



**PUBBLICITÀ CON  
STENDARDI SU  
FIORIERE**  
Bovolone - Oppeano  
Ca degli oppi - Vallese  
Salizzole - Villafontana  
Bertolini Pubblicità  
333 4450204



**IL MENSILE DI BOVOLONE**  
mensile di attualità, cultura ed informazione

# la rana

Anno 08 - Numero 10  
Ottobre 2018



**PER LA  
PUBBLICITÀ SU  
QUESTO  
GIORNALE**  
Bertolini Pubblicità  
333 4450204

## LA RANA CAMBIA LOOK

**A** dicembre La Rana compirà ben otto anni e dopo tutto questo tempo ha deciso di rifarsi il look. Come una ragazza che decide di andare dalla parrucchiera o dall'estetista per cambiare rispetto

al passato, anche La Rana ha voluto dare una svolta alla sua estetica. In questo numero troverete quindi una nuova grafica, che vi accompagnerà probabilmente per i prossimi anni, sarà una grafica più snella e lineare, le colonne da quattro diventeranno cinque. Inoltre

cambieranno anche dei dettagli grafici che potrete scoprire solo sfogliando il nostro giornale. Ci auspichiamo che le modifiche siano di vostro gradimento, il nostro intento è stato quello di ringiovanire un po' l'immagine del giornale, adeguandola ai nostri tempi. Chiusa la parentesi dei cambiamenti, parliamo delle notizie del paese. Nel mese di ottobre si sono tenuti molteplici eventi importanti per Bovolone. In particolare martedì 16 ottobre, si è svolta la votazione dei tre progetti che

hanno partecipato al bilancio partecipativo 2018; domenica 21, invece, è stata inaugurata la piastra polivalente presso gli impianti sportivi, un'opera che negli anni ha visto il susseguirsi di molte polemiche da parte delle opposizioni. Ed infine, ma non ultima come importanza, la premiazione della 16esima edizione del concorso letterario intitolato a Mario Donadoni. Tutti questi importanti argomenti verranno trattati approfonditamente nel prossimo numero di novembre.

**Costantino Meo**  
Direttore Responsabile

**Bertolini Pubblicità**  
comunicazione & grafica

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

**Prossima uscita  
20 novembre 2018**

ed in edicola al  
"PASSATEMPO" a Bovolone,  
"LA BOTTEGA" a Villafontana,  
"IL QUADRIFOGLIO"  
tabacchi, lotto, art. da regalo  
a Ca' degli Oppi  
e "Supermercato edicola  
MENEGATTI"  
a Oppeano.  
...passaparola!

[www.larananews.it](http://www.larananews.it)

**INFANZIA**

"Da grande farò... il calciatore!" Pag. 4

**STORIA**

Come mai tante famiglie cittadine investirono nel nostro territorio? Pag. 6

**MEDICINA**

"Non c'è più battito"  
Pag.8

**MUSEI**

Il "Museo della musica"  
apre la sala prova  
per giovani band Pag.9

**PROGETTI**

Progetto sollievo Pag.15



**SERVIZI  
DI ASSISTENZA  
ALLA PERSONA**  
Per informazioni  
+39 327 191 51 54  
+39 045 202 17 85



COOPERATIVA SOCIALE  
**FAMIGLIA FELICE**  
O.N.L.U.S.

PER ALCUNE ORE AL GIORNO  
RESIDENZIALI 24 ORE SU 24

GIORNALIERI  
ASSISTENZE OSPEDALIERE

via Centro 237/a, Borgo Roma

# L'ECO DELLA GRANDE GUERRA NELLA PIANURA VERONESE

DI GIUSEPPE VACCARI



**N**el primo conflitto mondiale l'intera regione Veneto fu dichiarata zona di guerra e così anche il nostro paese si trovò direttamente implicato nelle vicende belliche, seppur come territorio di retrovia perché il fronte insistette sulle montagne, da quelle del Trentino, al Grappa, fino al Carso.

Qui da noi, nella nostra pianura, ricordavano i vecchi, dall'altipiano di Folgaria, dal Pasubio, dall'altipiano di Asiago arrivava, cupa e sinistra, l'eco delle cannonate sparate dagli obici, dalle bombarde, dai pezzi da Novanta, a diffondere inquietudine e a ricordare che là i nostri soldati soffrivano e morivano. Così per le spose e le madri, soprattutto, ogni rimbombo era una stretta, un tuffo al cuore, perché istintivamente pensavano a chissà quali danni quell'inquietante sordo rumore aveva prodotto, a chissà quanti "fioi de mama" aveva ferito, storpiato o ucciso, e fra quelli ci potevano essere anche i loro cari! E dei soldati, padri, fratelli o figli che erano al fronte, qui si sapeva poco perché le notizie filtravano a fatica, i contatti erano scarsi, avvenivano solo attraverso la posta e, nonostante la relativa distanza, andavano con lentezza per le difficoltà della guerra. Il servizio postale funzionava

a singhiozzo. Quando andava bene, e cioè la lettera o la cartolina arrivava a destinazione, la gioia di chi la riceveva era così incontenibile che doveva essere condivisa con parenti, amici e vicini. Scrivere, però, era il più delle volte un'impresa o perché la gente, essendo analfabeta, doveva



trovare una persona "istruita" disposta a fare loro questo favore o, perché, soprattutto in trincea, spesso mancava il necessario per scrivere. Così la gente dipendeva dalle notizie ufficiali, da quello che riportava la stampa e poi veniva deformato dai "si dice", senza sapere nulla o poco dei loro cari, e, quindi, non poteva fare altro che aspettare, trepidando e soffrendo. La guerra, oltre che sul morale, fece sentire ben presto i suoi effetti anche sul tenore di vita, di per sé già molto modesto. Nelle città i generi alimentari cominciarono a scarseggiare, le fabbriche furono costrette ad

assumere donne anche nei ruoli maschili e nelle campagne l'agricoltura immiserì, visto che le forze migliori, quelle più giovani, erano a combattere al fronte. Data la prevalenza di famiglie patriarcali, quelli che erano proprietari o fittavoli in qualche modo riuscivano a tirare avanti perché i lavori nei campi erano condotti dalle donne, dagli anziani, dai ragazzi per cui, nonostante il calo, la produzione comunque consentiva di sopravvivere. Ma per i braccianti, che erano una fetta

per tutti. Durante la rotta di Caporetto, poi, si temette che il nemico arrivasse al Po, il che sarebbe equivalso a un disastro per la nazione e una disgrazia immmane per il nostro territorio, perché molti sarebbero fuggiti sotto la pressione del nemico invasore e chi fosse rimasto avrebbe subito angherie e tormenti di ogni genere, per bene che andasse. Per nostra fortuna, nonostante i timori, questo non avvenne e così solo l'oltre Piave sopportò le vessazioni dell'invasione, ma qualcosa si vide concretamente pure da noi perché gli sfollati del Friuli, sparpagliandosi per l'Italia, arrivarono anche qui da noi. Ed arrivarono anche i feriti di guerra a riempire l'Ospedale S. Biagio di Bovolone e l'Ospedale militare n. 81, allestito nella Villa Scipioni e nelle sue pertinenze. E fu un presidio importante che accolse feriti vari, ma soprattutto persone sconvolte nella psiche. La guerra, infatti, con le pallottole dei fucili e delle mi-



traglie, con le bombe dei cannoni, con i gas, con l'indicibile vita di trincea e i disumani assalti da macello, oltre che far morire e ferire spesso faceva anche impazzire, provocando enormi tragedie individuali. La gente era colpita dalle ferite che i ricoverati dell'Ospedale mostravano nel loro fisico o nella loro psiche, mentre vagavano per il paese, senza una meta, con l'aria smarrita di chi è fuori di sé e privo di orientamento. E il pensiero andava sempre ai loro familiari-soldati, di cui da mesi non avevano più notizie.

