilio, un servizio che continua tutt'ora con la puntualità e la cortesia di sempre. All'interno del punto vendita si possono trovare moltissime varietà di salumi e formaggi, olio, pasta, pane, riso, vino e birre artigianali, tutti prodotti di qualità, che non si trovano nella

B^Q

il
BOTTEGHINO
Sapori di Qualità

SALUMI
FORMAGGI
PANE FRESCO
SPECIALITÀ ALIMENTARI

BOVOLONE (VR)
Via Malpasso, 7/b - Loc. Crosare
Tel. 045 2237487 - Cell. 340 6298085



CENTRO DIURNO VILLA PANTEO ZAMPIERI: UNA REALTA' IN CONTINUA CRESCITA

In questa occasione **La Cooperativa Sociale Emmanuel** in collaborazione con **l'Associazione Anziani La Quercia e l'Amministrazione Comunale di Bovolone** vogliono presentare a tutti i cittadini di Bovolone le varie attività ed iniziative proposte a partire da ottobre nell'ambito del **CENTRO DIURNO PER ANZIANI di VILLA PANTEO ZAMPIERI**.

Siamo tutti consapevoli del fatto che qualcosa di inaspettato ha travolto la vita di ognuno di noi, mettendoci a dura prova, ma siamo anche consapevoli del fatto che ora la vita deve andare avanti, sono molti i progetti e le opportunità che vogliamo offrirvi garantendo la massima attenzione a tutte le norme e disposizioni in materia di prevenzione del contagio COVID-19.

In particolare la Cooperativa sociale Emmanuel propone:

- **ginnastica psicomotoria dolce** per il raggiungimento di un benessere fisico ma anche di un equilibrio psico-corporeo
- **ginnastica psicomotoria** rivolta a tutte coloro che hanno bisogno di un percorso più dinamico e attivo
- **corso di pittura "Leonardo"** adatto sia per principianti che esperti
- **un corso sulla cura del Bonsai** per principianti ed esperti condotto da Giorgio Rainero del Wabi Sabi club
- **Università del tempo libero** con inaugurazione 8 ottobre alle ore 15.30 presso l'auditorium della biblioteca di Bovolone con "Emozioni: musica e parole" a cura dei professori Maria e Dante Clementi
- **Corso di computer ed internet livello base e avanzati**
- **Corsi sull'utilizzo di Smart phon e tablet**
- **Corsi di mantenimento della memoria condotto dalla psicologa Merlini Federica**
- **Corsi di inglese**

Attraverso il nuovo progetto **"NON SIAMO SOLI"** il centro diurno vuole allargare la proposta dei servizi offerti offrendo la possibilità ad un gruppo di anziani autosufficienti/parzialmente autosufficienti di frequentare il centro durante alcune mattine della settimana, impegnandosi in attività/laboratori opportunamente organizzati, per poter ulteriormente sostenere le famiglie prevenendo la solitudine sia delle famiglie che dell'anziano stesso.

Le finalità delle attività proposte saranno quelle di:

- stimolare l'anziano a partecipare attivamente
- rallentare il decadimento cognitivo
- favorire l'utilizzo ed il mantenimento delle funzioni residue
- contrastare la tendenza all'isolamento

Ricordiamo inoltre che all'interno del centro troverete attivo tutti i pomeriggi un laboratorio artistico di cucito e lavorazione del feltro e panno lenci

Le attività ed iniziative offerte dall'Associazione per Anziani La Quercia sono:

- attività di svago come il gioco delle carte e della tombola
- servizio di ristorazione e bar
- un calendario con tutti gli eventi previsti durante l'anno
- Conferenze sulla salute
- Conferenze sulla sicurezza
- Gite giornaliere
- La possibilità di coltivare un piccolo orto
- La possibilità di soggiorni con cure termali

Per informazioni ed iscrizioni recarsi all'ufficio informanziani di Villa Panteo Zamperri, oppure telefonare allo 045.6901213, dal lunedì al venerdì, dalle ore 9.00 alle ore 12.00.

Vi aspettiamo numerosi

Elezioni Regionali 20 e 21 settembre 2020

MANUEL BRUSCO CONSIGLIERE REGIONALE

**CON ME
BOVOLONE
e BASSA
VERONESE
IN REGIONE**



ENRICO
CAPPELLETTI
PRESIDENTE

scrivi

BRUSCO

movimento5stelleveneto.it

MANUEL BRUSCO 

I Matrimoni durante il coronavirus, tra lacrime, rinvii, idee e un po' di "ironia"

PAOLA linea intima



BOVOLONE (VR)
Via Cavour, 10 - Tel. 045 7100775



Sposarsi ai tempi del coronavirus è una vera impresa. Sembra che il 95% dei matrimoni siano saltati. Mesi di preparazione: la prova dell'abito - quello che fa venire le lacrime agli occhi appena indossato - la scelta della location, quella del menù, il bouquet, l'auto.

Il sogno di un matrimonio da favola che sembra a portata di mano, ma poi svanisce. L'emergenza sanitaria è riuscita a far

rimandare anche le promesse d'amore. Quella dei matrimoni è stata una stagione fin d'ora, davvero difficile: sono infatti tante le coppie che, viste le regole di distanziamento sociale, l'obbligo della mascherina e la difficoltà ad allestire una festa e una cerimonia come desiderato, hanno deciso, a malincuore, di rinviare tutto. Anche di un anno. D'altra parte chi è quella sposa o quello sposo che vorrebbe presentarsi al suo matrimonio con la mascherina? Questa situazione è solo difficile pensarla, figuriamoci accettarla. O rinunciare di invitare un carissimo amico o amica causa una cernita obbligata tra gli invitati. E allora che fare? Semplice, o rimandare o "fare", con la consapevolezza che sarà un matrimonio "diverso". In questa situazione si può ricavare qualcosa di positivo? Proviamoci. Io ritengo che le coppie pronte per il matrimonio e che l'hanno rinviato, hanno più tempo per pensarci o per ripensarci, dipende dai punti di vista, perché il matrimonio è una cosa seria e il periodo che intercorre ad arrivare alla nuova data, può essere un'occasione d'oro per riflettere bene, (qualcuno a questo punto mi manderà a quel paese, ma lasciatemi un po' d'ironia giornalistica in questo periodo dove tutto è così complicato).

Ed ora mi rivolgo direttamente alle future mogli e ai futuri mariti: nonperate se il vostro matrimonio per ora è saltato, invece riflettete molto bene, avete tutto il tempo per valutare se quella che avete scelto è la persona giusta per voi, per passare la vita insieme (lo sarà senz'altro però...). Ora facciamo insieme un piccolo esercizio di matematica, un'autorevole stima dice che 60mila matrimoni in Italia sono stati rinviati sempre causa coronavirus, quindi moltiplicato per due fa 120mila. Centoventimila italiani sono interessati da questo, diciamo così, 'provvedimento'. È la prima volta che in Italia, ma forse anche nel mondo, si rinviato di mesi e mesi così tanti matrimoni, così tante cerimonie, in chiesa e nei comuni tutto per colpa di questo stramaledetto virus. Il Coronavirus ha indubbiamente portato molti effetti negativi in Italia, purtroppo. Ma secondo me questo effetto collaterale, quello dei matrimoni saltati, non è poi così negativo. Magari farà riscoprire il valore vero dell'amore. Insomma, come dice un vecchio e sempre valido proverbio, tanto per essere ottimisti, "non tutti i mali vengono per nuocere..." E adesso se volete, potete anche mandarmi a quel paese definitivamente o ritornare un "pò" seri e vedere cosa fare per avere una buona cerimonia...



ERBAFLOR

di Gobetti Sergio & C.

PER OGNI OCCASIONE
FIORI e PIANTE
REALIZZAZIONE e
MANUTENZIONE GIARDINI

SPECIALE SPOSI

- Composizioni floreali interno ed esterno chiesa
- Bouquet sposa
- Composizioni di fiori per ogni occasione

Via Crosare 1/A - BOVOLONE (VR)
TEL. 045 7101906 - Cell. 349 5880635

Pasticceria DA GIULIANO



RINFRESCHI per:

MATRIMONI BATTESIMI COMUNIONI CRESIME

e dolci per soddisfare ogni vostra esigenza



BOVOLONE (VR) Via Cavour, 8 - Tel. 045 7101364 - Cell. 340 4208308

in attesa del grande giorno per organizzare al meglio l'evento



Una bella chiesa addobbata con tanti bei fiori è una delle cose che nella giornata del matrimonio non manca mai. Quindi perché un matrimonio abbia un suo "effetto" già da subito meglio affidarsi ad un esperto fioraio così si potranno evitare brutte figure ed avere dei fiori veramente speciali con "effetti speciali". Non può mancare il bouquet della sposa che deve essere accompagnato al vestito e qui un buon fiorista saprà consigliarvi quello più adatto.

Un buon matrimonio inizia nell'accogliere gli invitati con un buon rinfresco e quindi per metterli a loro agio è importante offrire agli invitati la possibilità di chiacchierare e brindare insieme agli sposi con qualcosa di "genuino e invitante" e quindi già al mattino presto ci si alza e si comincia a preparare qualcosa di buono per gli amici e parenti, un sostanzioso buffet. Il consiglio naturalmente, per fare bella figura, è quello di rivolgersi sempre a persone specializzate in questo settore e magari ben conosciute per la loro qualità del prodotto e non lasciare niente al caso, così gli invitati rimarranno contenti dell'ospitalità avuta. Un'altra scelta "tosta" è quella delle fedi.

Lo scambio degli anelli è, a detta di molti, la parte più emozionante di un matrimonio. È il momento dove ci si promette "amore eterno" e il tutto viene suggellato con lo scambio delle fedi.

A volte però la scelta di quest'ultime è difficile, c'è a chi piace in oro bianco o in oro giallo, chi le vuole classiche o lavorate con magari un brillantino sopra, con l'incisione interna della data del matrimonio o il nome dello sposo o della sposa, a volte la scelta è difficile, quindi meglio lasciarsi consigliare da chi ha un'esperienza in questo settore magari decennale. Il consiglio è sempre quello, per avere un prodotto garantito e di qualità, di rivolgersi al vostro gioielliere di fiducia.

E gli invitati? Come sempre anche loro vogliono fare bella figura, sia lui ma soprattutto lei e quindi anche in questo caso scegliere il negozio giusto che ti possa consigliare il modello più consono per la cerimonia è importante.

Come importante è saper scegliere il viaggio di nozze che ti renda la "luna di miele" la più "dolce", affascinante e indimenticabile, quindi andare sempre da un'agenzia viaggi che sappia come soddisfare il sogno del viaggio di nozze esso che sia con una crociera o altro. Se il vestito da sposa è importante, non di meno è quello che s'indossa sotto. Sempre di più sono le spose che oltre ad un vestito che faccia colpo sui parenti ma soprattutto che lasci a bocca aperta il proprio partner, curano in modo particolare il "dopo festa". La prima notte di nozze, molte sono le spose che lasciandosi sfilare il vestito, vogliono mostrare il loro corpo avvolto in un'incantevole e sensualissimo intimo e quindi anche la scelta di questo capo deve essere accurata ed ha la sua importanza per finire in "bellezza" una giornata unica e indimenticabile.

Claudio Bertolini



PERTE' MODAFASHION

- ABITI CERIMONIA

**- NUOVI ARRIVI
AUTUNNO INVERNO**

BOVOLONE - Verona
Via Vittorio Emanuele, 25
Tel. 351 5453648 - 327 8661715

CALESSE VIAGGI



Partite con un bagaglio vuoto e non tornate finché non sarà pieno di felicità e di nuove esperienze...

**SAPREMO
CONSIGLIARVI
SULLE MIGLIORI
PROMOZIONI SPECIALI
DEDICATE AGLI SPOSI
PROGRAMMI SU
MISURA IN
COLLABORAZIONE
CON I MIGLIOR
TOUR
OPERATOR**



BIGLIETTERIA AEREA, MARITTIMA E FERROVIARIA

VI ASPETTIAMO PER PROPORVI TOUR, VIAGGI, SOGGIORNI, CROCIERE DI GRUPPO E INDIVIDUALI E VIAGGI DI NOZZE. PREVENTIVI PER GITE E SOGGIORNI SCOLASTICI.

Via Garibaldi, 5 - BOVOLONE (VR)
Tel. 045 6901747

email: calesseviaggi@gmail.com - www.calesseviaggi.it

Tosi Gioielli

Bovolone (Vr) Via Garibaldi, 31 - Tel. 045 7100490

*Fedi nuziali... testimoni di un amore eterno.
Un gioiello prezioso che indosserete tutta la vita,
simboleggerà la vostra decisione, la vostra fedeltà e l'amore che vi unisce.*

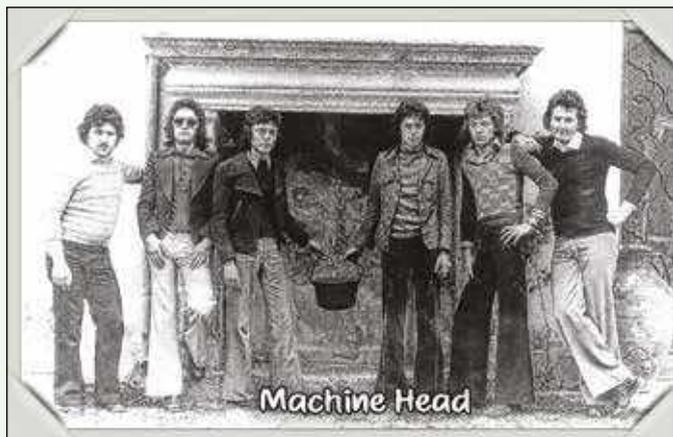
e mail: tosigioielli@libero.it



Tosi Gioielli



CI È SEMBRATA UNA FAVOLA... COMUNQUE DA RACCONTARE (ULTIMA PARTE)



Ll furgone con il quale trasportavamo la strumentazione, non potendo guidarlo nessuno di noi, dovevamo sempre chiedere a degli amici di farci da autista per ogni uscita diversa. Di musicisti tra noi ce n'erano e di razza; tanto che al sorgere all'orizzonte musicale del "funk" (che era un genere musicale nato negli Stati Uniti nella metà degli anni '60 da musicisti afroamericani, con l'intenzione di creare uno stile musicale ritmato e ballabile e che prendeva spunto dai generi soul, jazz e rhythm and blues R&B); abbiamo introdotto nel gruppo gli strumenti a fiato

con l'arrivo di Giorgio (il flautista già esperto in brani dei Jethro Tull e poi con il sax); fiati allora usati magistralmente dai "Chicago". Ed ecco arrivare la prima incisione alla casa discografica Durium di Mino Reitano (dove abbiamo conosciuto Ivana Spagna; allora una perfetta sconosciuta), seguita da un bell'articolo con nostra foto sul Gazzettino del Veneto del 1978. Poi è arrivato il primo duro scontro con la realtà, la scomparsa dell'ottimo e amico batterista Fabio, causa incidente stradale. Ci siamo sentiti smarriti, poi il nostro sodalizio basato molto sulla stima e fiducia dell'altro ha fatto sì che riprendessimo corag-

gio, per proseguire nel nostro già intrapreso e favoloso viaggio. È arrivato un ottimo batterista provvisto di una buona tecnica ritmica, aprendo il nostro repertorio a nuovi orizzonti. Un nuovo bassista veniva a sostituire il bravo Tiziano, impegnato nell'allora servizio militare, con le date presso i locali in giro per la provincia ed oltre, che si susseguivano impegnandoci costantemente. Un paio sono stati i management musicali che durante questo periodo hanno accompagnato la band, con espressamente l'incarico di fissare delle date di prestazione nelle varie balere allora in voga e a noi geograficamente vicine. Tante le proposte pervenute, per una prosecuzione totalmente adibita a fare da spalla ai vari gruppi famosi, che allora c'erano in Italia ed all'estero. Una in particolare ci ha messi in crisi di identità personale, dove ci chiedevano di iniziare un tour stagionale di serate in Svizzera, in accompagnamento di nomi altisonanti, Reitano, Albano,