**Centro Studi e Ricerche della Pianura Veronese**

L'Associazione culturale "Centro Studi e Ricerche della Pianura Veronese", in collaborazione con l'Associazione Salazzari di Verona, con il patrocinio del Comune di Bovolone, propone una Mostra Storica rievocativa intitolata:

## L'eco della Grande Guerra nella Pianura Veronese

La Mostra e tutti gli eventi ad essa collegati ad entrata libera si svolgono nell'Antica Chiesa di San Biagio a Bovolone.

- 26 ottobre 2018**, venerdì, ore 17: inaugurazione della Mostra alla presenza delle Autorità e conferenza del Ten. Col. Alessio Meuti: "I cittadini volano - Riflessioni sulle novità culturali della Grande Guerra e il ruolo dell'aviazione - Il ruolo di Verona e la provincia"
- 27 ottobre 2018**, sabato, ore 17: conferenza dott. Umberto Fantò: "L'evoluzione dell'arte militare in Europa e nel Regio Esercito Italiano"
- 28 ottobre 2018**, domenica ore 17: letture dramatizzate della prof.ssa Nella Dall'Agnello con i lettori del Piccolo Teatro di Oppeano: "Donne nella Prima Guerra Mondiale" (alla fisarmonica Angelo Milani)
- 3 novembre 2018**, sabato, ore 17: conferenza dott.ssa Camilla Bertoni e dott.ssa Gabriella Bologna: "Egisto Zago e Francesco Modena. La scultura a Bovolone nell'epoca della Grande Guerra".
- 4 novembre 2018**, domenica, ore 17: chiusura della Mostra con uno spettacolo del Coro San Pietro di Roveredo di Gua' dal titolo "Non per cento anni, ma riconoscenti per sempre - Voci e Musiche della Grande Guerra".



**Ci trovate anche su facebook - CASA BOVOLONE**

## BOVOLONE EURO 140.000,00



In zona tranquilla, su lotto di 3.000 mq casa singola di ampia metratura disposta su due livelli fuori terra con annesso magazzino/garage di 150 mq. Libera su tutti i lati, ampio giardino e doppio ingresso carraio. Immobile da ristrutturare con possibilità di ottenere due unità con accessi separati.  
CLASSE ENERGETICA IN FASE DI DEFINIZIONE.

## BOVOLONE EURO 260.000,00



Villa bifamiliare con finiture di prestigio composta da ingresso, cucina abitabile, luminoso soggiorno, tre camere, doppi servizi e ampia mansarda finestrata. Taverna con camino, studio, lavanderia e bagno. Giardino di proprietà, garage doppio al piano terra e corte pavimentata di proprietà. Immobile disposto su più livelli!  
CLASSE ENERGETICA IN FASE DI DEFINIZIONE.

## BOVOLONE EURO 180.000,00



Casa singola di ampia metratura composta da ingresso, cucina, soggiorno e camera al p.terra; cinque camere, bagno e terrazzo al p.primo. Garage/magazzino di 160 mq. Corte di proprietà. Posizione vicina al centro, ottima anche per due famiglie!  
CLASSE ENERGETICA IN FASE DI DEFINIZIONE.

## BOVOLONE EURO 265.000,00



Villetta singola con giardino di proprietà composta da cucina-soggiorno open-space al p. terra; tre camere e doppi servizi al p. primo. Ampia taverna con camino nel seminterrato. Garage, posto auto interno alla corte e spazio pavimentato sul retro. Finiture di pregio, riscaldamento a pavimento, parquet, impianto di illuminazione e irrigazione. CLASSE ENERGETICA IN FASE DI DEFINIZIONE.

## BOVOLONE EURO 130.000,00



In contesto di otto unità, appartamento al p. primo composto da cucina-soggiorno con ampio balcone, tre camere di ampie dimensioni, bagno finestrato e bagno/lavanderia. Garage nel seminterrato e posto auto. Immobile recente con predisposizione per stufa a pellet, allarme e climatizzatore.  
CLASSE ENERGETICA IN FASE DI DEFINIZIONE.

## BOVOLONE EURO 88.000,00



Appartamento al piano terra in contesto bifamiliare composto da ingresso, cucina-soggiorno, tre camere e bagno. Giardino di proprietà e posto auto. Posizione comoda al centro.  
CLASSE ENERGETICA IN F IPE 210,70 KWH/MQ.

## BOVOLONE EURO 90.000,00



In zona vicina al centro, appartamento con ingresso indipendente al piano primo composto da cucina-soggiorno, due camere, bagno e ripostiglio. Corte di proprietà con posto auto. Immobile recentemente ristrutturato. Nessuna spesa condominiale!  
CLASSE ENERGETICA IN FASE DI DEFINIZIONE.

## BOVOLONE EURO 125.000,00



CENTRALISSIMO, appartamento in contesto di sei unità composto da cucina-soggiorno, due camere, bagno e balconi. Garage doppio. Palazzina servita di ascensore. Arredato e disponibile da subito; perfette condizioni!  
CLASSE ENERGETICA E IPE 126,79 KWH/MQ.

## SALIZOLE EURO 148.000,00



Appartamento ristrutturato al piano terra in bifamiliare, composto da cucina-soggiorno, tre camere, bagno e ripostiglio. Ampio giardino di proprietà e garage. Ingresso indipendente!  
CLASSE ENERGETICA F IPE 198,53 KWH/MQ.

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



**GRITTI ENERGIA  
SIAMO ANCHE A BOVOLONE!**

**CI TROVI PRESSO L'AGENZIA CASA BOVOLONE,  
VIA UMBERTO I N°15, ORA APERTO  
DAL LUNEDÌ AL GIOVEDÌ 8.30-12.00  
LUNEDÌ E MERCOLEDÌ DALLE 16.00 ALLE 18.00  
SABATO 9.00-12.00**

**VIENI A CONOSCERCI E SCOPRIRAI QUANTO  
È VANTAGGIOSO ENTRARE IN GRITTI ENERGIA PER  
LE TUE FORNITURE DI GAS E LUCE!!!**

# “DA GRANDE FARÒ... IL CALCIATORE!”



**P**er un bambino che abbia meno di 12 anni e vuole iniziare a fare sport, il calcio non può essere considerato uno sport completo, ma è una delle attività che più favorisce la socializzazione e lo spirito di gruppo. Il vero e proprio calcio si intraprende verso i 7-8 anni, prima è di solito minicalcio, in un campo ridotto e con delle porte più piccole. Anche il numero dei bambini in squadra è inferiore e soprattutto non ci sono ruoli, che il bambino non sarebbe in grado di ricoprire. Più che altro si fa ginnastica, o esercizi propedeutici al calcio, meglio abbinarlo ad altri sport come nuoto o palestra. Un allenamento strutturato come il calcio prima dei 12 anni non

è pensabile: il bambino non è pronto né dal punto di vista della coordinazione neuromuscolare, né per forza, velocità, e resistenza. Il calcio come sport possiede dei benefici per i bambini in quanto è una delle attività che più favorisce la socializzazione e lo spirito di gruppo, che insegna a mettere da parte il proprio egoismo per il bene della squadra. E' molto coinvolgente anche per la grande partecipazione di pubblico nei confronti di questa disciplina.

Ma qual è l'età più giusta per iniziare? Ecco alcuni consigli utili...

- Il rapporto tra bambini e calcio rivolto all'agonismo può iniziare a circa 12 anni compiuti: prima di questo momento non si possono svolgere allenamenti strutturati perché il ragazzino non è pronto

dal punto di vista del fisico.

- Il calcio non è considerato uno sport completo perché sviluppa soprattutto la muscolatura delle gambe, quindi se la società o la scuola di calcio trascura una preparazione atletica equilibrata, meglio affiancare alla pratica del calcio un altro tipo di sport.

- Questa disciplina favorisce la socializzazione, lo spirito di gruppo, il rispetto delle regole e il lavoro di squadra: la relazione tra bambini e calcio va curata sin dalla più tenera età: inizialmente non servono particolari attitudini, gli esercizi sono volti a sviluppare la coordinazione ma soprattutto la voglia di giocare e divertirsi.

- Per scoprire il talento c'è tempo: la cosa importante è che gli istruttori interpretino il calcio con assoluta serenità, curando soprattutto il comportamento dei ragazzini dentro e fuori dal terreno di gioco.

- Un altro aspetto psicologico importante ri-

guarda le aspettative, spesso più legate ai genitori che ai bambini: è importante non creare pressioni sui piccoli atleti e impostare tutto come un gioco, senza esasperare le scelte e fomentare illusioni.

- Si tratta di uno sport particolarmente coinvolgente perché appassiona sia i praticanti che il pubblico, ma è importante in primo luogo scegliere la scuola di calcio più adatta alle esigenze del bambino o della bambina.

- Per comprendere se la scuola scelta è quella giusta, basta osservare il bambino: se si diverte e non vede l'ora di tornare in campo, se impara a vincere ma anche a perdere, se è rispettoso delle regole e degli altri, allora si ha la certezza di aver scelto l'ambiente ideale.

**Mary Merenda**

*Insegnante di scuola dell'infanzia*

## LO SAPEVATE CHE...

Il calcio è lo sport più diffuso in assoluto in Italia, tanto che le scuole accreditate sul territorio naziona-

le sono oltre 7.200 e ogni anno sono circa 300.000 i bambini che infilano scarpe da calcio e iniziano a giocare per la prima volta.

Il dato sul perché il calcio fa bene ai bambini è estremamente incoraggiante. Secondo alcuni ricercatori questo sport praticato sin da piccoli sarebbe la prevenzione migliore contro le malattie non infettive, oltre ad essere tra le attività che garantiscono maggiore movimento e quindi un importante sviluppo muscolare e miglioramento cardiovascolare. Il calcio però sarebbe importante per il bambino anche dal punto di vista emotivo e di crescita sociale. Il gioco di squadra è un ottimo mezzo di socializzazione, mentre il concetto di vittoria e di sconfitta farebbero maturare i ragazzini meglio degli altri, imparando anche a seguire regole ben precise.

Quindi, nei bambini non solo sembrerebbero migliorare subito le funzioni cardiache dopo aver giocato a pallone a scuola, ma anche l'autostima e l'attività fisica sarebbe diventata perfinoallettante per chi ha problemi di sovrappeso.

**sj** | **energia**  
gas luce servizi

**Federica Novarini**

Agenzia diretta

Via C. Battisti, 7/A BOVOLONE (VR) - Cell. 392 29 72 553

**Mai:** federica.novarini@gmail.com

**Orari:** dal martedì al venerdì dalle 9.30 alle 12.30

il pomeriggio dalle 15.30 alle 18.00 previo appuntamento

## servizi offerti:

- Attivazione contratti di energia e gas
- Riattivazione contatore energia e gas chiusi
- Installo nuovi contatori gas ed energia
- Consulenza lettura bollette gas ed energia

Numero Verde  
**800 699 960**



# PREVENZIONE E SALUTE



**L**e temperature cominciano a farsi più frizzanti e i colori della natura sono quelli tipici dell'autunno. In questa stagione è importante cominciare a mettere le basi per la prevenzione delle malattie invernali, adottando una strategia per evitare di ammalarsi. Potenziare le difese immunitarie significa curare l'alimentazione mangiando tanta frutta e verdura di stagione, ricchissima di minerali e delle vitamine indispensabili per un sistema immunitario attivo ed efficiente anche con il freddo. Ricordo che l'Organizzazione Mon-

diale della Sanità fissa a 5 le porzioni di frutta e verdura raccomandate nella giornata da scegliere tra i vegetali di stagione. L'attività fisica e il movimento fatti con regolarità sono anch'essi importanti per rinforzare il sistema immunitario contro l'attacco di virus e batteri. Oltre a questo, con l'inizio della scuola i bambini possono essere aiutati con un'integrazione a base di vitamina C (Rosa Canina), Zinco, Ribes Nero ed Echinacea, secondo uno schema da seguire consigliato dal proprio farmacista esperto in fitoterapia, per evitare eventuali problematiche e da

ripetere più volte. Per gli adulti l'Echinacea, in combinazione con l'Astragalò, l'Uncaria, la Tabebuia e la Rosa Canina, esplica al meglio quegli effetti di sostegno del sistema immunitario durante l'inverno, meglio ancora se in combinazione con Betaglucano.

Una terapia antinfettiva è veramente preventiva quando può agire sulle cause delle malattie infettive e le può rimuovere.

Dato che le cause di tutte le malattie infettive risiedono in un disturbo del sistema immunitario e dato che sono innumerevoli i germi con cui veniamo a contatto, la vera prevenzione deve essere capace di attivare le difese specifiche del nostro organismo che, quando sono correttamente funzionanti, sono capaci di attivarci e di provare a difenderci da tutti i germi.

Il medico di base

può utilizzare farmaci specifici contenenti componenti dei batteri più frequenti, che causano infezioni delle vie respiratorie da utilizzare con cicli di alcuni giorni ogni mese, oppure il vaccino contro l'influenza.

Integrare l'alimentazione con alcuni nutrienti:

L'obiettivo è fornire all'organismo tutti i nutrienti essenziali capaci di tenere ben funzionanti le sue reazioni enzimatiche anaboliche, disintossicanti, difensive, immunostimolanti, ecc. Gli integratori più importanti sono:

- Multivitaminici
- Aggiunta ulteriore di vitamina C (250-300 mg al giorno)

- Multiminerali: non è sufficiente un prodotto che contenga solo 8-10 minerali, perché nella nostra alimentazione mancano specialmente i microelementi, cioè i minerali in tracce.

- Aggiunta ulteriore di magnesio (150-200 mg al giorno) e zinco (10 mg al giorno) specialmente nei bambini più irrequieti.

- Probiotici: il buon funzionamento dell'intestino è obbligatorio per ottenere una adeguata immunostimolazione. Ricordo anche che i probiotici, cioè quelli che una volta venivano chiamati "fermenti lattici", sono batteri intestinali che per moltiplicarsi e vivere a lungo nel nostro intestino devono essere adeguatamente nutriti. Ai primi sintomi utilizzare prodotti a base di Propoli, Semi di Pompelmo e Tea Tree Oil per aiutarci ad avere un'azione efficace ed immediata.

Riassumendo: un'alimentazione corretta, movimento e prodotti nutraceutici immunostimolanti possono essere un validissimo aiuto per farci trascorrere un inverno più in salute.

## PREVENZIONE INVERNO

**NON fatevi INFLUENZARE quest' INVERNO!**

**Parliamone INSIEME!**

**Medicina naturale, Fitoterapia, Omeopatia, Integratori Nutraceutici**  
I nostri Farmacisti esperti vi aspettano per un consiglio professionale

 **Farmacia Cardio-Protetta**

Procuro prodotti urgenti entro 2 ore\*

[www.farmaciacrosare.it](http://www.farmaciacrosare.it)  
[info@farmaciacrosare.it](mailto:info@farmaciacrosare.it)