Celentano, addirittura a quel tempo si parlava anche di Mina. Poi arrivò la proposta per una decisione importante, dettata dall'incontro con due chitarristi di Verona, per la costruzione di un gruppo totalmente nuovo (che inglobasse anche loro, essendo detentori del contratto), che facesse musica professionalmente a tempo pieno; per cui dovevamo scegliere a quel punto se fare il salto di qualità o meno. In quegli anni Verona era definita a livello Europeo, la piccola Liverpool Italiana, per la concentrazione di gruppi e cantanti musicali che si affacciavano al mondo ma soprattutto al mercato musicale sia discografico che delle "balere". Ricordo che abbiamo presenziato invitati alla Kermesse Sanremo giovani, che si teneva sul lago di Como. Poi già a metà degli anni '70, ci fu una grande selezione tra i complessi musicali e le varie band che operavano nelle balere, divenute all'improvviso discoteche, con gruppi musicali composti da molti ele-

menti e molto preparati musicalmente. È stato allora che per ragioni di scelte personali, abbiamo capito che eravamo arrivati a dover decidere per il nostro personale futuro. Dopodiché il nostro amico Massimo, il secondo bassista, ha iniziato una lunga carriera nel gruppo dei Caravan, abbracciando a tutti gli effetti il professionismo poi per lunghi anni. Altri di noi hanno continuato con altre esperienze in diversi gruppi come ad esempio Franco (bravo musicista alle tastiere e tromba a tiro), oppure Germano (sensibile chitarrista), che tutt'ora suona in varie band riunitesi grazie alla manifestazione bellissima Verona Beat, perfezionandosi sempre di più, divenendo un raffinato chitarrista. Altri come me e Tiziano, non abbiamo più portato avanti questa bella, bellissima favola di vita, comunque da raccontare. Ogni tanto mi ritrovo a pensare... e se fosse andata in un altro modo?

Piergiorgio Pradella, (la voce del complesso)

Erboristeria
Sanitaria
Ortopedia

ANGOLO
VERDE S.N.C.
di Giorgia Maestrelli & C.

Via IV Novembre, 18 - BOVOLONE (Vr)
Tel. 045 7101817

e-mail:
a.angoloverde@libero.it

PRODOTTI PER ANZIANI

- PANNOLONI PER INCONTINENZA DI TUTTI I TIPI
- SALVIETTE SECCHIE E UMIDE
- SCHIUME DETERGENTI NO RISCIAQUO
- CUFFIE SHAMPOO PER CAPELLI
- MANOPOLE SAPONATE NO RISCIAQUO
- PANTOFOLE DA RIABILITAZIONE

SERVIZIO A NOLEGGIO

- CARROZZINE
- STAMPILLE
- LETTO ORTOPEDICO
- MAGNETOTERAPIA
- DEAMBULATORI DA INTERNO

Via Bon Brenzoni, 32 MOZZECANE (Vr)
Tel. 045 6340865

Per Zaia Presidente

**ELEZIONI REGIONALI
VENETO 2020
20-21 SETTEMBRE**

**Diamo continuità
all'impegno preso
con le persone**

**#TERRITORIO
#FIDUCIA
#IDENTITÀ**

www.elisadeberti.it

vota Lega

scrivi



DEBERTI

commitente responsabile Elisa De Berti



LE VACANZE NEGLI ANNI '60: UN RICORDO DI COM'ERANO



L'estate ormai è agli sgoccioli, e qui davanti al mio computer stavo pensando a come erano le estati e le vacanze negli anni 60. Io ero ancora un "buteleto" ma qualcosa ricordo ancora e quello che non ricordo me lo hanno raccontato i miei genitori. Erano gli anni del così detto "miracolo economico" a cavallo tra gli anni '50 e '60 e per molti italiani il tenore di vita stava migliorando anche per il ceto medio e medio basso, come quello dell'operaio che finalmente poteva acquistarsi il televisore, il frigo, la lavatrice e l'automobile (almeno una piccola utilitaria), il tutto naturalmente pagato a rate e magari anche rinunciando alle vacanze. Sì, perché negli anni '60 non c'era questa smania per la villeggiatura, le vacanze al mare in particolare diventano una

vera e propria conquista sociale, che permetteva al semplice impiegato, all'artigiano di piantare il proprio ombrellone, dal momento che la maggior parte delle spiagge erano libere e non organizzate come ora, accanto a quello del noto professionista, del capoufficio, dell'imprenditore; e magari, tra una chiacchiera e l'altra, stringere una specie di amicizia, perché, a contatto con la natura e tutti in costume da bagno, le differenze sociali si assottigliano, si ridiventa più umani. La famiglia tipo di quegli anni partiva tutta insieme per le vacanze, era così anche con la mia, un po' perché la patente allora non si prendeva prima dei vent'anni, ma soprattutto perché di auto in una famiglia si e no ce ne era una, e averla...

E su questa piccola utilitaria, Cinquecento, seicento o Millecento che fosse, si caricavano fino al tetto le valige, legate in qualche modo con degli spaghi o ela-

stici e coperta con un pezzo di nailon per ripararle in caso di pioggia, ogni tanto ci si doveva fermare per rimboccare il tutto perché il nylon con il vento sbatteva facendo un rumore fastidioso. Ma poiché la massa dei vacanzieri si muoveva quasi tutta il giorno successivo alla chiusura delle grandi fabbriche del nord (e delle poche del sud), all'ingresso del primo casello era già coda di svariati chilometri. In genere

non ci si alterava più di tanto, sapendo che quello era lo scotto da pagare per andare in ferie.

Per lo più ci si accontentava di mete non troppo lontane; per chi era del nord andavano bene i litorali più vicini così come quelli che provenivano dal sud. In quegli anni ci si accontentava di una pensioncina o una camera ammobiliata (casomai si dormiva in tre nel letto), se si poteva invece addirittura un appartamento in affitto. I prezzi erano ancora onesti ed accessibili a tutti, ma ci si doveva accontentare. E i ragazzi? E qua qualche ricordo ce l'ho anch'io. I ragazzi a quel tempo non erano di certo consapevoli dei problemi dell'ecologia: non conoscevano neppure la parola.

Bastava la presenza mitica del mare, sporco o pulito che fosse e la mitica terrazza sul mare, quella dello stabilimento balneare scelto dai genitori, dove non mancava il mitico juke-box a tutto volume per tenere lontani i "matusa" dove si inserivano le classiche 100 lire e subito quell'infornale strumento ti trasmetteva le 3 canzoni scelte: Diana di Paul Anka, o "Tutti Frutti" o qualche anno più tardi, "Il mondo" di Jimmy Fontana o "It's Five O'Clock degli Aphrodite's Child

e tante altre che diventavano i così detti "tormentoni" dell'estate di quei tempi. Il caldo era soffocante e quindi non si ballava, ma si ascoltavano queste canzoni sdraiati sotto l'ombrellone o sorvegliando una bibita fresca o succhiarsi un ghiacciolo sulla terrazza del chiosco.

Ma alla sera quella terrazza si trasformava, anche se non era più solo dei giovani ma anche dei genitori, vedere quelle lampadine sospese ai fili e luci del lungomare riflesse sull'acqua creavano un'atmosfera magica, un incantesimo surreale. Quelli erano i tempi dove si respira rinnovamento nell'aria, come nella musica, nelle idee, nella politica. Di tutto questo ce ne saremmo accorti solo più tardi. Su quella terrazza, in quelle estati, bastava uno sguardo un po' più significativo, un ballo guancia a guancia, per scatenare i battiti del cuore e far immaginare un futuro fantastico, dove tutto era alla portata, tutto era ancora possibile.

Era un mondo che stava cambiando, un mondo che sapeva finalmente di giovane, e questo soprattutto per i giovani, per noi giovani, era più che sufficiente.

Claudio Bertolini





**PORTAVOCE
del NOSTRO
TERRITORIO
al SENATO**

**EMANUELE
STERZI**

INCENSURATO

Elezioni Suppletive Senato
20 e 21 settembre 2020

Emanuele Sterzi 
[movimento5stelleveneto.it](https://www.movimento5stelleveneto.it)

Comitato Responsabile: EMANUELE STERZI - Stampato da Pirellam, Bolzano, Via G. Galilei, 6/A - 2020

UN VIAGGIO NELLE AZIENDE DI BOVOLONE

Da questo numero inizia un viaggio che racconterà le aziende di Bovolone, che credono nel rilancio del territorio tramite l'artigianalità dei loro prodotti e le potenzialità del fare rete all'interno di una comunità.

Il gruppo "Bovolone in tavola" vuole puntare a dare voce alle singole aziende, le prime due storie sono quelle dell'azienda Seiterre e di Diamante bar Bongelato.

SEITERRE, DA UN SECOLO E MEZZO PRODUCE VINI DI QUALITÀ



Seiterre è una storica azienda di produttori di vini italiani di qualità. Azienda che vanta oltre cent'anni di storia, nata nel 1877 in Trentino per poi estendersi in Veneto, Piemonte, Toscana, Friuli Venezia Giulia e Lombardia. Sei regioni, Sei territori vinicoli, da qui Seiterre. Tradizione, storia e passione si intrecciano con innovazione, ricerca e qualità. Questi sono i principi

che vengono tramandati di generazione in generazione dalla famiglia Rizzi e oggi si raccontano attraverso prodotti di grande prestigio, attraverso il motto "Dalla Terra alla Tavola", in quanto ogni fase produttiva viene seguita interamente dall'Azienda. I vini sono espressione di vitigni autoctoni ed internazionali a marchio di denominazione D.O.C.G., D.O.C. e I.G.T. Oltre alle aziende agricole nelle varie regioni, **Seiterre l'anno scorso ha festeggiato i 30 anni**

dall'apertura del primo negozio mono marchio a Como, ad oggi sono **32 i negozi localizzati nel nord Italia nei quali è possibile acquistare tutti i prodotti Seiterre dedicati al singolo privato.** Il nostro cavallo di battaglia è un ottimo rapporto qualità-prezzo. Con circa un'ottantina di etichette 100% italiane, l'Azienda Seiterre ha come obiettivo trasmettere la passione per la tradizione regionale italiana e valorizzare i vitigni autoctoni di ogni regione,

oltre che ad altri prodotti come l'olio di oliva, riso, orzo etc.... **Seiterre offre altri prodotti di propria produzione, quali Birre Agricole ottenute con il proprio orzo nel birrifico e Birreria Lyon** presso la propria Tenuta San Leone a Valeggio Sul Mincio, il riso Vialone Nano coltivato nella bassa veronese, un olio extra Vergine del Garda ed uno Toscano, Grappe monoviteigno o varietali prodotte con le proprie vinacce e per concludere il miele in più versioni prodotto grazie alle api della Tenuta San Leone sul Lago di Garda. L'Azienda Seiterre ad oggi conta 32 punti vendita aperti in Italia, spazi familiari gestiti da personale preparato ed pronto ad ascoltare e consigliare il cliente in base alle Sue esigenze. In provincia di Verona

trovate 3 punti vendita: in Corso Milano, a Valeggio Sul Mincio e a Bovolone. **Il negozio di Bovolone, in Via Dossi 26, è interamente gestito dalla famiglia Rizzi ed aperto al pubblico da circa 50 anni.** All'interno c'è la possibilità di scegliere tra un vasto assortimento di vini fermi e frizzanti, sfusi ed imbottigliati. **Abbiamo aderito al progetto di "Bovolone in tavola" nell'ordine di mettere il luce il nostro territorio di provenienza. Riteniamo che la nostra sia una terra ricca di risorse e la valorizzazione e l'unione delle risorse produttive ed umane non può che rappresentare un punto di forza in un periodo storico in cui l'importanza trova radice nelle origini e nella tradizione.**

DIAMANTE BAR BONGELATO, PIÙ DI UN SEMPLICE BAR



La nostra azienda è a conduzione familiare, Ambra e Giada Zago con l'aiuto di mamma Donatella e il

supporto di papà Marco portano avanti l'attività.

Abbiamo scelto di impegnarci e investire nel nostro paese, consapevoli delle difficoltà

attuali, ma per il grande amore e radici che ci legano a Bovolone. Il nostro è sempre stato un locale come dice il nostro motto "**Non un semplice bar**" ma un ritrovo di tante persone che vengono a trovare un ambiente familiare, con queste nostre linea guida abbiamo sempre cercato la collaborazione con altri locali per le tante iniziative e feste da fare e con gli organi istituzionali per rendere più vivibile il nostro paese, un grande impegno economico e di energie

che comunque ci hanno sempre ricreato entusiasmo e voglia di continuare anche quando ci sembrava sprecato. **Un anno fa abbiamo modificato il nostro locale aggiungendo una gelateria con gelati di alta qualità e specializzandoci in coppe** veramente uniche in modo da poter gustare il gelato seduti ,chiacchierando regalandosi un po' di tempo e dolcezza. Quest'anno abbiamo voluto regalare ai nostri clienti un estate ricca di buona musica con

le domeniche "Le belle note in piazza Pozza" per aiutarli e aiutarci a ritrovare la quotidianità persa causa il covid-19. **Il nostro progetto continua partecipando anche al gruppo di Bovolone in tavola, perché crediamo assolutamente che riunire aziende di alta professionalità per promuovere e far conoscere il nostro territorio sia una strada quasi unica da percorrere per sopravvivere ai cambiamenti epocali a cui andiamo incontro.**

artigiani
del
gusto

I ♥ Diamante
non un semplice bar



BAR E GELATERIA

piazza Pozza, 4 - Bovolone - Tel. 347 469 6727

bovolone in tavola

CASA TOSI
ARTIGIANI *con* GUSTO



PROMOZIONE E VENDITA PRODOTTI
DELLE AZIENDE AGRICOLE

via Alberto da Giussano, 38 - Bovolone - Tel. 329 097 7558

vivaighellere
lo spirito della bellezza



VIVAIO DI PIANTE, FIORI, AGRUMI E BONSAI,
REALIZZAZIONE GIARDINI

via S. Pierino, 179 - Bovolone - Tel. 340 777 4191



PASTICCERA E CAFFETTERIA, PRODUZIONE DOLCIARIA

via Madonna, 388/a - Bovolone - Tel. 045 690 1158



SPACCIO FORMAGGI PER IL VOSTRO NEGOZIO
RISTORANTE O PIZZERIA

via Crear, 2 - Bovolone - Tel. 045 698 9001

seiterre



- VITICOLTORI DAL 1877 -

SPACCIO E PRODUZIONE VINO E BIRRA ARTIGIANALE

via Dossi, 26 - Bovolone - Tel. 045 710 0674



VIENI A TROVARCI NEL NOSTRO SPACCIO

via Villafontana, 309/A - Villafontana - Tel. 045 7145172

Le
furezze

Biscotteria Gourmet



PRODUZIONE BISCOTTERIA ARTIGIANALE BIOLOGICA

via Alberto da Giussano, 36 - Tel. 340 982 9822

TORREFAZIONE
Paganotto
caffè
Fatti della stessa pasta



PASTIFICIO - VENDITA PRESSO LO SPACCIO DI LATTERIA PARADISO

via Crear, 2 - Villafontana - Tel. 045 698 9001

IL GRUPPO BOVOLONE IN TAVOLA NASCE DALLA VOLONTÀ DI UNIRE LE NOSTRE COMPETENZE E DALLA CONVINZIONE CHE LA CONDIVISIONE SIA IL MOTORE PER PROMUOVERE LO SVILUPPO E LA CRESCITA DEL NOSTRO TERRITORIO. UNICITÀ E ATTENZIONE SONO LE PARTICOLARITÀ CHE CARATTERIZZANO TUTTI I PRODOTTI DI BOVOLONE IN TAVOLA.