\*Chiedere in farmacia per le modalità del servizio

## FARMACIA CROSARE

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

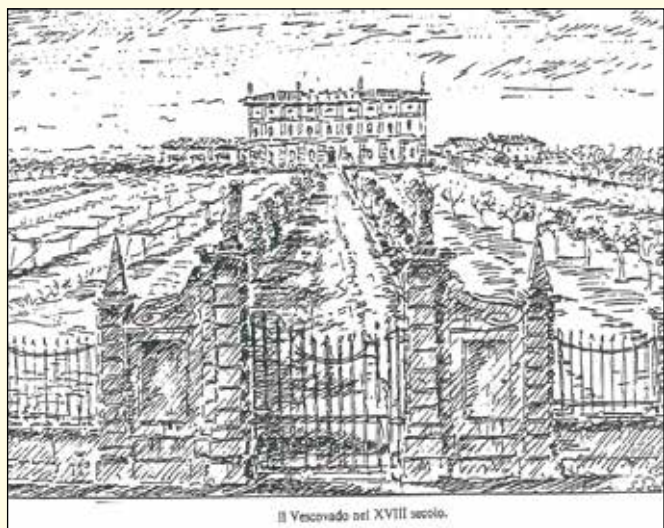
- PRENOTAZIONI CUP E RITIRO REFERTI OSPEDALIERI
- PRODOTTI VETERINARI
- CONSEGNA FARMACI A DOMICILIO\*
- AUTOANALISI SANGUE ● ANALISI CHIMICA ACQUA
- MISURAZIONE PRESSIONE ARTERIOSA GRATUITA
- TEST INTOLLERANZE ALIMENTARI
- ELETTROCARDIOGRAMMA
- CONSIGLI ALIMENTARI GRATUITI

**P COMODO PARCHEGGIO GRATUITO**

**ORARIO CONTINUATO**

**LUNEDÌ - VENERDÌ 8.45 - 19.45 // SABATO 9.00 - 19.00**

# COME MAI TANTE FAMIGLIE CITTADINE INVESTIRONO NEL NOSTRO TERRITORIO?



Il Vescovado nel XVIII secolo.

**L**a Repubblica Veneta, ben conscia delle enormi difficoltà di mantenere i beni marittimi nel Mediterraneo (Cipro, Rodi, Creta-Candia e i contratti dei fondaci nel Medio Oriente) a causa dell'avanzare inesorabile dei Turchi Ottomani, dopo la caduta di Costantinopoli (1453) e dello spostamento dei commerci negli Oceani Atlantico e Pacifico dopo la scoperta dell'America e i grandi viaggi di circumnavigazione, promosse la privatizzazione delle terre e l'espansione agraria per essere autosufficiente dal punto di vista economico ed alimentare. Da ricordare che il nostro Territorio apparteneva per la maggior parte al Vescovado di Verona e, in misura minore, alla Comunità e alla Pieve.

In realtà i terreni non furono acquistati come proprietà privata, ma dati in locazione (affitto) alle Famiglie ricicche da 10 a 29 anni e tacitamente rinnovati dietro il pagamento di un canone e, nel caso di vendita da parte del proprietario, col diritto di prelazione. Nel 1700, di fatto, la locazione era divenuta perpetua.

Al Vescovo si pagava generalmente in beni naturali e in denaro, alla Pieve e alla Comunità, in denaro ed erano di modesta entità al confronto dei ricavi. La conduzione dei lavori agricoli era affidata ai fattori (detti "gastaldi") che li dirigevano, ai braccianti fissi, a quelli stagionali e ai "boari". Le terre potevano essere subaffittate ai contadini.

#### Il sistema fiscale

In Epoca Veneta era di 2 tipi: Imposte Indirette (dazi e gabelle) e Di-

rette (gravezzi). Tra le Imposte Indirette, alcune spettavano al Vescovado per "diritto feudale", altre a Venezia.

Quelle del Vescovado, che per la riscossione incaricava dei privati con un contratto d'affitto, erano:

1) un quarto della Gabella del transito per Bovolone (detto Pontatico)  
2) la Gabella sul mercato

3) il Dazio sulle carni vive o morte, comprese quelle di cavallo

4) il Dazio sull'olio di lino, linosa e vinazzoli. Tra i Dazi delle Camere Fiscali di Terraferma governate dai Camerlenghi, c'erano:

1) il Dazio della Stadella (di Verona)

2) il Dazio sulle Gallette (bachi da seta)

3) il Dazio sulle lane e sulle pelli.

#### Le decime

Sono le più antiche imposte sui terreni, fin dall'epoca Carolingia, esse rappresentavano la base del sostentamento delle Pievi (Parrocchie) alle quali i possessori di terre dovevano la "decima parte" dei prodotti agricoli: una specie di tassa "del Culto".

Ma fin dall'XI° secolo furono devoluti ai Feudatari laici o Ecclesiastici e alle Pievi rimase solo un quarto, quindi i Parroci e i Chierici si mantenevano sui beni terrieri e su quel quarto.

Il Vescovo Feudatario di Verona riscuoteva le "decime" già dal lontano 813, come risulta dalla "Pagina Firmitatis", ma all'inizio della dominazione Veneziana era caduto in disuso. Fu il Vescovo Ermolao Barbaro nel 1463 a riprendere questo diritto, che si protrasse fino al XX° secolo.

#### La moneta veneziana

Nel territorio Bovolonese si usavano i Ducati correnti e, in qualche caso, anche i Ducati in oro (zecca veneziana) oltre che "i piccoli veronesi" conati già in epoca medioevale, la lira e i soldi.

#### Pesi e misure

Misure lineari : Oncia, Piede, Pertica

Misure di superficie: Piede quadrato, Tavola, Vanezza, Campo, Pertica quadrata

Misure di capacità per cereali e riso: Sacco, Minale, Quarta, Quartarolo, Libbra

Misure di capacità vino, olio: Botte, Brenta, Secchia, Inghistara, Goto.

N.B. Alcuni di questi pesi e misure furono in uso fino a pochi decenni fa.

La misura del flusso dell'acqua si chiamava Quadretto e consisteva in un'apertura detta Bocca nei canali d'irrigazione.

#### Organizzazione amministrativa

Era fondata su due Organi: la Vicinia Generale che era formata dai

capifamiglia che avevano pagato una certa cifra; nel 1708 erano 311 persone.

La loro convocazione doveva essere concessa dal Vescovo e si teneva nel Palazzo Episcopale (Vescovile). Nomina-

vano anche le Cariche comunali. Il II° Organo era il Consiglio della Comunità di Bovolone diviso in due: il Consiglio dei 21 e il Consiglio dei 16 o Zonta. I consiglieri rimanevano in carica 3 anni, ogni anno ne decadevano 7, così il Consiglio si rinnovava ogni 3 anni. Poi per un anno dovevano rimanere senza incarichi.

Per buona parte del 1700 superò in potere la Vicinia Generale divenendo in pratica un potere nelle mani delle stesse persone.

Esso aveva il compito di risolvere le controversie con il Vescovo feudatario, tra i privati e le Comunità vicine, amministrare il patrimonio pubblico (mercato, Monte di Pietà, Ospedale, case in affitto ecc.), provvedere alla manutenzione del Menago e delle strade comuni, alla compilazione degli Estimi Catastali per le imposte e alla stipula dei vari contratti di locazione perpetua (le vendite erano molto rare).

*Bibliografia: Un Feudo Vescovile in Epoca Veneziana - di Remo Scola Gagliardi - 1982. Adattamento: Mirandola Floriana*

## ELETTO G.G.T.

di Groppello Graziano & C. s.n.c.

- IMPIANTI ELETTRICI CIVILI E INDUSTRIALI
- IMPIANTI DOMOTICI
- AUTOMAZIONE CANCELLI E BASCULANTI
- IMPIANTI ANTIFURTO VIDEOSORVEGLIANZA

PREVENTIVI GRATUITI - ASSISTENZA E PRONTO INTERVENTO

Via Madonna, 245 - BOVOLONE (VR) cell. 348 2884252  
Tel/Fax 045 7102570 - e mail: [elettroggt@libero.it](mailto:elettroggt@libero.it)

UnipolSai

ASSICURAZIONI

Divisione Unipol

BIGHELLINI ELISABETTA

Intermediario assicurativo

347 9318226

elisabetta.bighellini.02161@unipolsai.it

Via Madonna 387/A – Bovolone

Dal lunedì al venerdì 9:00 - 13:00

Pomeriggio, sera e sabato su appuntamento



# RETRAIN

## TUTTO PER LA TUA SALUTE

### COS'È

**Retrain**, il centro dedicato alla medicina, alla riabilitazione e all'attività motoria a Bovolone. Un progetto ambizioso coadiuvato dall'utilizzo delle tecniche più specialistiche nel settore della salute fisica, per offrire ad ogni paziente un percorso su misura, in grado di soddisfare ogni esigenza.