OGNUNA DELLE NOSTRE AZIENDE PORTA CON SÉ VALORI E TRADIZIONI DELLA NOSTRA TERRA CHE TRASMETTIAMO ATTRAVERSO I PRODOTTI CHE REALIZZIAMO QUOTIDIANAMENTE E PORTIAMO SULLE VOSTRE TAVOLE.

Segui la nostra pagina Facebook e troverai tutti i nostri prodotti e le possibilità di consegna. Oppure chiama le nostre aziende e ti guideremo alla scoperta delle nostre bontà.



www.veronafinestre.it - info@veronafinestre.it

0456859055

Verona Finestre **PRODUCE, VENDE** ed **INSTALLA** serramenti in PVC per poter offrire ai propri clienti i numerosi vantaggi di questo materiale: maggior isolamento termico e acustico, ottima resistenza agli agenti atmosferici e nessuna manutenzione.

La scelta di adottare il PVC significa inoltre avere un prodotto **ECOLOGICO** e **RICICLABILE**, nel rispetto delle norme per l'attuazione del piano energetico nazionale.



ECOBONUS VIENI A CHIEDERCI COME FARE



CONSULENZA
TI CONSIGLIAMO IL GIUSTO PROFILO ADATTO ALLE TUE ESIGENZE

PRODUZIONE
DIRETTA NELLO STABILIMENTO DI SAN PIETRO IN CARIANO (VR)

POSA
CON SQUADRE QUALIFICATE E PRODOTTI CERTIFICATI

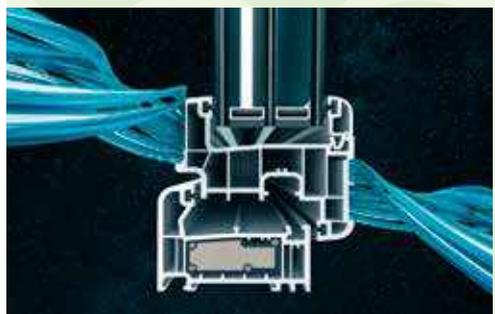
3 PUNTI VENDITA

VIENI NELLE NOSTRE ESPOSIZIONI A TOCCARE CON MANO

S. PIETRO in C.
VIA XXV APRILE, 10

VERONA
VIA MONTORIO, 15

VERONA
S.NE S. LUCIA, 71A



thermofibra

EVOLUZIONE CONTINUA

SEMPRE AGGIORNATI CON LE ULTIME TECNOLOGIE

Da noi trovi anche porte interne in legno, laminato o cristallo e Portoncini blindati.



PROFILO DIAMANTE



AMMALATI DI SOLITUDINE



Ll dramma che abbiamo vissuto negli ultimi mesi a causa del Covid-19 piano piano sta rientrando, o almeno stiamo cercando di riprenderci in mano una certa normalità e quotidianità, che in parte sta anche arrivando. Chi invece non sta uscendo da questo dramma sono le persone o meglio gli anziani che vivono nelle Case di Riposo, le famose RSA che tanto sono state citate dai telegiornali durante il periodo di massima allerta proprio perché qui è avvenuta quella che è stata definita la “strage silenziosa”. Sappiamo infatti molto bene come il virus abbia colpito in maniera forte soprattutto questa categoria di persone, anziani fragili che lo erano già prima della pandemia che vivono in luoghi in cui è estremamente facile il contagio anche dei “mali di stagione”.

Come dicevo per loro l'emergenza non è finita, non possono tornare alla loro normalità, sì non possono e non per loro scelta. Perché per noi è stato normale poter tornare a frequentare i bar, ad andare a cena con amici, poter fare le vacanze o semplicemente andare a visitare un museo, mentre per loro non solo non è possibile uscire, ma nemmeno poter ricevere la visita di parente. È quindi chiaro come al dramma degli anziani delle

Case di Riposo si affianchi anche quello di famiglie che si trovano costrette a non poter avere un contatto con loro per mesi e che adesso non hanno ancora la libertà di decidere quando e come far loro visita.

Allora chiariamo una cosa: se da un lato è vero che queste persone, proprio per la loro fragilità andavano e vanno ancora tutelate da un punto di vista sanitario, è pur vero che se così facendo da un lato impediamo loro di ammalarsi fisicamente, dall'altro però non si è pensato e, lasciatemi dire nemmeno adesso lo si sta facendo, si creano loro e alle loro famiglie dei grossissimi disagi psichici.

Facendo la consulente in varie Case di Riposo, in queste settimane ho potuto parlare con molte persone che hanno parenti ricoverati in RSA e anche con anziani che lì vivono. Spesso il vissuto da loro riportato era quello di vivere all'interno di un carcere, anzi peggio, visto che in alcuni casi, anche nei brevi momenti di visita non si veniva mai lasciati soli con il proprio caro, ma i rari e brevi colloqui avvenivano sempre in presenza di una figura sanitaria che doveva garantire che il “distanziamento sociale” tra loro venisse garantito. “Non posso parlare con mio padre liberamente”, “Non posso far vedere a mia madre le foto dei nostri nipotini”,

“Non posso raccontare a mio figlio come stanno andando le cose qui in Casa di Riposo e come mi sento nel vivere questa brutta situazione”, queste sono le frasi che mi sono sentita ripetere in queste settimane da familiari e residenti che fanno fatica a capire perché devono rimanere lontani, perché si possono vedere solo per 15 minuti magari ogni due o tre settimane, a seconda di come la struttura si è organizzata e soprattutto perché sono dei sorvegliati speciali che non possono nemmeno scambiarsi una parola senza che qualcuno ascolti quello che si devono dire. Allora come ho già detto prima, chiaro che dobbiamo tutelare queste persone da un punto di vista sanitario, ma qualcuno si è chiesto come questo isolamento sociale sta influenzando su di loro? Come stanno a non poter vedere i loro cari? A non poter vedere magari l'amica ricoverata nella stessa RSA solo perché lei in un piano diverso dal mio? Qualcuno si sta chiedendo cosa significa per loro non poter avere le solite caramelle che i figli gli portavano durante le visite, sì perché nemmeno questo si può più fare. Vi ricordate quando

eravamo costretti a vivere chiusi in casa, quando si poteva uscire solo per fare la spesa, quando siamo stati settimane senza poter vedere i nostri cari? Bene per i residenti delle RSA poco è cambiato da allora! Vero che non dobbiamo permettere che si ammalinino di Covid-19, ma è pur vero che non possiamo nemmeno lasciare che muoiano di solitudine, che si lascino andare perché non trovano più uno scopo di vivere, perché non hanno più stimoli.

Il Segretario Generale delle Nazioni Unite, Antonio Guterres si è detto molto preoccupato per gli effetti del Covid-19 sugli anziani: “Il mondo, ha detto lo stesso, non dovrebbe trattare gli anziani come essere invisibili o impotenti”, ed è questo che dovrem-

mo in effetti fare! Il loro è un dramma inascoltato: il dramma di chi non ha la possibilità di esprimere la propria opinione, perché nessuno li ascolta, perché lì le televisioni non ci vanno, se non quando cercano di fare uno scoop.

La loro è una situazione che, in alcuni casi, si è e si sta rivelando inumana, inaccettabile: dobbiamo garantire loro quei diritti umani che spesso e sempre più vengono garantiti solo a parole! Ricordiamoci che gli anziani sono coloro che ci hanno permesso di avere tutto ciò che oggi abbiamo, sono il nostro passato e se lo dimentichiamo non potremmo nemmeno avere un futuro.

Dott.ssa Susie Baldi
Psicologa/Psicoterapeuta

“Emmanuel”
Soc. Coop. Sociale Onlus

Il Focolare
Cooperative Sociale

Hai un'età compresa tra i 18 e i 28 anni?

servizio civile Regionale

Un'occasione per te e un'opportunità per gli altri

HAI TEMPO FINO AL 30 settembre 2020 alle ore 14:00

Le Cooperative Sociali “Emmanuel” e “Il Focolare” hanno attivato il progetto

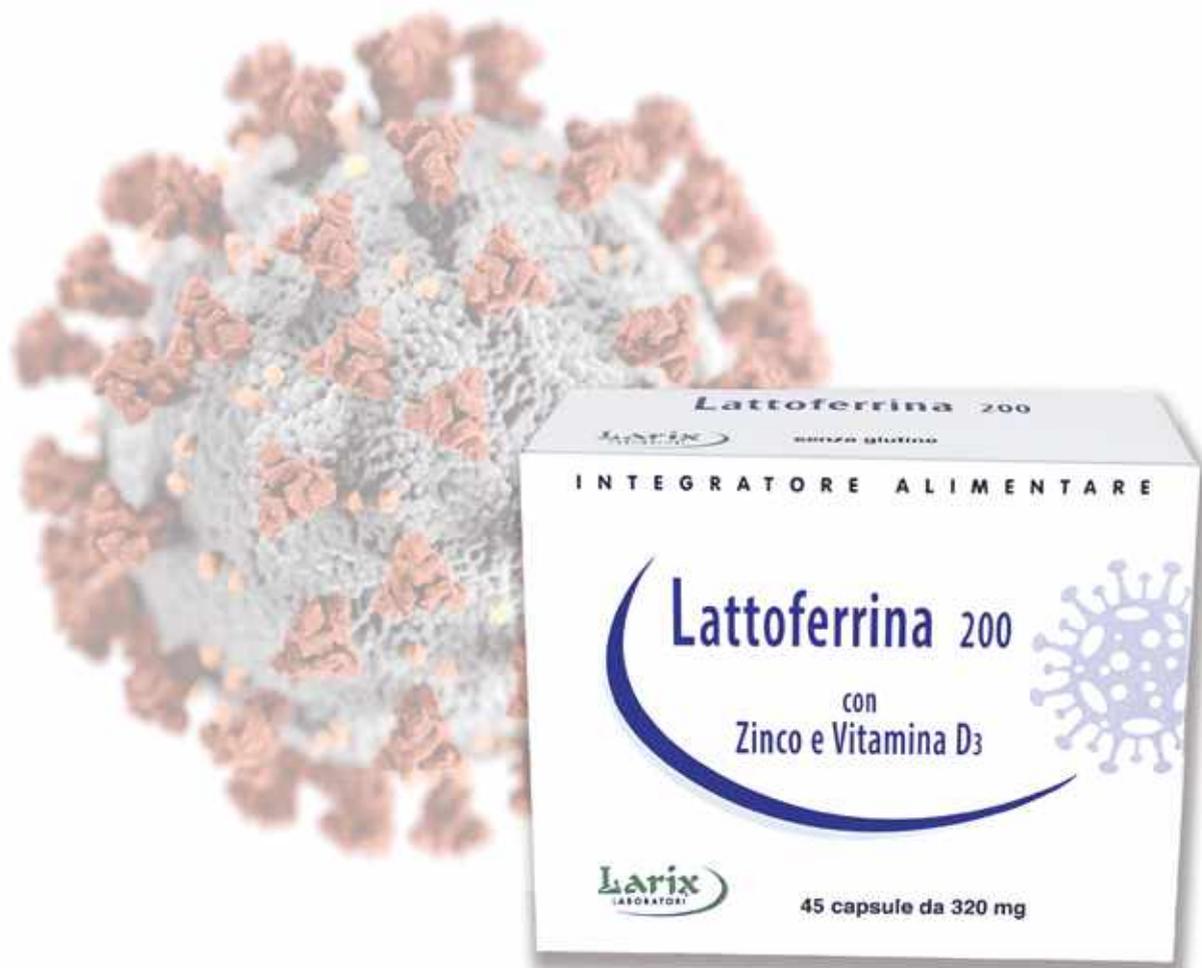
“Insieme è di più 2.0”
nell'ambito della disabilità con 7 posti per giovani volontari

Contattaci:
Coop. Emmanuel 0457102265
Coop. Il Focolare 0456902139

È previsto rimborso mensile di circa 365,00 euro

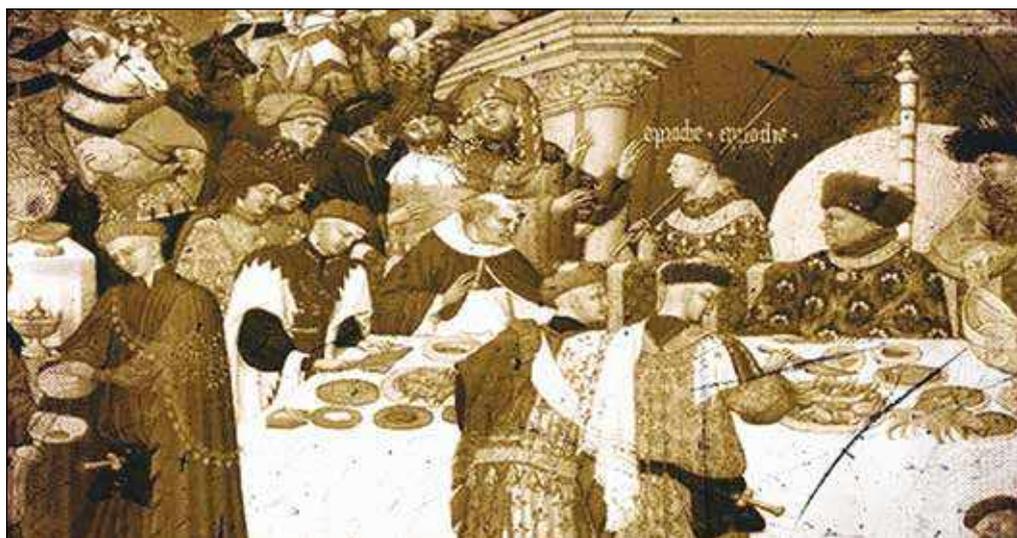
LATTOFERRINA

NOVITÀ 2020



Regola le difese immunitarie e
ostacola l'entrata dei virus nell'organismo

A MENSA CON I NOBILI



Ricordiamo che sia il Vescovo Conte per Diritto feudale che le Famiglie dei proprietari terrieri, le Pievi e la Comunità ricevevano ogni anno dai "mezzadri" dei loro fondi, "beni in natura" cioè prodotti della terra, animali da cortile e selvaggina. I "brolì" delle Corti e delle dimore patronali erano in parte adibiti a frutteto e a vite, con orti e pescheria in quanto rispondevano ad un'esigenza di autosufficienza alimentare a breve termine (cioè prodotti freschi di stagione). Le famiglie del Patriziato Veneziano che si erano trasferite a Bovolone, avevano portato con sé l'uso, in gastronomia, di un ricco impiego di spezie importate dall'Oriente: pepe, cannella, chiodi di garofano, cumino, zafferano, uvetta di Corinto, che diffusero nel loro territorio, abbinandole alla

cucina locale. Sulle loro tavole, nei giorni di festa e nelle grandi ricorrenze sia religiose che civili, troviamo il "riso in cavroman", piatto levantino in cui il riso viene cotto in un intingolo di carne di castrato con cannella e garofano; le "sarde o sardelle in saor": pesce dapprima fritto con farina, quindi sistemato in una terrina di coccio a strati ricoperti con il "saor" (cipolla bianca appassita in olio d'oliva a cui si aggiunge aceto, vino bianco, pinoli e uvetta di Corinto, meno dolce dell'uva passa) e lasciato riposare un paio di giorni prima di mangiarlo. Di invenzione veneziana sono pure: la gelatina per carne o pesce, il famoso fegato di mongana (vitella da latte) con soffritto di cipolle e i "sanguinacci" ricchissimi di spezie, come varie altre salse e mostarde, dal sapore agrodolce.