### ATTIVITA' MOTORIA E SPORT

Il centro Retrain dispone anche una sala con macchinari isotonici e cardio, aperta a tutti coloro che desiderano mantenere o migliorare la propria forma fisica, prevenire o curare disturbi fisici e favorire la salute; aprendo le porte quindi a bambini, adulti, anziani e disabili. Inoltre Retrain pone un occhio di riguardo al mondo dello sport amatoriale e agonistico, offrendo tabelle di allenamento specifiche per ogni disciplina individuale o di squadra.

- Sala attrezzi isotonici e cardio
- Ginnastica preventiva adattata
- Ginnastica pre-post parto
- Pilates
- Percorsi nutrizionali e dimagrimento
- Tabelle di allenamento sport
- Ginnastica propriocettiva
- Personal trainer

### MEDICINA E RIABILITAZIONE

Un team multidisciplinare di medici e specialisti della salute, attraverso visite specialistiche, sapranno consigliare e attuare le terapie e i percorsi più adeguati per ogni singolo paziente.

- Ortopedia
- Fisiatria
- Medicina sportiva
- Cardiologia
- Neurologia
- Radiologia (ecografie)
- Fisioterapia
- Massoterapia
- Osteopatia
- Ginnastica rieducativa e posturale
- Scienze motorie
- Prenotazioni RX, RMN, TAC



SEDE SENZA BARRIERE  
ARCHITETTONICHE

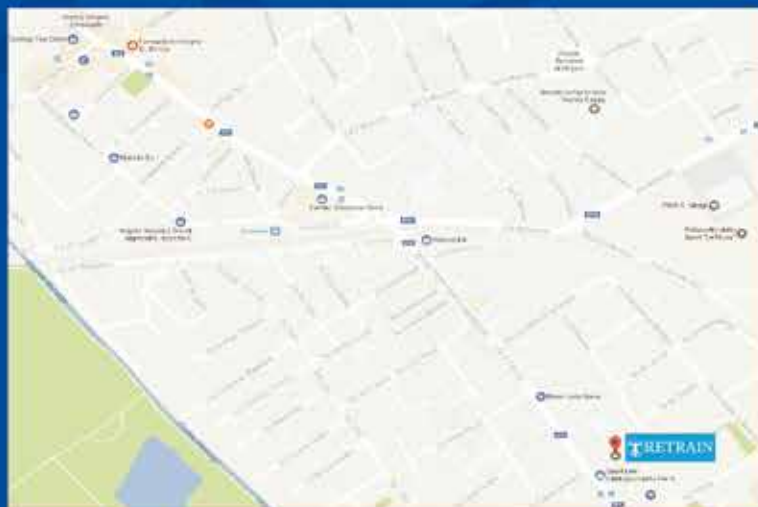


AMPIO PARCHEGGIO

Via San Pierino, 53 - 37051 Bovolone (VR)

☎ 045.9209912 - [info@centroretrain.it](mailto:info@centroretrain.it)

[www.centroretrain.com](http://www.centroretrain.com)



# “NON C'E' PIU' BATTITO”



Queste sono le poche e semplici parole che una donna, una coppia si sente dire quando una gravidanza si interrompe in maniera spontanea. Ma cosa comporteranno nella vita delle persone che le sentono da quel momento in poi? Quando noi pensiamo ad un lutto spesso la prima cosa che ci viene in mente è la perdita di una persona cara, una persona con la quale abbiamo condiviso, nel bene o nel male, una parte della nostra vita, un a persona che abbiamo potuto toccare, sentire. Ecco che allora spesso non ci si rende conto che anche un aborto spontaneo è una vera

perdita che comporta un lutto che uguale a tutti gli altri, anche se questo piccolo esserino non l'abbiamo potuto toccare, stringere abbracciare e magari con lui abbiamo condiviso solo una piccolissima parte della nostra vita.

Le statistiche ci dicono che un aborto spontaneo è un evento che può capitare in circa il 15% delle gravidanze, soprattutto entro il primo trimestre. La maggior parte delle volte non è determinato da cause controllabili ed è indipendente dalle azioni compiute dalla donna, che quindi non ha alcuna colpa di ciò che è accaduto. Ma questo poco importa: la donna, quasi sempre, lo vive come un evento traumatico e diffi-

cile da accettare, che può portare con sé una serie di conseguenze, sia fisiche che psicologiche.

La coppia, sin dalle prime settimane, si carica di desideri, aspettative e fantasie sul proprio 'bambino immaginario', soprattutto quando vede nelle immagini delle ecografie la sua crescita; inizia a creare un legame sia fisico che mentale col bambino e fantastica su come sarà il piccolo, come cambierà il loro stile di vita, cosa dovranno comprare, come dovranno eventualmente modificare la casa e tanto altro. Poi improvvisamente nella sala delle ecografie risuona come un triste mantra la frase del medico: "Non c'è più battito" e da quel momento tutto cambia, non c'è più da organizzare l'acquisto della cameretta, ma piuttosto un ricovero per il raschiamento. Quali sono i sentimenti che si provano subito dopo aver appreso questa notizia:

- Il senso di vuoto: l'aborto spontaneo, irrompendo violentemente come un 'terremoto psichico' nella mente della donna, diventa un evento traumatico e scioccante perché si trova davanti ad un 'lutto senza nascita'. Prova un senso

di vuoto, associato ad una grande tristezza per tutto ciò che si era già immaginata e che non potrà realizzarsi.

- Il senso di solitudine. Un altro sentimento comune è il senso di solitudine, poiché la donna avverte che gli altri non potranno mai comprendere al 100% quel che prova e quindi dovrà affrontare da sola un evento così travolgente, per il suo fisico e per la sua psiche. Nei giorni successivi al raschiamento sono spesso presenti emozioni della sfera negativa, come tristezza, angoscia, ci si sente anche in colpa, e si cerca una ragione, uno sbaglio commesso dalla donna e che in qualche modo abbia potuto nuocere al bambino.

Si vuole quindi dare un motivo per cui è successo e talvolta durante l'arco della stessa giornata si alternano momenti di apatia con profondi sentimenti di dolore e di disperazione associati a sensi di colpa e al ricordo verso quanto accaduto. Altre volte invece possono manifestarsi momenti di iperattività dove non si riesce a stare fermi e spesso ci si rifugia nel lavoro. La cosa fondamentale da tenere a mente è quella di parlare con il partner del disagio

psicologico che si sta vivendo, per poter condividere questo momento di dolore, riconoscendo questa sofferenza per l'elaborazione del lutto, come del tutto legittima ma che deve essere affrontata e superata. È fondamentale anche il contributo di chi circonda la coppia come i nonni o gli amici intimi come aiuto nelle faccende pratiche di casa, nella preparazione dei pasti, nelle attività della famiglia e nell'intrattenimento degli altri bambini se eventualmente presenti.

Il lutto per un aborto spontaneo è spesso un dolore sottovalutato e spesso si fatica a capire a quale sofferenza questi mancati genitori vanno incontro. L'aborto spontaneo, invece, come qualsiasi altro lutto, richiede tempo per l'elaborazione e cambia da soggetto a soggetto ma in linea generale viene superato entro i primi sei mesi, nei quali a volte può esserci anche un'alterazione del ritmo veglia/sonno e un'alterazione dell'appetito. Se l'elaborazione del lutto non avviene naturalmente è consigliabile rivolgersi ad uno psicologo o ad uno psicoterapeuta.

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

**L**  
**Moda**  
abbigliamento



SITO WEB  
[www.lmoda.eu](http://www.lmoda.eu)

Via Cavour, 42  
Isola della Scala (VR)  
Tel. 045 7300103





# IL "MUSEO DELLA MUSICA" APRE LA SALA PROVE PER GIOVANI BAND E COMPAGNIE TEATRALI



**È** da un bel po' di tempo che non se ne parla del "Museo della Musica" situato nella Villa "Il Cancellò a Villafontana. L'inaugura-

zione di questo "Museo degli artisti della musica italiana 1960/1970" con connessa una "Accademia della musica", questo il progetto iniziale, avvenne nel maggio del 2016. Poi per motivi burocratici, normative e non di poco conto per motivi di salute di

uno dei promotori di questa iniziativa Alfio Cantarella batterista storico dell'Equipe 84 che doveva essere il perno centrale di questo progetto, si arenò. Anche se a dire il vero qualcosa al piano terra, l'unico per ora disponibile, è stato fatto e più di qualche salone è stato "addobbato" di gigantografie riportanti cantanti e complessi di quegli anni, dischi originali in vinile alcuni autografati dagli stessi artisti, un jukebox funzionante con relativi 45 giri originali, una gigantografia di Mal dei Primitives commissionata da lui stesso e con un

contenitore di palline da golf (Mal è un grande appassionato di questo sport) con la riproduzione di tutti i suoi 45 giri e tante altre cose di quegli anni. Il museo in questi anni ha visto anche qualche iniziativa musicale ed è stato in più di un'occasione visitato da artisti dell'epoca come Gian Pieretti, I Corvi, Claudio Damiani produttore di Elisabetta Viviani ecc... Ora l'amministrazione attraverso un bando sta individuando la figura del custode e nel frattempo che questa figura sia operativa il museo viene tenuto aperto il mercoledì e venerdì, nelle ore pomeridiane,

dalla banda cittadina. Per rendere "vivo" e visitato il museo, prossimamente saranno programmate delle iniziative musicali e culturali. Nel frattempo l'amministrazione di Bovolone, tramite il consigliere Roberto Vivan, informa che sono a disposizione presso la struttura del museo, delle sale prova per giovani band che non avessero un posto per fare musica, compagnie teatrali, meeting culturali, eventi, ecc... Per info e prenotazioni 328 4849328 Roberto Vivan.

**Claudio Bertolini**

## "MI PIEGO MA NON MI SPEZZO", IL PRIMO LIBRO DI SABRINA BRUNELLI



della resilienza nei vari ambiti della vita: dalla malattia al lavoro, dal rapporto con la famiglia alla gestione della propria vita.

È nato quasi tutto per caso, un anno fa, quando Sabrina Brunelli ha frequentato un corso sul tema della scrittura, organizzato dalla casa editrice "Bruno Editore". La passione per lo scrivere l'aveva sempre avuta dentro di sé ma non si era mai cimentata concretamente. Dopo alcune settimane è stata

selezionata dall'editore che scremando gli oltre 800 partecipanti ha deciso di sceglierla per realizzare il suo libro sulla resilienza.

"Ricevuta la notizia, ho iniziato a scrivere e non ho più smesso", ha spiegato l'autrice, "è stato un viaggio dentro di me, una sorta di auto-terapia, che mi ha portato a vivere un'avventura molto interessante".

Sabrina Brunelli ha vissuto vari momenti difficili nella sua vita, soprattutto nella malattia (l'en-

dometriosi) ma anche nel mondo del lavoro e nella sfera familiare, ha così scoperto la capacità della resilienza che aveva dentro di sé.

"Tanti lettori si riconoscono nella mia storia e questo mi dà molte soddisfazioni a livello morale", ha illustrato Brunelli, "spesso si è delle persone resilienti senza rendersene conto, ma bisogna essere consci dei fatti che ci accadono durante la vita, vivendoli in maniera positiva".

"Mi piego ma non mi

spezzo" è acquistabile come ebook su Amazon, ma anche in versione cartacea contattando direttamente l'autrice alla sua pagina facebook Brunelli Sabrina.

"Resilienti dentro e resilienti fuori" è lo slogan di Sabrina, che entro il periodo Natalizio ha in progetto anche di uscire con alcuni prodotti cosmetici, due creme e un docciaschiuma agli estratti di fico d'india, la pianta resiliente per antonomasia.

**L'** autrice veronese 46enne affronta il tema

**RADIO Bivikina**

FM 99.4 - FM 98.6

**radio Bellà & Monella**

**FM 93.100**

**CARBONI ADV** **PER LA TUA PUBBLICITÀ**  
 media and communication **045 8101139**

# Le 3 S

Via IV Novembre, 26 Bovolone-VR  
Tel. 0456901368 / 3924525050

**ORARI:**

Dal Lunedì al Venerdì  
9.30 - 12.30 - 15.30 - 19.30  
Sabato: 9.30 - 12.30

 Like : *Telefonia Le 3 S*



Per il tuo **BUSINESS**  
le chiamate saranno  
illimitate...



Per tutta la famiglia  
**SUPER FIBRA:**

Minuti e Giga  
illimitati sul tuo  
Smartphone!

Super Fibra  
per le tue serie TV  
preferite!

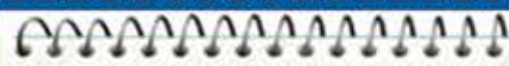


Il nuovissimo  
iPhone XS MAX  
può essere tuo da  
€ 30.00 al mese!

**Appunta** qui sopra  
la tua spesa  
mensile e  
vieni a confrontarla  
con le nostre  
offerte...

**Ritaglia** questo  
coupon e presentalo  
in negozio...

**Riceverai** la Sim "All-  
In Master Fibra" in  
**OMAGGIO**



*Note:*



# ALCOLISMO: LA MALATTIA CHE TRASCINA TUTTO CON SÉ



**L**a malattia dell'alcolismo è come un ladro vigliacco e subdolo che si insinua nella tua casa di notte, di nascosto, per rubarti la vita e il dramma è che non solo ti porta via qualcosa, ma ogni volta ti lascia dell'altro al posto di quanto sottratto e questo "altro" è sempre qualcosa di distruttivo e odioso. La prima cosa che ti fa sparire sono i tuoi sogni, i tuoi progetti di vita, ma non te ne accorgi subito, perché ti lascia la negazione della realtà e quindi provi a credere disperatamente

che tutto possa per magia tornare a posto. Poi ti ruba la capacità e la possibilità di incontro con chi vive con te e ti lascia lo scontro fatto di accuse, di bugie e di una inconsapevole tendenza a manipolare gli altri. Giorno dopo giorno ti porta via la fiducia nella vita, negli altri, in te stesso e al suo posto ti lascia un mucchio di aspettative che, ovviamente disattese, riempiono la tua vita di delusione e di rabbia. Poi ti accorgi che il senso di sicurezza che ti dava lo stare in casa e accanto alle persone di casa non c'è più ed al suo posto è rimasta invece

una paura folle di tutto quello che succede o potrebbe succedere e uno strisciante quanto devastante e irragionevole senso di colpa. Sparisce poi la tenerezza, quel sentimento che fa sentire accolti, amati e incoraggiati e ti ritrovi invece avvolto e artefice di violenza, una violenza che non necessariamente diventa abuso fisico, ma che è sempre un gioco di potere perverso nei confronti degli altri, non importa se attuata col silenzio o con l'aggressività verbale. Il ladro malefico provvede poi a portarsi via il desiderio di voler bene e di sentirsi amati e al suo posto lascia un controllo astioso che prima di opprimere chi lo subisce distrugge chi lo attua.

A questo punto capisci che nel tuo cuore non è rimasta neppure la parvenza di autostima o di amore per te stes-

so, ma ti senti invece inadeguato e fallito, un automa che risponde alla disperazione quotidiana per istinto cercando di sopravvivere, rifugiandosi nel risentimento e non riuscendo più a sfuggire a quella prigione interiore che si chiama vendetta. E allora, quando tutto sembra ormai distrutto, con quel briciolo di energia che ci rimane, ecco il cammino di recupero che ci viene offerto dal programma dei dodici passi di ALCOLISTI ANONIMI e che va fatto nella sua interezza se si vuole riuscire a guarire l'anima da tutto quel male che

l'alcolismo ha scatenato e che non siamo riusciti ad arginare. Per ricostruire il bene che ci è stato rubato dobbiamo prima liberarci di tutti quei meccanismi negativi che sono diventati pane quotidiano e...non esistono bacchette magiche ma solo impegno costante e fatica illuminate però dalla speranza e dall'affetto profondo che ci vengono offerti da chi ha cominciato a ricostruire il "bene" prima di noi e che è così generoso da tenderci la mano quando ci sembra di non potercela proprio fare da soli.

GRUPPO ALCOLISTI ANONIMI E FAMILIARI AL ANON  
 "LA SORGENTE" - Via Mazzini, 3 - BOVOLONE (VR)  
 c/o Villa Panteo Zampieri (secondo piano)  
 348 9288320  
 Riunioni: al martedì e venerdì  
 dalle 20 alle 22

Gruppi Familiari Al-Anon

INTEGRATORE ALIMENTARE

Larix

NOVITÀ 2018

# AGRUVITA

## Drink

con ACEROLA e succo d'ARANCIA

1 misurino contiene 500 mg di VITAMINA C



**La Vitamina C contenuta in Agruvita Drink  
deriva completamente da ingredienti naturali:  
frutti di Acerola e succo d'Arancia.**

# “ORTO AMICO” A VILLA PANTEO ZAMPIERI



**U**n diversivo per sentirsi utile e per far qualcosa di utile

per chi si sta godendo la pensione, la può offrire un'iniziativa che a villa Panteo Zampieri a Bovolone sta mettendo a disposizione

per questa categoria di persone. “Per chi a casa non avesse un appezzamento di terra per crearsi un proprio orto” ci spiega il presidente dell'Associazione La Quercia Adriano Bissoli, “mettiamo a disposizione gratuitamente in comodato d'uso, un pezzo di terreno dove un pensionato avesse voglia di avere un proprio orto, curato da lui stesso usufruendo così di prodotti genuini e cu-

rati in proprio, lo può fare”. infatti di fianco a villa Panteo Zampieri è stata ricavata una superficie specifica, dove sarà addebita alla coltivazione di ortaggi e dove già esiste anche qualche coltivazione curata da pensionati. “Oltre a mettere a disposizione questo pezzo di terreno da coltivare, nel limite del possibile, cercheremo di dare dei consigli anche di come avere una buona resa nella raccolta

dei prodotti, ma non solo” prosegue Bissoli “saranno messi a disposizione, sempre gratuitamente, anche delle attrezzature per la cura e la manutenzione dell'orto”. Per chi fosse interessato a questa iniziativa o volesse più informazioni dettagliate, si deve rivolgere al presidente dell'Associazione La Quercia Adriano Bissoli cell. 346 3683472.

*Claudio Bertolini*

## RICETTA



- olio, sale e pepe
- Mezzo bicchiere di vino bianco
- Grana

### PROCEDIMENTO:

Prendete una padella e fate un trito di scalogno e aglio, aggiungete il burro, il vino, sale e pepe, il prezzemolo e i porcini e cuocete il tutto per circa 30 minuti. nel frattempo, fate la polenta e quando la polenta è pronta e i porcini cotti, impiattate mettendo prima la polenta e sopra i porcini con delle scaglie di grana.

### PRIMO

#### Risotto con porcini e gorgonzola

##### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 350 gr di riso carnaroli

- 350 gr di porcini
- 150 gr di gorgonzola
- 3 scalogni
- prezzemolo Brodo vegetale
- olio, burro, sale e pepe
- mezzo bicchiere di vino bianco

### PROCEDIMENTO:

prendete una casseruola e fate un trito di scalogno aggiungendo il vino, un filo d'olio, burro, sale e pepe e i porcini e fate cuocere per 20 minuti. quando i porcini sono pronti, procedete a fare il riso aggiungendo a poco a poco il brodo. A cottura ultimata aggiungete il gorgonzola tagliato a dadini e mantecate bene il tutto.

Prendete i piatti, e dopo

aver messo il riso, fate una bella spolverata con del prezzemolo fresco tritato.

### SECONDO

#### Spezzatini di pollo con porcini

##### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 500 gr di spezzatino di pollo
- 250 gr di porcini
- 1 porro
- prezzemolo
- mezzo bicchiere di vino bianco
- olio, burro, sale e pepe
- mezzo bicchiere di latte
- 4 ciabattine medie

### PROCEDIMENTO:

Prendete una padella e mettete dentro il petto di pollo tagliato a dadini, il porro tritato finemente,

il vino, il latte, i porcini tagliati grossolanamente, un pizzico di sale e pepe, una noce di burro, un filo d'olio e fate cuocere a fuoco medio per circa 30 minuti. Tagliate a metà le ciabattine e scaldatele in forno a 180 gradi (che diventino ben croccanti). Prendete quindi i piatti e per ognuno appoggiatevi la mezza ciabattina, sopra metteteci lo spezzatino e sopra ancora un pò di traverso (per presentare il piatto anche sotto bel aspetto estetico) l'altra metà della ciabattina, una bella spolverata di prezzemolo sui bordi dei piatti, servite e...

**...BUON APPETITO!**

### ANTIPASTO

#### Polenta con funghi porcini e scaglie di grana

##### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 300 gr di funghi porcini
- 300 gr di polenta da fare
- 3 scalogni
- 1 spicchio d'aglio
- prezzemolo, burro

**Perezzi**  
**Patrizio**

PRODOTTI PER L'AGRICOLTURA E LA ZOOTECNIA



## • ALIMENTI PER CANI E GATTI

- MANGIMI
- ANTIPARASSITARI
- CONCIMI
- FITOSANITARI
- CORTECCIA
- LEGNA DA ARDERE
- PELLET
- SEMENTI
- TERRICCO
- TUTTO PER ORTI E GIARDINI
- MATERIE PLASTICHE
- SCARPE ANTINFORTUNISTICHE



VIA CROSARE, 12/A - 37051 BOVOLONE (VR)

TEL. 045 7103259 - FAX 045 6901353

perezzi@perezziapatriziosrl.191.it



## Inverno: dura prova per le nostre auto.

La stagione fredda è alle porte e con molta probabilità si vedrà la prima neve, le prime gelate, la nebbia e tutte quelle situazioni climatiche che mettono a dura prova le nostre auto. Se per gli uomini è sufficiente indossare i cappotti pesanti, per le auto la preparazione alle temperature più rigide è più complessa. Esiste una serie di controlli specifici per proteggere e mantenere efficienti i propri veicoli con l'arrivo dell'inverno: la cosa più scontata e alla portata di tutti è l'utilizzo di un buon antigelo da aggiungere nel radiatore e nella vaschetta del lavavetri; poi va fatta verificare la tensione della batteria, la pressione delle gomme che varia a seconda del clima, il livello dell'olio. Un'informazione poco nota, particolarmente importante per i veicoli con motori diesel, è il controllo del gasolio prima di un viaggio in montagna (o in zone con climi particolarmente freddi). L'errore comune è il rifornirsi con il gasolio invernale già in città, prima di partire. Solo i distributori delle località montane forniscono il carburante diesel già "allungato" con la giusta dose di antigelo. Il gasolio venduto nelle città più calde non è dotato, molto spesso, dell'additivo adatto a proteggere i motori dalle basse temperature. È però comunque possibile acquistarlo e farlo aggiungere separatamente dal proprio benzinaio di fiducia. Altro consiglio utile è quello di lubrificare le serrature esterne che eventualmente ghiacciate, possono essere scaldate con un olio spray specifico. In macchina è bene avere un raschia-ghiaccio per scongelare il parabrezza: mai usare acqua calda sul parabrezza che potrebbe rompersi per lo choc termico. L'autunno e l'inverno sono stagioni micidiali anche per la carrozzeria della nostra auto, smog, ghiaccio, pioggia, nebbia mettono a dura prova la verniciatura e la lucentezza dell'auto, quindi sarebbe "salutare" per il mantenimento di una carrozzeria che possa mantenersi nel tempo di rivolgersi ad un esperto carrozziere per farci consigliare come proteggere questo mezzo diventato ormai indispensabile per il lavoro o per il semplice "spostarsi". Una Carrozzeria che ti dia la garanzia di assistenza in caso di incidenti che nella stagione invernale, causa ghiaccio, nebbia o pioggia, sono sempre possibili e che sappia prendersi cura della sostituzione dei pezzi e delle ammaccature con professionalità e ad un giusto prezzo.

**OFFICINA CARROZZERIA  
ZULIANI**

di Paolo, Andreu & C. s.n.c.

• Soccorso stradale 24 h su 24

• Radrizzatura grandine  
senza verniciatura

• Servizio Gomme

• Autonoleggio

• Auto sostitutiva

**BOVOLONE (VR)** Via Crosare, 10/B

Tel. 045 7100806 - Fax 045 6901122

Cell. 335 6270696

e-mail: carr.zuliani@virgilio.it

**De Ruggini**

Vendita Auto Usate e Ricambi



**NOLEGGIO  
AUTO E  
FURGONI**

- Officina meccanica
- Elettrauto - Gommista
- Centro Revisioni auto,  
moto e ciclomotori

**BOVOLONE (VR)** via Madonna, 402

Tel. 045 7100790 - Fax 045 6908670

deruggini@deruggini.com - www.deruggini.com

**De Ruggini Auto... dal 1972 al vostro servizio!**

## PROGETTO SOLLIEVO, IMPORTANTE INIZIATIVA A VILLA PANTEO ZAMPIERI



**N**el mese di settembre dell'anno scorso presso Villa Panteo Zampieri è partito un progetto sostenuto dalla Regione Veneto gestita da parte dell'ULSS denominata "Progetto Sollievo". Il servizio, in incontri bisettimanali, offre a persone con patologie neurodegenerative at-

tività di stimolazione cognitiva, di socializzazione e così di mantenimento e/o recupero di capacità offuscate dalle patologie. A gestire questo importante progetto a Bovolone, è l'Associazione "Mano nella Mano" di Concamarise. Ad illustrarci questa importante iniziativa abbiamo incontrato, presso gli spazi messi a disposizione dall'amministrazione

comunale di Bovolone, la coordinatrice dell'Associazione: Paola Reani. "Questo servizio" sottolinea la Reani "è rivolto a quelle persone con una demenza certificata dal CDCD (Centro Decadimento Cognitivi Demenze) in forma lieve o moderata, e come dice anche il progetto stesso, dare sollievo alle famiglie, favorire la socializzazione e mantenere le abilità efficaci il più a lungo possibile per gli utenti". Attualmente a questo servizio aderiscono una decina di famiglie e sono affiancati da 5/6 volontari. "Tutti gli assistiti, partecipano con grande entusiasmo" prosegue la coordinatrice "e devo dire che questo servizio oltre ad essere completamente gra-

tuito, è assolutamente indispensabile, sia per abbattere la solitudine e supportare le famiglie in questo difficile percorso, e sia per abbattere la stigmatizzazione legata a questa malattia, per questo motivo stiamo molto insistendo anche sulla partecipazione ad eventi sociali" conclude la Reani. Due sono gli incontri settimanali a Villa Panteo Zampieri: al martedì e al venerdì dalle 9.30 alle 11.30. Il martedì è prevista attività di sollecitazione cognitiva condotta da una psicologa, la dottoressa Francesca Rubino. Il venerdì gli utenti si dedicano ad attività musicale e motoria. Per i familiari e a chi si occupa dei pazienti c'è il Gruppo Auto Motorio

Aiuto servizio gestito da una psicologa, la dottoressa Simona Lombardi che il lunedì dà informazioni, confronto su aspetti d'interesse o problemi, sostegno anche personale per mantenere un clima di benessere all'interno della famiglia e così favorire la permanenza di tutti i suoi componenti. Per coloro che volessero maggior informazione per questo importante progetto, si può rivolgere all'Associazione Mano Nella Mano cell. 344 2919781 (Giuliana) - 347 6890191 (Paola) oppure recarsi a Villa Panteo Zampieri nei giorni di Martedì e venerdì mattina dalle 9.30 alle 11.30.

**Claudio Bertolini**

### ANNUNCI



**FOTONOTIZIA**  
La classe del 1938, domenica 7 ottobre dopo la celebrazione della S. Messa tenutasi in Duomo a Bovolone, si sono ritrovati al ristorante 2 Volti di Villafontana per festeggiare i loro 80 anni

#### VENDO

Vendo terreno fabbricabile in via Donizetti (loc. Caltrane) di 400mq. Telefonare ore pasti allo 045-7101654.

#### LAVORO

Eseguo taglio erba taglio siepe pulizia giardino ed altri lavori di giardinaggio. Tel. 3282046253.

Laureata in economia e commercio e in legislazione d'impresa impartisce lezioni di matematica ed economia aziendale per scuole medie e superiori. Professionalità e serietà.

Tel. 380 2587131.

VUOI raccontare la tua storia? Chiama Sergio 339 29 99 733. Video intervista gratis.

Ragazza italiana di 32 anni cerca lavoro come lavapiatti, pulizie/stiro, compagnia anziani o altro purché serio in zona Cerea e paesi limitrofi. Cel. 345 0108222.

#### COMPRO

Compro casa singola a Bovolone con tre stanze da letto abitabile.

Tel.3209211248



**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

**Mensile di attualità, cultura ed informazione - STAMPATO IN 6.000 COPIE** - Disponibile anche la versione on-line: [www.larananews.it](http://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: [giornalelarana@yahoo.it](mailto:giornalelarana@yahoo.it) - **Stampa:** Tipografia Madonna s.n.c. Via Villafontana - VILLAFONTANA (VR) - **Impaginazione grafica:** Michela Bertolini - **Distribuzione:** Cristofoli Luca - Cell. 338 9218357 - **Foto:** Claudio Bertolini - Costantino Meo - **Concessionaria per la pubblicità:** Bertolini Pubblicità - **Collaboratori:** Mary Merenda - Dott. ssa Susie Baldi - Il giornale è stato chiuso il 12 ottobre.



# Scaligera Serramenti

**LEGNO**

di Rossato Simone

**LEGNO ALLUMINIO**

**PVC**

Distributori per Verona



**SALIZOLE (VR) Via Martin Luther King, 200 - Tel. 045 6902230 - Cell 349 4929977**  
e mail: [amministrazione@scaligeraserramenti.it](mailto:amministrazione@scaligeraserramenti.it) - [www.scaligeraserramenti.it](http://www.scaligeraserramenti.it)



Scegli il Conto Giusto Per te

✓ Conto Giovani Under 35

✓ Conto Giovani Soci

*Vantaggi esclusivi riservati ai Giovani e ai Giovani Soci*

Filiale di Bovolone

Via Roma 2

Tel. 045 6992211

[bovolone@bancaveronese.it](mailto:bovolone@bancaveronese.it)

Filiale di Villafontana

Via Villafontana 62/b

Tel. 045 7146155

[villafontana@bancaveronese.it](mailto:villafontana@bancaveronese.it)

Visita il nostro sito [www.bancaveronese.it](http://www.bancaveronese.it) e la nostra pagina Facebook Banca Veronese CC di Concamarise