La Nobiltà locale preferiva carne di volatili grossi come fagiani, anatre, faraone, pavoni ed oche, ma anche capponi e polastri, cucinati con varie ricette come "l'oca in onto" (sotto grasso con rametti di rosmarino, spicchi d'aglio, sale e pepe, coperta con foglie d'alloro e olio d'oliva), che si conservava per alcuni mesi.



Nella cucina ricca erano presenti anche gli insaccati di maiale, la lepre, le carni di manzo, di vitella e lingua di bue salmistrata, accompagnate dalla più famosa salsa del nostro territorio: "la pearà", preparata con brodo di carne, midollo di bue, pan grattato, formaggio grattugiato, sale e molto pepe (bollito misto). Spesso le vivande erano insaporite dal "cren" grattugiato (radice di rafano), dal gusto imperioso ed acre. Chiudevano il pranzo "foggasse, offelle e zalletti, dolci preparati dal "pistor" del paese o dal pasticciere personale, frutta fresca di stagione, il tutto annaffiato da vino locale, bianco o rosso, un po' asprigno e corposo (corretto con spezie), proveniente dal proprio vigneto o da quello dei mezzadri, non

particolarmente pregiato, perché Bovolone non è terra adatta, anche se la coltura della vite è di antica data. Per aiutare la digestione si sorseggiava un bicchierino di "graspin" (grappa ricavata dalle graspe dell'uva con numerose varianti) che i Veneziani diffusero in tutte le loro Colonie, dalla Dalmazia a Candia-Creta!

Bibliografia:

Libro per cuoco di Anonimo Veneziano del 1300

Libro de arte coquinaria di Maestro Martino del XV° secolo
Apicio Moderno - Enciclopedia gastronomica di Francesco Leonardi - seconda metà del XVIII° secolo.

Adattamento: Mirandola Floriana

LA RANA mensilmente viene consegnato **GRATUITAMENTE** a 6.000 FAMIGLIE di Bovolone / Villafontana e tutto questo **GRAZIE** agli **INSERZIONISTI CHE CI DANNO FIDUCIA.**

LA RANA **NON VIVE DI CONTRIBUTI PUBBLICI** ma di pubblicità locale che rende possibile l'informazione a tutta la cittadinanza.

LA RANA, grazie alla **PROFESSIONALITÀ** dei suoi collaboratori, riesce a dare i giusti consigli con le rubriche di **MEDICINA, ECONOMIA, INFANZIA** e culinaria con la **RICETTA. LO SFORZO CHE MENSILMENTE METTE A DISPOSIZIONE TUTTA LA REDAZIONE È ENORME MA LO FA VOLENTIERI PERCHÉ È L'UNICA MANIERA PER TENERVI INFORMATI...**

...E TUTTO QUESTO GRATUITAMENTE!



IL MENSILE DI BOVOLONE

mensile di attualità, cultura ed informazione

la rana

www.larananews.it - Concessionaria per la pubblicità: BERTOLINI PUBBLICITÀ - CELL. 333.4450204

MASTERBOX, IL CROSSFIT SBARCA A BOVOLONE



È stata inaugurata sabato 5 settembre la palestra che d'ora in poi sarà il punto di riferimento per Bovolone e tutta la Bassa Veronese per gli amanti del crossfit. "Futura Bovolone" è la nuova associazione sportiva

dilettantistica che ha lanciato questo progetto, dietro il quale c'è stato un lunghissimo lavoro di preparazione.

Giulia Maria Ferro, Emanuele Verona e Giovanni Moriggi, sono gli artefici di questa nuova avventura, che rende Bovolone un

unicum, infatti in zona non sono presenti altri centri per il crossfit e gli sportivi che prima erano costretti ad andare nelle palestre di Verona o Legnago, potranno avere in Masterbox un nuovo punto di riferimento per i loro allenamenti. Ma cos'è il crossfit?

Per molti questa disciplina può risultare sconosciuta, si tratta di allenamenti (di un'ora) ad alta intensità, che comprendono varie attività sportive, come corsa, ginnastica e tanto altro. È un'attività completa, adatta a tutte le età, perché gli allenamenti vengono modulati in base alle proprie capacità e l'obiettivo finale dev'essere per tutti un benessere fisico, ma soprattutto mentale.

Per avvicinarsi a que-

sto mondo è possibile prenotare una lezione gratuita di prova, dove si potrà scoprire dal vivo il crossfit. Masterbox è aperto tutti i giorni della settimana, chiuso solamente i pomeriggi del sabato e della domenica.

Per informazioni, iscrizioni e richieste potete contattare i seguenti recapiti: futurabovolone@gmail.com - www.masterboxcrossfit.com - 320/8081118 - Pagine Facebook e Instagram "Masterbox".

**IERI BOH.
DA SETTEMBRE BOX.**

MASTERBOX

Domenica 13 settembre Ricki e le Perle e i Corvi in concerto

Sono più di 2 anni che manchiamo con un nostro concerto nelle piazze di Bovolone, l'ultima fu quella del 26 luglio 2018 quando festeggiammo il cinquantesimo come "complesso". Quella di domenica 13 settembre, presentata da due grandi amici Barbara Onuspi e Maurizio Garavaso, rientra nella kermesse estiva denominata "Le belle note musicali" in piazza Pozza organizzata dalla gelateria "Bongelato" Diamante bar, iniziata il 5 luglio e che si doveva concludere domenica 23 agosto ma che per causa brutto tempo la chiusura è stata rinviata a **DOMENICA 13 SETTEMBRE**. Sarà una serata all'insegna della buona musica che si aprirà alle 20.30 con l'esibizione nostra (Ricki e le Perle) e come è nostra consuetudine a questo appuntamento ci presenteremo con un repertorio tutto italiano di musica anni 60/70 con qualche "scappatella" 80/90. Oltre a tutto questo presenteremo il nostro inedito "Una piccola storia" con il quale l'anno scorso abbiamo partecipato con il "Verona Beat", ad un concorso di canzoni nuove nel quale ci siamo classificati al 3° posto e dove ha visto la nostra chitarrista Elena Ferrarese, che ha arrangiato la parte solista alla chitarra della canzone, essere premiata come la migliore "Chitarrista talentuosa" del "Contest". Alle ore 21.40 sarà la volta dell'esibizione dei super ospiti: **I CORVI**. Famosissima la loro canzone "Un ragazzo di strada" che nel 1966 arrivarono ottavi al Cantagiorno. Durante la serata, oltre a questa, ci presenteranno altri successi come Bang Bang, Bambolina, Sospesa a un filo e tante altre, il tutto accompagnate alla batteria da Claudio Benassi batterista e fondatore storico dei CORVI, ultimo superstite rimasto della storica formazione. Claudio Benassi durante la serata sarà a disposizione anche per autografare con tanto di dedica personalizzata, a chi acquisterà una copia del libro che ha scritto sui 55 anni di storia dei Corvi. Naturalmente dove c'è musica ci deve essere anche qualcosa di appetitoso o fresco da gustare e bere, per tutto questo ci pensa "I Love Diamante Bar" di piazza Pozza con i suoi gelati "Bongelato", panini, tramezzini, risotto, bibite e birra a fiumi. I presupposti per passare una bella serata in compagnia ci sono tutti e quindi appuntamento a domenica 13 settembre in piazza Pozza a Bovolone. Nel rispetto delle normative vigenti è consigliata la prenotazione del tavolo.

Gelateria "Bongelato Diamante Bar" organizza a

BOVOLONE - PIAZZA POZZA

"Le Belle Note Musicali"

DOMENICA 13 SETTEMBRE Ore 20.30

**SARÀ RECUPERATA LA SERATA RINVIATA
PER BRUTTO TEMPO**

Ricki e le Perle

(complesso base)



55 ANNI di storia

Un ragazzo di strada - Bang Bang - Bambolina - Loco
Dalemi una lazzina per piangere - Sospesa a un filo... ecc...

Gelati - Paninoteca - Bibite - Birra

Stuzzicherie

Risotto e...

tanto altro ancora...

Info e prenotazioni tavoli

WhatsApp

344 1429944

Partner della serata:



Durante la serata **CLAUDIO BENASSI** batterista e fondatore storico dei CORVI, sarà a disposizione per autografare il libro con tanto di dedica personalizzata, a chi ne acquisterà una copia

La manifestazione si terrà nel pieno rispetto delle vigenti normative

BANCA VERONESE
CREDITO COOPERATIVO DI CANTABRICO

Ingresso Libero

RICETTA



PROCEDIMENTO:
Dopo aver pulito e sbucciato bene la zucca, lavatela e tagliatela a pezzi, mettetela in una ciotola e cuocetela per 7/8 minuti nel microonde. Quando è cotta, mettetela in una ciotola con il passaverdure o schiaccia patate, passatela. Aggiungete quindi il porro tagliato finemente, l'uovo, sale e pepe e mescolate il tutto bene. Prendete una tortiera da 24 cm e dopo averla spennellata ai lati e il fondo con l'olio, adagiatevi dentro la pasta sfoglia, bucherellate il fondo con una forchetta e quindi versate il composto, sopra metteteci dei fiocchi di mascarpone e gorgonzola e infornate con forno preriscaldato, a 180 gradi per circa 25 minuti. Quando è cotta, aspettate che si raffreddi, toglierla dalla tortiera, tagliatela a fette e servite.

ANTIPASTO

Torta salata con zucca, gorgonzola e mascarpone

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- Mezza Zucca Delica (Baruchela)
- 1 Porro
- 1 Conf. pasta sfoglia rotonda
- 1 Uovo
- 200 gr di formaggio gorgonzola e mascarpone
- Sale e pepe

PRIMO

Risotto con zucca e amarone

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- Mezza zucca delica (Baruchela)
- 3 scalogni
- 1 bicchiere e mezzo di amarone
- Burro, sale, pepe, olio
- Brodo vegetale
- 350 gr di riso Carmaroli
- Grana grattugiato

PROCEDIMENTO:
Prendete una pentola per il riso e metteteci dentro i scalogni tritati, la zucca dopo averla sbucciata, lavata e tagliata a pezzi piccoli, sale, pepe, una noce di burro, un filo d'olio e un bicchiere di brodo vegetale, cuocete il tutto per circa 30 minuti. A cottura ultimata, prendete il mini pimer e frullate fino ad ottenere una crema, aggiungete mezzo bicchiere

di amarone e portate a ebollizione, versate quindi il riso e a poco a poco il brodo per la cottura. A metà cottura aggiungete un po' per volta anche il bicchiere di amarone. A cottura ultimata, spegnete il fuoco e aggiungete 3 fiocchi di burro e un po' di grana, mescolate bene il tutto e servitelo nei piatti con una spolverata di cannella sulla bordatura dei piatti.

SECONDO

Brasato di tacchino con zucca

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 500 gr di petto di tacchino
- Mezza zucca delica (Baruchela)
- 1 spicco d'aglio
- 3 scalogni
- 1 dado, olio, pepe e sale
- Origano
- Mezzo bicchiere di vino bianco

- 1 bicchiere abbondante di acqua

PROCEDIMENTO:
In una casseruola metteteci dentro la zucca dopo averla sbucciata, lavata e tagliata a pezzi piccoli, aggiungete gli scalogni tritati finemente e l'aglio, quindi il vino, l'acqua, il dado, una noce di burro, l'olio, origano, sale, pepe e il petto di tacchino e cuocete il tutto per circa 45 minuti a fuoco medio, controllate ogni tanto se c'è bisogno aggiunte dell'acqua. Ultimata la cottura, aspettate che si raffreddi, toglietelo e tagliatelo a fettine di 2 cm circa. prendete un mini pimer e frullate il sugo della zucca, scaldatelo per bene e stendetelo sopra alle fettine dopo averle messe nel piatto. A piacere potete spolverare il tutto con una manciata di prezzemolo fresco e un filo d'olio e...

BUON APPETITO!
Il vostro cuoco
Giorgio Maragnoli

LA RANA

Mensile di attualità, cultura ed informazione

STAMPATO IN 6.000 COPIE

Disponibile anche la versione on-line: www.larananews.it

Direttore Responsabile:

Costantino Meo
Registrato presso il Tribunale di Verona n. 1887 R.S. del 22/10/2010

Editore:

Bertolini Claudio (Bertolini Pubblicità)

Redazione:

Via Maria Goretti, 9/A
37051 BOVOLONE (VR)
Tel e fax 045 6901985
e-mail: gionnalelarana@yahoo.it

Stampa:

Tipografia Mediaprint srl
Via Brenta, 7
SAN GIOVANNI LUPATOTO (VR)

Impaginazione grafica:

Michela Bertolini

Distribuzione:

Santini Srl

Foto:

Claudio Bertolini

Costantino Meo

Concessionaria per la pubblicità:

Diamente srl

Collaboratori:

Mary Merenda

Dott. ssa Susie Baldi

Il giornale è stato chiuso il 3 settembre 2020.

ANNUNCI - gionnalelarana@yahoo.it

VENDO

Vendo Pinguino 10500 BTU con telecomando a euro 100.
Cell. 349 5880591

Vendo appartamento, anche arredato, a Bovolone con cucina/soggiorno, 2 camere da letto, bagno. Ampi balconi e terrazza. Doppio garage.
Tel. dalle ore 19.30 in poi al 333 7729605.

Vendo passeggino della "CAM" con seggiolino macchina e navicella. Trio in buone condizioni, color beige a euro 50,00 (quasi un regalo). Tel. 045 6901212.

Vendo collezione Harmony di 86 libretti da 1 a 3 romanzi a euro 38,00 Tel. 045 7100992

Vendo diversi metri cubi

di terriccio sabbioso per giardini e prati in genere. Per info cell. 333 7729605

Vendo articoli per neonati composto da fasciatoio, vaschetta per bagno, seggiolino da tavolo, palestrina e passeggino prezzo da concordare, lettino da campeggio per neonati ad euro 30, per informazioni rivolgersi al seguente numero 335/6936698.

Vendo idro pulitrice completa di lancia e spazzola per lavaggio auto, per informazioni rivolgersi al seguente numero 335/6936698

LAVORO

Cerco lavoro come caffetteria o babysitter con esperienza. Disponibile per ripetizioni e aiuto compiti scuole.

Cell. 333 7729605

Ragazza di 23 anni laureata, esegue ripetizioni e aiuto compiti per scuole elementari, medie e superiori. Si rende disponibile inoltre come babysitter. Serietà e professionalità. Cell. 340 7301784 Ilaria.

Cerco lavoro come pulizie o lavapiatti con esperienza abito a Cerea 380 38 24558

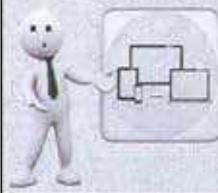
Eseguo taglio erba, siepi, pulizia giardino svuoto cantine ed altri lavori di giardinaggio. Tel.3282046253

AFFITTO

Affitto negozio in zona centrale a Bovolone di mq. 40 circa con canone contenuto, per informazioni rivolgersi al seguente numero.335/6936698.....

REGALO

Regalo cuccia artigianale per gatti o cani di piccola taglia. Cell. 349 5880591



Cagliari Andrea
Consulente informatico
Hardware e Software

Eseguo controllo e assistenza su computer, notebook, smartphone e cellulari.
Configurazione posta elettronica e ADSL.
Salvataggio, recupero, trasferimento dati e rimozione virus. Formattazione, ripristino e aggiornamento dei dispositivi.
Siti web e corsi di informatica.

☎ 345 7242269
@ info@hashtag-informatica.it



BANCA VERONESE

CREDITO COOPERATIVO DI CONCAMARISE

BCC
CREDITO COOPERATIVO

La Prima Bcc della provincia di Verona

Siamo Presenti con 20 sportelli a:

