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

IL MENSILE DI BOVOLONE, CEREA E OPPEANO
ATTUALITÀ, CULTURA ED INFORMAZIONE

la Rana

ANNO 16 - NUMERO 04 / APRILE 2026

www.larananews.it

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

La mamma è sempre la mamma!

Domenica 10 maggio si festeggia la consueta Festa della Mamma, un appuntamento che a volte passa in sordina, ma che è importante sottolineare e ricordare per il valore che assume, da generazioni e generazioni. Da sempre pilastro fondamentale della famiglia, le madri sorreggono la vita famigliare e non solo, per le loro infinite capacità di risoluzione dei problemi e soprattutto per la moltitudine di attività che riescono a svolgere. Spesso si rischia di non dare il corretto valore a tutto quello che fanno queste donne nella vita di tutti i giorni, proprio per questo è giusto festeggiarle il prossimo 10 maggio! Buona festa a tutte le mamme!

Costantino Meo
Direttore Responsabile

MONTAGNA
SINCE 1947
DENTISTI DEL VERONESE
Il dentista vicino al tuo sorriso
BOVOLONE
Via Madonna, 304
(vicino al supermercato Tosano)
Tel +39 045 7102578
Puoi trovarci anche a:
• VERONA
• VILLAFRANCA
• SOMMACAMPAGNA
www.montagnastudidentistici.it

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

NUOVO RESIDENCE IN COSTRUZIONE IN Via Giglio a Cerea
Villette su unico livello realizzate con ottime finiture e ad alto risparmio energetico.

TIPOLOGIA A: Bifamiliare completa composta da due unità abitative indipendenti disposte su unico livello.
Euro 265.000,00 Cadauna

TIPOLOGIA B: Villetta d'angolo disposta su unico livello composta da: soggiorno con angolo cottura, 3 camere da letto e 2 bagni. Con posto auto coperto e giardino di proprietà su tre lati. Euro 265.000,00

1
www.casacerea.it

Il 2 maggio, l'inaugurazione della Vasca Battesimale

Sabato 2 maggio, alle ore 11, si terrà l'inaugurazione della Vasca Battesimale davanti al Duomo di Bovolone: la struttura, di forma ottagonale, è un richiamo alla nostra amata Pieve di San Giovanni, cuore della Fede del nostro territorio, e ci ricorda quanto sia importante preservare e tramandare alle nuove generazioni i nostri valori cristiani. Tutta la cittadinanza è invitata a partecipare.

Una nuova opera per la viabilità di Bovolone

Nei giorni scorsi sono iniziati i lavori per la realizzazione della nuova rotatoria tra via Caltrane, via Quasimodo e via Manzoni. Il progetto andrà finalmente a realizzare una rotatoria, come richiesto molte volte dai residenti della zona, su un incrocio da anni ritenuto pericoloso.
Si tratta di un'opera molto importante per Bovolone, che garantirà maggiore sicurezza per la viabilità delle Caltrane.

Nuovi cittadini e molti compleanni

Nell'ultimo mese abbiamo dato il benvenuto a: Clelia, Gregorio, Ndeye Marie, Ivan, Filippo e Ayla.
Inoltre molti nostri saggi concittadini hanno compiuto gli anni, il Sindaco Orfeo Pozzani e la Consigliera Michela Spezzoni hanno portato gli Auguri di Buon compleanno a Gasparini Anna Maria, Borelli Elisa, Garzon Anna Maria, Noro Silvia, Seghetto Iole, Padovani Giuseppe, Carazza Maria Silvia, Bragagnolo Ferruccio, Quinto Ernesto, Nizzardo Maria, Marangoni Luciano, Lovato Lupati Michele, Cavallaro Milena, De Fanti Elio Sante e Davì Elda.

L'eredità del 25 Aprile

Centro Studi e Ricerche della Pianura Veronese
IDEA
sede Bovolone
e-mail: centrostudibovolone@gmail.com
www.centrostudibovolone.it

Rimane sicuramente una data fondamentale per la storia d'Italia: la liberazione dal nazifascismo. Ciononostante, a più di 80 anni dall'evento, la maggior parte degli Italiani vive questa ricorrenza come una festività regalata dallo Stato, senza minimamente riflettere sui valori fondanti la nostra democrazia: libertà, solidarietà, dignità, giustizia.

Oggigiorno assistiamo a uno scenario mondiale dove le guerre e le crisi umanitarie si moltiplicano, in barba agli accordi internazionali siglati al termine della Seconda Guerra Mondiale. È un segnale allarmante che rende ancora più urgente comprendere il significato del 25 Aprile; infatti la memoria storica non è semplicemente un esercizio del passato, ma costituisce una bussola etica per affrontare il presente e programmare il futuro.

Dobbiamo rammentare che uno stato democratico, quel è il nostro, è una conquista che dobbiamo saper difendere quotidianamente. Non servono armi per "combattere" oggi: serve consapevolezza, educazione, rispetto, impegno civico e partecipazione. Se volete, si tratta di una nuova forma di Resistenza, che sia in grado di rispondere alle sfide globali attraverso gli strumenti del pensiero, della solidarietà, del dialogo.

Oggi non abbiamo bisogno degli "Americani" che ci vengano a liberare, dobbiamo semplicemente onorare quei partigiani e quelle partigiane e tutti quelli che in vari modi hanno lottato per un futuro libero.

Il canto della Resistenza più conosciuto, "Bella Ciao", non è mai stato cantato dai partigiani. È nato nel 1953 e ha ottenuto fin da subito un'enorme popolarità. Ricordo che il mio maestro ce lo faceva cantare quasi quotidianamente, insieme agli altri canti patriottici. Al tempo non si attribuivano "secondi fini" a chi intonava questo canto, ma si rinnovavano i valori della Resistenza: "questo è il fiore del partigiano, morto per la libertà".

Il mio maestro, Bruno Rossini, aveva patito le imposizioni del regime fascista e alla ripresa delle lezioni nel 1945 annotava sul suo registro di classe: "1 ottobre 1945 – Primo giorno di scuola. È il primo giorno sotto molti aspetti. Primo giorno dopo l'infernale guerra che ha sconvolto e rovinato tutta la Patria. Primo giorno di scuola che ci vede liberi dopo il nefasto periodo fascista. È il primo giorno in cui la scuola libera potrà iniziare ad educare la gioventù. Speriamo che il lavoro che inizia oggi dia frutti copiosi."

È una responsabilità che ci hanno consegnato coloro che ci hanno preceduto, ecco perché libertà, giustizia, uguaglianza e pace devono continuare ad essere i pilastri su cui orientare le nostre azioni quotidiane.

Ulisse Scavazzini
Centro Studi e Ricerche della Pianura Veronese

Mamma è ora di…bicicletta!

Cosa c'è di più bello di una pedalata con il proprio figlio in queste giornate di sole? La bicicletta è un mezzo di trasporto economico, silenzioso, non inquinante, buono per la forma fisica di grandi e piccoli che offre a bambini e genitori uno svago piacevole e utile. La bicicletta è consigliata anche dai pediatri perché dà modo ai bambini di aumentare la loro autonomia e di potenziare il senso dell'equilibrio, della velocità, delle distanze. Intorno ai 3–4 anni di età i bambini cominciano ad andare sulla bicicletta munita di rotelle laterali per mantenere la stabilità che vengono gradualmente abbandonate intorno ai 5–6 anni, quando riescono a rimanere in equilibrio da soli. Prima di farli andare sulla strada, è consigliabile far pedalare i bambini in spazi sicuri e protetti (piste ciclabili, cortili, ecc.) e far loro conoscere e rispettare le principali regole della strada. Inoltre portare i bambini in bicicletta significa offrire loro piacevoli esperienze. Il bambino assapora la gioia di andare in bicicletta, prova la sensazione di viaggiare all'aria aperta e apprezza meglio l'ambiente circostante. Quanto invece è diverso il viaggio in automobile, dove tutto sembra scorrere lontano ed indifferente al di là di un vetro! Per voi genitori è una scelta di grande responsabilità, perché vostro figlio è estremamente vulnerabile di fronte ai pericoli del traffico. Perciò, innanzi tutto, bisogna valutare se l'esperienza dell'adulto ciclista sia sufficientemente ampia per prevedere tutti i pericoli che la strada offre, perché solo in questo caso si può educare il bambino ad un corretto comportamento… Una norma inderogabile e purtroppo talvolta trascurata, è quella di far usare ai bambini il casco di protezione tutte le volte che usano la bicicletta. La stessa regola vale per gli adulti, anche perché sarà difficile che un bambino indossi il casco se il papà e la mamma non lo utilizzano! Spesso ci domandiamo: quanti Km sarà in grado di pedalare il mio bambino? La risposta non è univoca, dato che la distanza che può percorrere un bambino in bicicletta è molto variabile e dipende prima di tutto dalla sua età, ma anche dalla sua costituzione, dalla frequenza con cui usa la bici e, soprattutto, dalla motivazione a pedalare. Questa motivazione naturalmente viene molto stimolata dalla presenza di altri coetanei. Comunque, una cosa da non dimenticare, quando si intraprende un viaggio od una passeggiata in bicicletta con il proprio figlio, è che le sue esigenze e le sue motivazioni possono non coincidere con i nostri ritmi e tempi di viaggio. Perciò è opportuno essere flessibili e programmare tempi più lunghi di percorrenza, per permettere soste occasionali; anche nel caso che i bambini siano passeggeri sulla bicicletta del genitore. …

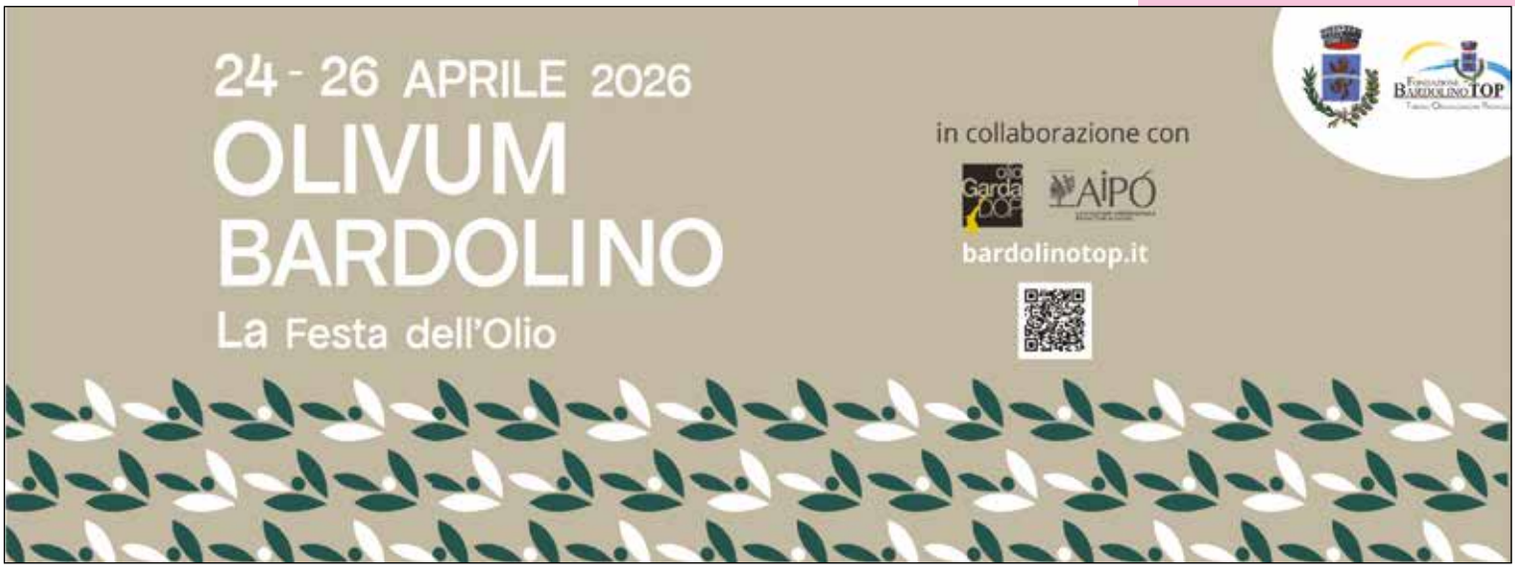
Ecco alcuni accorgimenti per rendere sicuro l'uso della bicicletta con il vostro bambino.

- Il modello e l'altezza devono essere adeguati alle caratteristiche fisiche del bambino.
- Il telaio deve essere privo di canna orizzontale per consentire una più facile discesa dalla bici; il bambino in caso di bisogno, deve essere in grado di appoggiare facilmente e completamente i piedi a terra rimanendo seduto.
- Freni, fanali, ruote, ecc., devono essere controllati periodicamente da parte degli adulti.
- Munirsi di un casco a norma da indossare ogni qual volta si utilizza la bicicletta.
- Insegnare al proprio bambino le principali regole della strada.

Mary Merenda
Insegnante di
scuola dell'infanzia

Lo sapevate che…

Molti pensano che la bicicletta sia nata con i pedali, ma la verità è che... siamo tornati al punto di partenza! La prima "antenata" della bici, inventata nel 1817 dal Barone tedesco Karl von Drais, si chiamava Draisina. Era un veicolo interamente in legno, senza catena e, soprattutto, senza pedali. Per muoversi, il pilota doveva semplicemente spingere con i piedi a terra, proprio come se stesse correndo da seduto. Per questo motivo veniva chiamata anche "macchina da corsa" (Laufmaschine). Per decenni abbiamo insegnato ai più piccoli ad andare in bici usando le rotelline, ma negli ultimi anni c'è stata una vera rivoluzione: il ritorno alle balance bike (le bici senza pedali). Gli esperti hanno riscoperto quello che il Barone von Drais aveva intuito più di due secoli fa: il segreto del ciclismo non è saper spingere i piedi in tondo, ma imparare l'equilibrio. Usando una bici "stile 1817", i bambini imparano a gestire il peso del proprio corpo e l'inclinazione in curva in modo naturale. Una volta imparato a non cadere, passare a una bici con i pedali diventa un gioco da ragazzi che si impara in pochi minuti, senza più bisogno delle vecchie e ingombranti rotelline! Insomma, ogni volta che vedete un bimbo sfrecciare felice su una bici senza pedali, sappiate che sta guidando un pezzetto di storia lungo oltre 200 anni.



ACQUISTA DIRETTAMENTE IN FABBRICA !!!

formaflex
MATERASSI LETTI DIVANI

- Materassi
- Letti
- Reti a doghe
- Poltrone relax
- Divani in tessuto ed in pelle
- Divani fissi, letto e relax
- Armadi letto a scomparsa

EXTRA SCONTI

-70%

su merce selezionata ed in quantità limitata

ACQUISTA DIRETTAMENTE DALLA PIÙ GRANDE FABBRICA DI SISTEMI RIPOSO CON SPACCI DIRETTI A VERONA E PROVINCIA.

VERONA	SONA	LEGNAGO	VAGO
045509326	0452370429	0442612983	0458980088

www.formaflex.info

45 ANNI INSIEME

LA TUA SCELTA MIGLIORE

È il nostro **45° compleanno,**
ma il **regalo** lo facciamo a te:
ogni mese, **45 imperdibili offerte**
da non farti scappare!

Inquadra il QR Code per vedere
le nostre promozioni

expert
GLI ESPERTI SEMPRE CON VOI

LÉSO

Domenica 26 aprile si terrà l'82ª edizione della Vicenza-Bionde

Il podio del 2025: Il vincitore Matteo Fiorin - al secondo posto Cristian Fantini (sx della foto) - al terzo posto Alessio Menghini (dx della foto)

Con quella di quest'anno saranno 82 le edizioni della Vicenza-Bionde, una kermesse ciclistica partita nel lontano 1945. Infatti fu in quel lontano 1945 dove si disputò la prima gara.
Domenica 26 aprile quindi, grande appuntamento per gli appassionati di ciclismo e non, perché sarà il giorno dell'82ª edizione della classicissima, ovvero la gara ciclistica Vicenza-Bionde, riservata alla categoria under 23. Come di consueto il traguardo è fissato a Bionde di Salizzole, che in questa speciale giornata si trasformerà, riempendosi di colori e di tifosi, in un clima di festa e sportività. La partenza è prevista per le ore 14 da Soave e si svilupperà su un percorso di circa 165 km. Otto saranno i giri conclusivi della classica, effettuati in un circuito ben definito tra Salizzole, Valmorsel e Bionde prima del consueto arrivo previsto per le 17 circa. Le squadre iscritte saranno 35 con oltre 200 ciclisti partecipanti, un numero ragguardevole di atleti che si daranno "battaglia" per le strade della provincia. Per questo motivo l'organizzazione sarà molto imponente, il direttivo e tutti i collaboratori stanno lavorando alacremente per arrivare preparati all'appuntamento di domenica 26 aprile. "Organizzare una competizione del genere", sottolinea il Presidente dell'Us Bionde Filippo Scipioni, "ogni anno è sempre più impegnativo, ma tutto il sacrificio ed il lavoro di preparazione vengono ripagati il giorno della gara con una grandissima soddisfazione nel vedere il tantissimo pubblico assiepato per le strade del percorso e soprattutto all'arrivo. "Per l'ottantaduesima edizione di quest'anno", prosegue Scipioni, "abbiamo dovuto rivedere una piccola parte del tragitto della corsa per motivi di lavori pubblici che sono stati programmati sul percorso abituale della gara, una difficoltà questa, che abbiamo superato senza grandi problemi" evidenzia Scipioni. "Vorrei ingraziare come sempre, tutti gli sponsor, le forze dell'ordine, vigili e tutti i collaboratori che da sempre sono indispensabili per la buona riuscita dell'evento" conclude il Presidente Scipioni. Appuntamento quindi a Bionde di Salizzole domenica 26 aprile per l'arrivo della 82a edizione della Vicenza-Bionde.

Claudio Bertolini

IL MENSILE DI BOVOLONE - CEREA - OPPEANO
ATTUALITÀ - CULTURA - INFORMAZIONE
la Rana
www.larananews.it
PER LA PUBBLICITÀ SUL MENSILE
TEL. 347 6861335 - Oppure www.larananews.it

PELLE SANA E DIAGNOSI SICURE: A BOVOLONE DUE SPECIALISTI AL TUO FIANCO

La titolare dott.ssa Susie Baldi e lo staff del New Medical Salix

Prendersi cura della propria salute, oggi più che mai, significa affidarsi a professionisti competenti e a strutture affidabili. È questo l'obiettivo del Poliambulatorio New Medical Salix, punto di riferimento per molti cittadini grazie a servizi specialistici di qualità e a un approccio attento alla persona.

Tra i professionisti che operano all'interno del poliambulatorio si distinguono la **dottoressa Clara Rigo, specialista in dermatologia, e il dottor Giacomo Beritelli, esperto in radiologia** con esperienza ospedaliera.

La dottoressa Rigo rappresenta un punto di riferimento per tutti coloro che necessitano di cure dermatologiche. La sua attività clinica si concentra sulla diagnosi e sul trattamento delle principali patologie cutanee, tra cui acne, nevi, verruche, alopecia e macchie della pelle. Grazie a un approccio attento e personalizzato, la specialista è in grado di individuare percorsi terapeutici mirati, ponendo particolare attenzione sia all'aspetto clinico sia al benessere psicologico del paziente. La prevenzione e la diagnosi precoce costituiscono elementi centrali del suo lavoro, soprattutto in un ambito delicato come quello della salute della pelle.

Il Poliambulatorio New Medical Salix ha anche un ambulatorio chirurgico dove la dott.ssa Rigo può effettuare eventuali piccoli interventi dermatologici.

Oltre alla dott.ssa Rigo, il Poliambulatorio si avvale della competenza del **dottor Giacomo Beritelli**, specialista in radiologia che opera anche presso l'ospedale di Peschiera del Garda. La sua esperienza in ambito ospedaliero rappresenta un valore aggiunto per i pazienti del centro, che possono contare su diagnosi accurate e supportate da tecnologie moderne.

Il dottor Beritelli si occupa in particolare di diagnostica per immagini ed esegue anche ecografie pediatriche, un servizio fondamentale per la valutazione della salute nei più piccoli. L'attenzione al paziente, unita alla precisione diagnostica, consente di affrontare con serenità anche gli accertamenti più delicati, offrendo alle famiglie un punto di riferimento sicuro e competente.

La presenza congiunta di specialisti in dermatologia e radiologia all'interno del Poliambulatorio New Medical Salix permette di sviluppare un approccio integrato alla salute. In molti casi, infatti, la collaborazione tra discipline diverse si traduce in diagnosi più rapide e percorsi di cura più efficaci. Questo modello multidisciplinare risponde alle esigenze di una medicina moderna, sempre più orientata alla personalizzazione delle cure.

In un contesto sanitario in continua evoluzione, realtà come il Poliambulatorio New Medical Salix dimostrano quanto sia importante investire nella qualità dei servizi e nelle competenze professionali. Grazie alla presenza di specialisti come la dott.ssa Rigo e il dott. Beritelli, i cittadini di Bovolone e dei comuni limitrofi possono contare su un'assistenza qualificata, accessibile e attenta alle esigenze di ogni paziente.

SCANSIONA

New Poliambulatorio
MEDICALSALIX
PENSIAMO AL TUO BENESSERE

ALCUNE NOSTRE SPECIALITÀ E SERVIZI

*Psicologia *Neurologia *Ortopedia *Dermatologia
*Ginecologia *Ostetricia *Urologia *Medicina Estetica
*Diabetologia *Cardiologia *Chirurgia Vascolare
*Medicina dello sport *Servizi Infermieristici
*Ecografie *Ossigeno Ozono Terapia
*Servizio raggi a domicilio *Logopedia

Via Cesare Battisti, 23 - **BOVOLONE (VR)**
Tel. 045 7101319 - WhatsApp 392 5045491

Grande attenzione per i cimiteri di Cerea

Bruno Fanton

Il Comune di Cerea rafforza l'impegno per la tutela e il decoro dei propri cimiteri con un piano articolato di interventi che interesserà il cimitero centrale del capoluogo e, se necessario, anche quello di Aselogna. Le operazioni mirano a garantire condizioni igienico-sanitarie ottimali, contrastare la presenza di volatili infestanti e prevenire criticità strutturali.

Tra le azioni principali è prevista un'attività continuativa di bonifica attraverso l'utilizzo di rapaci addestrati.

Il servizio, dal costo annuo di circa 10/mila euro, prevede interventi con cadenza di quindicinale.

Parallelamente, sono stati da poco ultimati lavori strutturali per la realizzazione di tamponamenti anti-passero, con la chiusura dei timpani in alcune campate dei porticati situati nella zona centrale e in parte della zona sinistra del cimitero del capoluogo. L'obiettivo è prevenire la nidificazione dei colombi e contenere la loro presenza. L'investimento previsto per questo intervento è pari a circa 21mila euro. «Questi interventi rappresentano un passo importante per garantire il rispetto e la dignità dei luoghi dedicati alla memoria dei nostri cari», afferma l'assessore al Patrimonio Stefano Brandaglia. «Stiamo investendo risorse per assicurare condizioni di decoro, sicurezza e igiene adeguate, intervenendo sia sul fronte della prevenzione sia su quello della manutenzione strutturale».

Il piano si inserisce in un percorso più ampio già avviato: nell'ottobre 2025 sono stati infatti realizzati ulteriori lavori per un importo complessivo di circa 20.000 euro, in parte destinati alla chiusura dei timpani nella zona destra del cimitero e per interventi di prevenzione contro allagamenti.

Stefano Brendaglia

L'assessore ai Lavori pubblici Bruno Fanton evidenzia: «Abbiamo programmato un insieme coordinato di azioni che uniscono tecnologie innovative e interventi edilizi mirati. L'obiettivo è risolvere in modo efficace e duraturo le criticità legate alla presenza di volatili e alle infiltrazioni, migliorando la fruibilità e la qualità complessiva degli spazi cimiteriali. Con questo piano, l'Amministrazione comunale conferma l'attenzione verso la cura del patrimonio pubblico e dei luoghi simbolicamente più sensibili per la comunità, assicurando interventi costanti e programmati nel tempo».

VESENTINI SRL

eshop.vesentini.it

Obbligo contrassegno identificativo e assicurazione per i monopattini elettrici

Dal 16 maggio 2026 entra in vigore l'obbligo di contrassegno identificativo/targa e assicurazione RC per tutti i monopattini elettrici, anche quelli già in circolazione. Il contrassegno è un adesivo plastificato (5 cm x 6 cm) contenente un codice alfanumerico di 6 caratteri associato al codice fiscale del proprietario da applicare sul parafango posteriore o sul piantone dello sterzo. Il decreto del MIT ha fissato il costo del contrassegno a 8,66 euro più imposta di bollo e diritti della Motorizzazione. Se il monopattino viene venduto, rubato o smarrito, è necessario richiedere la cancellazione del contrassegno tramite la piattaforma GPO (Gestione pratiche online) della Motorizzazione. La targa del monopattino può essere richiesta dal sito del Portale dell'Automobilista, sezione "Gestione Pratiche Online", accedendo con SPID/CIE oppure rivolgendosi ad un'agenzia di pratiche auto per poi ritirarla presso la Motorizzazione Civile o tramite uno Studio di Consulenza Automobilistica (agenzia di pratiche auto). Chi non si adegua rischia una sanzione amministrativa da 100 a 400 euro.

Domenica 26 aprile discesa in canoa sul fiume Bussè

Una giornata in canoa dedicata alla scoperta della Pianura dei Dogi

Si pagaierà lungo le acque del fiume Bussè, uno dei più importanti fiumi di risorgiva del territorio, immersi nel paesaggio di valle e delle bonifiche. Un'esperienza per scoprire un territorio modellato nei secoli dall'acqua, risorsa preziosa e protagonista assoluta della storia locale
Questo il programma
Ore 9:00 - 12:30 con visita alla valle del Feniletto e all'Antico Manufatto Idraulico del Gangaion
Ritrovo presso l'Antico Manufatto Idraulico del Gangaion, Loc. Gangaion 5, Ronco all'Adige – VR
Contributo richiesto di 20€ (10€ bambini), comprensivo di trasporto con pulmini e rinfresco a base di prodotti locali.

L' ATLETICA BOVOLONE FESTEGGIA IL SUCCESSO DI "ANCHE IO ATLETICA"

Come è ormai tradizione, anche quest'anno l'Atletica Bovolone ha organizzato il trofeo **"Anche io Atletica"**, il più importante evento sportivo coinvolgente l'atletica leggera e le scuole medie della Bassa Veronese. La manifestazione, patrocinata dal Comune di Bovolone in collaborazione con il Comitato Provinciale Fidal Verona e gli Istituti comprensivi aderenti, è andata in scena presso la pista di atletica dello "Stadio Cavallaro" di Bovolone in due venerdì pomeriggi consecutivi, il 20 (prime medie) e 27 marzo (seconde e terze medie). Le origini dell'evento, che da cinque anni ha assunto l'attuale denominazione, risalgono al lontano 1982, con l'istituzione del "Trofeo Interclassi" che coinvolgeva le scuole medie di Bovolone. Nel tempo il bacino di utenza si è allargato sempre più, interessando un numero maggiore di paesi, scuole e studenti. Divenuta ormai una classica del calendario provinciale, "Anche io Atletica" ha assunto una crescente importanza nella divulgazione del messaggio sportivo all'interno degli istituti, rappresentando l'apice di un progetto che ha visto gli istruttori dell'Atletica Bovolone affiancare gli insegnanti di educazione fisica nelle scuole medie dei paesi coinvolti. Il dato eccezionale di questa edizione è stato il numero record di iscritti, ben 702, provenienti dalle scuole medie di 15 paesi della Bassa Veronese **(Bovolone, Isola della Scala, Nogara, Salizzole, Sorgà, Albaredo, Sanguinetto, Roncanova, Casaleone, Cerea, San Pietro di Morubio, Minerbe, Roverchiara, Ronco all'Adige, Zevio)**. Basti pensare che sono state schierate 76 staffette, un dettaglio che più di ogni altro testimonia il successo dell'iniziativa. I partecipanti hanno potuto cimentarsi in diverse specialità: 60m, 600m, salto in lungo, salto in alto, lancio del vortex, getto del peso e staffetta 4x100. Per la cronaca, la classifica generale ha visto il primo posto delle scuole di Bovolone, seguite da Isola della Scala (vincitrice dell'edizione 2025) e da Minerbe-Roverchiara. Gli Istituti partecipanti hanno ricevuto buoni acquisto in materiale sportivo fornito dalla ditta **SportItalia** di Forlì. Tuttavia, sarebbe riduttivo circoscrivere il successo dell'evento ai soli risultati agonistici: i complimenti vanno a tutti i giovani che si sono messi in gioco entusiasticamente, così come ai dirigenti scolastici e agli insegnanti che hanno aderito all'iniziativa. L'iniziativa è stata impreziosita dalla presenza, nel corso della prima giornata, della campionessa **Manuela Levorato**, ex primatista italiana dei 100 e 200m, doppia medaglia di bronzo ai Campionati Europei di Monaco del 2002 e oggi vicepresidente nazionale della Fidal. Nel suo intervento, Manuela si è rivolta in particolare ai genitori presenti, lodando la loro presenza alla manifestazione, il supporto dato ai figli e rimarcando gli effetti benefici che lo sport ha sulla persona, in particolare sui giovani. Oltre a Manuela erano presenti il sindaco di Bovolone Orfeo Pozzani e il Delegato allo Sport Maicol Ferrari. Un sentito ringraziamento va al Comitato Provinciale per il notevole apporto fornito nelle due giornate di gara, a tutti i volontari dell'Atletica Bovolone e ai genitori che si sono prodigati per la buona riuscita dell'evento, agli insegnati e presidi delle scuole aderenti all'iniziativa e, naturalmente, a tutti i ragazzi che hanno gareggiato. C'è da augurarsi che tale iniziativa possa diffondere i germi della passione sportiva e che tali chicchi possano germogliare portando tanti ragazzi della Bassa Veronese sui campi di atletica, allontanandoli dalla sedentarietà.

Manuela Levorato, a destra. A sinistra, il sindaco Orfeo Pozzani e il delegato allo sport Maicol Ferrari

Le scuole di Bovolone, prime nella classifica generale

FARMACIA BORDOGNA
www.farmaciabordogna.it

FINSTRAL

curaesalute
POLIAMBULATORIO - DIAGNOSTICA
PRELIEVI - RIABILITAZIONE - OCULISTICA
Loc. San Pierino - BOVOLONE (VR)
www.curaesalute.com - tel. 045 6902712

MATILDE PRATI, IL BRONZO PIÙ PREZIOSO

Due settimane dopo aver conquistato l'oro negli 800m e l'argento nei 1500m ai Campionati Italiani indoor Under 23, la rappresentante dell'Atletica Bovolone **Matilde Prati** ci ha preso gusto, conquistando una storica medaglia di bronzo agli Italiani Assoluti indoor di Ancona nei 1500m, specialità nella quale ha già la maglia azzurra agli Europei U20 e U23. *<<Guardando le iscritte sapevamo di poter puntare ad un buon piazzamento ma, obiettivamente, era difficile pensare al podio. Per come si è messa la gara, giro dopo giro ho capito che c'era la possibilità di fare il colpaccio.>>* Dopo un avvio di gara tattico, a 600m dalla fine si è verificato un notevole aumento del ritmo, portando il gruppetto delle migliori a giocarsi le medaglie. Stavolta, a sgomitare col fior fiore del mezzofondo italiano, c'era anche lei, Matilde. Quando è esplosa la bagarre, la bovolonese non ha accusato il cambio di velocità delle avversarie, trovando le energie per lanciare la volata che è valsa il terzo posto. <<Per i tempi cronometrici *ottenuti, le due medaglie colte nella rassegna Under 23 sono la testimonianza della mia crescita atletica. Il terzo posto assoluto, però, ha un peso specifico maggiore perché ottenuto in un contesto prestigioso, al cospetto delle migliori d'Italia.>>* L'allenatore **Gianni Ghidini**, deus ex machina dei successi della Prati in collaborazione con **Marcello Vaccari**, si è detto molto soddisfatto della stagione indoor della sua atleta. *<<Matilde ha combattuto fino alla fine con atlete di caratura internazionale, un fattore che le darà maggior consapevolezza nei propri mezzi.>>* La Prati è un "prodotto" interamente veronese, che ha scelto di rimanere nel proprio ambiente originario, dando lustro alla società di appartenenza e all'atletica scaligera stessa. Ciò significa che l'Atletica Bovolone ha saputo creare un ambiente favorevole per far crescere adeguatamente il talento della sua atleta, il cui sogno nel cassetto rimane quello di entrare in un gruppo sportivo militare. Infine, questo bronzo dimostra che si può costruire un progetto vincente attraverso la collaborazione tra squadre della stessa provincia. Nel caso di Matilde, tesserata per Bovolone, ha giovato positivamente la cooperazione con l'ambiente sportivo di Bussolengo, non solo per la presenza dell'allenatore Ghidini, ma anche per la possibilità di usufruire di una pista integra. E chissà che questo ennesimo risultato di prestigio non possa rappresentare la spinta decisiva per rinnovare la superficie dell'impianto di atletica di Bovolone ormai irrimediabilmente deteriorato.

Il podio degli italiani: da sinistra Gaia Sabbatini, Ludovica Cavalli e Matilde Prati

Pietro Perbellini

Tende24 Taietta

Vendita e Posa

- Tende tecniche
- Tende per interni
- Tende da sole

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

TAIETTATENDE24 - www.taiettatende24.it

Festa della Mamma

Domenica 10 maggio sarà la giornata dedicata alla donna più bella e importante del mondo: la Mamma. A lei infatti sono state dedicate canzoni e poesie in ogni tempo. Una ricorrenza che in diversi Paesi del mondo è celebrata in onore della maternità, secondo le più diverse tradizioni. La data è quella appunto, della seconda domenica di maggio, in un clima di piena rinascita della natura. Ma questo non è cosa comune nelle varie parti del globo, dove infatti la festa può cadere nel mese di marzo o nel giorno dell'equinozio di primavera. La Mamma è una figura molto importante nell'ambito famigliare perché è colei che, oltre averci messo al mondo è quella che ci ha accudito ed educato con amore, quindi non dimentichiamoci in questo giorno di renderla felice dedicandogli un abbraccio, un sorriso o un semplice "ti voglio bene", perché le Mamme sono "Tesori Preziosi" e molto spesso solo quando è troppo tardi ce ne rendiamo conto del loro "valore", quindi non perdiamo l'occasione, almeno in questo giorno, di ringraziarle e dimostrarle il nostro affetto. Facciamoli capire che per noi è la persona più importante della nostra vita. Si è soliti fare un regalo, ma basta anche un piccolo pensiero o un messaggio di auguri realizzato col cuore per renderle felici. Gli auguri, se fatti in modo sincero, fanno sempre piacere e sono capaci di dimostrare quanto loro siano speciali e uniche per noi, e di quanto la loro presenza, la loro gioia, la loro forza, ma soprattutto il loro sorriso ci è sempre di ispirazione perché è la persona che ci aiuta a crescere, che ci accompagna nelle difficoltà della vita, che sa asciugare le nostre lacrime con un solo gesto, anche se essere Mamme al giorno d'oggi è forse, in qualche misura, più complesso di ieri. I grandi cambiamenti sociali infatti, potrebbero aver scalfito il ruolo della Mamma nel focolare domestico, dovendo reinventarsi per conciliare la vita casalinga con la nuova identità di donna in carriera. Le Mamme di oggi assumono sempre più le vesti di super eroine che si confrontano costantemente con una sfida maggiore rispetto ad altri tempi: educare, istruire, amare i propri figli e contemporaneamente svolgere mansioni e ricoprire ruoli che le portano lontano da casa. Ma comunque sia, la Mamma resta sempre la Mamma perchè la Mamma è quella meravigliosa creatura che, dal primo giorno che mette al mondo i propri figli e a dir il vero anche prima, fa di tutto per farli stare bene e per prendersene cura. Il loro amore è profondo, intenso, viscerale e una citazione tratta da "Il colore viola" di Alice Walker mette in evidenza chiaramente questo concetto: *"Una madre è l'unica persona che può dividere il suo amore tra dieci figli e ognuno riceverà tutto"*. Auguri a tutte le mamme esse che siano in terra che in cielo.

Claudio Bertolini

Cena tra "veterani" della Pro Loco di Bovolone

Giovedì 25 marzo presso Villa Panteo Zampieri, si sono ritrovati una trentina di "veterani" che negli anni hanno contribuito a fare grande la Pro Loco di Bovolone. l'iniziativa partita l'anno scorso da una iniziativa di Vladimiro Taietta, ex Presidente di questa Associazione, e tutt'ora componente del direttivo della Pro Loco attuale, ha voluto riunire attorno ad un tavolo degli amici che in passato hanno fatto parte della Pro Loco, per quattro chiacchierare, per un saluto o semplicemente per ricordare i bei momenti passati assieme. Infatti quest'anno, su maxischermo, sono stati proiettati 2 filmati, uno con il titolo: "45esimo anniversario della Pro Loco di Bovolone" e l'altro prendeva un anno "simbolo" (2019) che dimostrava le varie iniziative che erano state organizzate in quell' anno. Questi filmati, ricchi di tante foto d'epoca, sono stati molto apprezzati dai commensali. Dopo alcuni interventi, Taietta ha voluto ringraziare le cuoche/i, il personale addetto al servizio e il Presidente dall'associazione "La Quercia" per l'ospitalità. *(Claudio Bertolini)*

(rima®
ARREDAMENTI
San Giovanni Lupatoto - VR
Via C. Battisti, 21
Amore a
p(rima) vista
Progettiamo i tuoi spazi
per raccontare chi sei.
www.rimarredamenti.it
Prenota un appuntameto allo
045 8750335

Corrente Letteraria "GLI INSONNI" di Bovolone (6ª parte)

Fondatori: Terenzio Mirandola, Maria Luigia Soave, Floriana Mirandola

Riconoscimenti istituiti: Insonni ad Honorem - Trofeo Rana d'Argento -Trofeo Gioiello Donna Verde

Con il nuovo anno il **Trofeo Rana d'Argento** andò a toccare **Ricki e le Perle** per i 60 anni di carriera musicale con questa motivazione: *"Per aver saputo resistere a tutte le asperità che affiorano nella vita di una Band, mantenendo la carica emotiva degli anni giovanili e con la stessa passione"*, ritirato dal tastierista Richi Bertolini fondatore del gruppo. Un uomo di grande modestia e di grandi capacità; al quale, sempre nella stessa serata, Donatella Modena offrì allo stesso Richi, un suo dipinto oltre in ricordo dei 60 anni del gruppo, in modo particolare per tutte le canzoni suonate a memoria, senza lo spartito davanti. Il **Gioiello di Donna Verde** andò a **Claudio Bertolini**, show man, facente parte del gruppo Ricki e le Perle ma premiato per i suoi meriti personali e non per il gruppo. Sempre nel 2021 un altro Gioiello viene consegnato al **Sindaco di Salizzole Angelo Campi** per aver creduto nella nostra Corrente e nella nostra potenzialità culturale. Segue un trofeo d'argento inedito all'**Assessore alla Cultura Angelo Lucchini**, sempre del comune di Salizzole che aveva presentato alla Giunta il nostro progetto sulla Torre Occidentale e per averci sostenuto fino alla stesura di un documento ufficiale nel quale l'edificio del XII° secolo veniva consegnato in comodato d'uso alla Zargnapola Teatro e alla Corrente Letteraria gli Insonni dal Comune di Salizzole col fine di far conoscere la nostra storia e promuovere la cultura alle popolazioni locali e non. Inoltre sia la Zargnapola Teatro che la Corrente Letteraria si impegnavano ad allestire tre livelli di arredi ricostruendo gli interni di quel Basso Medioevo, periodo nel quale era vissuta Donna Verde de Saliceolis, divenuta poi mamma di Can Grande della Scala.

Studio Zanetti Claudio

Studio con esperienza ultra trentennale nella consulenza fiscale - tributaria e del lavoro

PER LA TUA ATTIVITÀ
CHIEDI UNA CONSULENZA

- Seguiamo le Aziende dalla Costituzione alla gestione fiscale, tributaria e previdenziale d'impresa
- Iscrizione e gestione ai vari Istituti (Iva – CCIAA – INPS – INAIL - Albo AutoTrasportatori ecc.)
- Elaborazione cedolini paga aziendali e lavoro domestico – consulenza rapporti sindacali
- Predisposizione e gestione contratti di locazione - F24 - Modelli SUAP
- Elaborazione Mod. Redditi - IVA - ISA - 770 - INTRASTAT Modello 730 – Autorizzato CAF C.G.N.

Via Genova, 11 - BOVOLONE (VR) Tel. 045 7103020
Mail: claudio@studiozanetticlaudio.it

SINARDREN

DRENANTE - TONIFICANTE

Tre diverse aromatizzazioni

Integratore alimentare a base di estratti vegetali e succhi concentrati in grado di favorire la fisiologica attività di drenaggio e depurazione.

SCOPRI I 3 GUSTI!

AMARENA - THE VERDE E LIMONE - ANANAS

Un gesto semplice, naturale ed efficace per volersi bene ogni giorno.

Modo d'uso: si consiglia l'assunzione di 2 misurini (40 ml) di prodotto diluito in un bicchiere d'acqua al mattino oppure in mezzo litro o un litro di acqua da consumarsi nell'arco della mattinata.

LARIX LABORATORI - Isola Rizza (VR) Italia
Tel. 045.7125664 - Fax 045.7129084 - www.larixlaboratori.com

Disturbo da Deficit dell'Attenzione e Iperattività – ADHD

Il Disturbo da Deficit dell'Attenzione e Iperattività – ADHD– è uno dei disturbi del neurosviluppo più frequenti e più studiati; colpisce il 3-5% dei bambini in età scolare dotati di un quoziente intellettivo normale o superiore alla media, con un rapporto di 3 maschi per 1 femmina. L'ADHD può persistere fino all'età adulta. Le manifestazioni cliniche di base dell'ADHD sono la difficoltà a prestare attenzione, comportamenti impulsivi e/o un livello di attività motoria accentuato.
I bambini affetti da ADHD faticano molto a mantenere la loro mente su attività che richiedano concentrazione focale e prolungata nel tempo, per cui si annoiano e si distraggono anche dopo pochi minuti; hanno difficoltà a focalizzare consapevolmente l'attenzione al fine di pianificare, organizzare e completare attività o imparare qualcosa di nuovo; sono iperattivi, sempre in movimento, non riescono a stare seduti a lungo; posseggono scarse capacità di controllare gli impulsi e di pensare prima di agire; non tollerano la frustrazione, l'attesa prima di ottenere ciò che desiderano e non sanno rispettare i turni sia nei giochi che in una conversazione.
Quali sono quindi i trattamenti e le terapie disponibili per curare l'ADHD?
I trattamenti per l'ADHD si dividono in farmacologici e non-farmacologici.
I trattamenti farmacologici sono utilizzati per curare i casi più difficili: dopo un'approfondita indagine sulla storia clinica e medica del paziente, il medico specializzato in neuropsichiatria infantile avrà il compito di capire:

- quando è necessario prescrivere il farmaco;
- se il paziente presenta anche altri disturbi;
- qual è la compromissione della vita quotidiana attribuibile al disturbo.

I trattamenti non farmacologici, invece, prediligono un approccio multimodale, che coinvolge i genitori, i bambini e gli insegnanti oltre che una terapia psicoterapica.
I sintomi si manifestano con, difficoltà a seguire le istruzioni fornite, sono disorganizzati e sbadati nello svolgimento delle loro attività, hanno difficoltà nel mantenere la concentrazione, si fanno distrarre molto facilmente dai compagni o da rumori occasionali e raramente riescono a completare un compito in modo ordinato.
Quando sono in classe sembrano disorientati e, spesso, passano da un'attività all'altra senza averne completata alcuna, si guardano continuamente attorno, soprattutto durante lo svolgimento di compiti. Ciò accade soprattutto nei momenti in cui tali attività risultano noiose e ripetitive. Inoltre spesso giocano in modo rumoroso, parlano eccessivamente con scarso controllo dell'intensità della voce, interrompono persone con le quali conversano senza essere in grado di aspettare il momento opportuno per intervenire; i genitori e gli insegnanti li descrivono sempre in movimento e incapaci di attendere una scadenza o il proprio turno.
A volte sembrano non sufficientemente orientati al compito e faticano a pianificare l'esecuzione delle attività che vengono loro assegnate.
Per questo motivo, il modo più giusto in cui un genitore/insegnante dovrebbe comportarsi prevede innanzitutto osservare i comportamenti del figlio, cercando di non giudicarlo. Poi dovrà cercare di dare al proprio bambino delle regole, poche ma chiare e meglio se in positivo. Infine, è importante cercare di "premiare" il bambino per i traguardi comportamentali raggiunti, anche se parziali.

Dott.ssa Susie Baldi
Psicologa/Psicoterapeuta

Speciale Sposi

Il giorno del matrimonio è tra i più importanti della vita e ogni dettaglio viene curato con la massima attenzione: l'abito, l'acconciatura, il trucco... Ma spesso ci si dimentica che una pelle radiosa e distesa non si ottiene solo con il make-up.

L'ESTETISTA

Una buona preparazione estetica, iniziata con il giusto anticipo, infatti, può fare la vera differenza per arrivare al giorno delle nozze al top della forma. Già da qualche mese prima del matrimonio la sposa, ma sempre di più anche lo sposo, vogliono arrivare al loro matrimonio ben curati nel corpo e viso e quindi, palestra ginnastica, qualche corsetta, un po' di dieta e uno stile di vita "diverso dal solito". Ma per arrivare veramente in splendida forma a questo giorno importante ci si rivolge sempre di più ad un centro estetico dove possa farti arrivare al matrimonio più in "forma" che mai, con un bel aspetto, magari un po' di abbronzatura ecc… Per poi nel giorno "fatidico" con un ultimo ritocco essere più belli che mai.

LUNA DI MIELE IN CROCIERA

Da sempre la luna di miele è destinata a rappresentare qualcosa di speciale nella vita di una coppia: la scelta del viaggio è fondamentale perché questa esperienza sia unica.

La crociera suggerisce istintivamente il romantico: tramonti sul mare, balli in abito lungo, notti al chiaro di luna ma offre anche indubbiamente un lato di funzionale comodità che potrebbe sfuggire a prima vista. È la nave che vi accompagna di porto in porto ed è la nave il vostro albergo, il vostro ristorante, la vostra discoteca e la vostra piscina, palestra, solarium, cinema, negozi ... tutto è a portata di mano.

La notte è per viaggiare: sarà nello stesso letto che vi svegliarete ogni mattina ma guardando fuori saranno nuovi paesaggi ad accogliervi e potrete trascorrere la giornata visitando nuovi luoghi e città, accompagnati da guide esperte che saranno in grado di farvi cogliere i lati caratteristici di ogni meta. Quindi scegliere una buona agenzia viaggi che vi sappia consigliare per la vostra crociera è molto importante per la buona riuscita e perché resti indimenticabile.

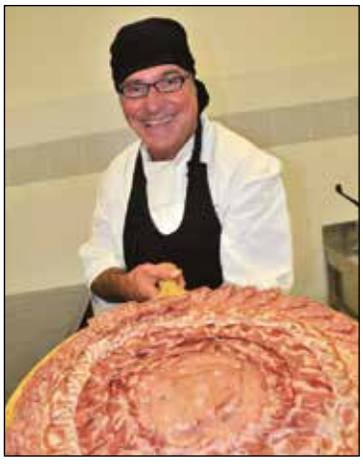
Oggi Sposi
CALESSE VIAGGI
Noi con voi per realizzare i vostri sogni
Partite con un bagaglio vuoto e non tornate finchè non sarà pieno di felicità e di nuove esperienze...
BIGLIETTERIA AEREA, MARITTIMA E FERROVIARIA
VI ASPETTIAMO PER PROPORVI
VIAGGI DI NOZZE,
TOUR, SOGGIORNI,
CROCIERE DI GRUPPO E INDIVIDUALI E.
PREVENTIVI PER GITE E SOGGIORNI SCOLASTICI.
SAPREMO CONSIGLIARVI SULLE MIGLIORI PROMOZIONI SPECIALI DEDICATE AGLI SPOSI PROGRAMMI SU MISURA IN COLLABORAZIONE CON I MIGLIOR TOUR OPERATOR
Piazza Vittorio Emanuele, 2- BOVOLONE (VR) - Tel. 0456901545
email: calesseviaggi@gmail.com - www.calesseviaggi.it

Vespa Club Drago Bovolone, programmato il calendario

In primavera la natura si sveglia grazie anche al rialzo delle temperature e alle giornate più lunghe. Ed è in questo periodo che molte associazioni fanno programmi che si concluderanno nel tardo autunno, una di queste associazioni è il Vespa Club Drago Bovolone. infatti domenica 12 aprile si sono ritrovati per la presentazione del calendario vespistico 2026. L'appuntamento per il raduno dei vespisti era stato individuato presso il piazzale Scipioni. Alle 10.15 hanno partecipato alla Santa Messa tenutasi presso il Duomo di Bovolone e a seguire, dopo la messa, c'è stata la benedizione delle vespe e dei loro conducenti. Alle 12.30 si sono ritrovati presso il Centro Caltrane Canton dove ha preso la parola il Presidente del Vespa Club per i saluti dove è seguito il pranzo e la presentazione del calendario vespistico per il 2026. Un appuntamento molto importante sarà quello che il Vespa Club parteciperà dal 25 al 28 giugno di quest'anno a Roma, dove si festeggeranno gli 80 anni della Vespa. Un po' di storia di questa associazione è sempre bene ricordarla. Il Vespa Club Bovolone, un po' di storia non fa mai male, nato nell'ottobre del 1997 grazie alla passione di alcuni soci che autofinanziandosi aprirono il Club, ma solo nel 1998 il Club avrà la sua partenza ufficiale eleggendo il suo primo Presidente, oggi questo "Club" vanta ben 280 tesserati, in aumento dall'anno scorso di oltre una trentina di unità, che tutti gli anni, compreso il periodo autunno/inverno, partecipano a raduni e manifestazioni non solo nazionali ma anche internazionali. Il Vespa Club Drago Bovolone oltre ai programmati raduni, svolge un'attività sociale di volontariato molto intensa all'interno del paese di Bovolone, grazie anche alle tante collaborazioni con altre associazioni, oltre a questo partecipa ad alcune iniziative come, in occasione di Santa Lucia, la visita nelle scuole, la Fiera Agricola di San Biagio, il Villaggio di Natale e altre iniziative programmate. A questo punto non resta che augurare a tutti i vespisti, Buon Viaggio.

Claudio Bertolini

Le ricette



BRUSCHETTE CON ACCIUGHE E CAPPERI, MORTADELLA E MOZZARELLA

- 8 fette di pane da bruschetta
- 4 fette di mortadella
- 1 mozzarella
- 60gr di capperi, Burro
- 8 filetti di acciughe sott'olio

PROCEDIMENTO:
Bruschette con acciughe: abbrustolite 4 bruschette, lasciatele raffreddare e quindi spalmate sopra il burro, aggiungete i filetti di acciughe e i capperi.
Bruschette con mortadella: prende le altre 4 pane bruschetta e mettete sopra la mozzarella tagliata a fettine, guarnite con una fettina di mortadella e fatele cuocere in forno a 180 gradi per circa 15 minuti, il tempo che si sciolga la mozzarella, quindi prendete un vassoio da portata, mettete dentro le otto bruschette e servite.

RISOTTO AGLI ASPARAGI VERDI CON GORGONZOLA E MASCARPONE

INGREDIENTI:
- 350gr di riso
- 500gr di asparagi
- 250gr di gorgonzola e mascarpone
- 1 porro
- Sale, Pepe, 1 Dado, Burro, Grana

PROCEDIMENTO:
Nella stessa pentola dove farete il risotto, mettete dentro il porro tagliato finemente, gli asparagi lavati e tagliati, un po' di pepe, il dado, una noce di burro, un po' d'acqua e fate cuocere il tutto. nel frattempo fate del brodo vegetate con carota, cipolla, sedano e il fondo degli asparagi avanzati precedentemente. Quando il brodo è pronto e anche il sugo nella pentola, cominciate a fare il riso aggiungendo un po' per volta il brodo. Un paio di minuti prima che sia cotto il riso, spegne e mantecate con il gorgonzola e mascarpone, mescolate fino ad ottenere un risotto cremoso e quindi servite nei piatti con una spolverata di formaggio.

ROTOLO DI AGNELLO AL FORNO

INGREDIENTI:
- 1 rotolo da 1 kg
- 4 patate
- Olio, Sale, Origano,
- 1 bicchiere di Vino Bianco
- Rosmarino, Salvia e Alloro

PROCEDIMENTO:
In una pirofila mettete dentro il rotolo di agnello e attorno le patate, pelate, lavate e tagliate a spicchi, il vino e un di acqua, quindi sul rotolo e le patate mettete il sale, origano, salvia, rosmarino, 2 foglie spezzettate di alloro, un filo d'olio e fate cuocere in forno a 180 gradi per circa 1 ora. Quando è cotto, tagliatelo a fette e disponetelo al centro di un vassoio da portata. Attorno mettete le patate e quindi guarnite il tutto con il suo sugo. Servite con della polenta abbrustolita e… BUON APPETITO DAL VOSTRO GIÒ SCALOGNO.

LA RANA

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:
Costantino Meo
Redazione:
e-mail: info@larananews.it
Stampa:
MEDIAPRINT SRL
via Brenta 7
San Giovanni Lupatoto (VR)

Concessionaria per la pubblicità:
Costantino Meo

Collaboratori
Mary Merenda
Dott. ssa Susie Baldi
Claudio Bertolini
Il giornale è stato chiuso il 17 aprile 2026.

Per la vostra pubblicità su questo giornale:
347.6861335 Costantino

Leggere che passione a cura di Gianfranco Iovino

Elisa Begalli: l'arte di trasformare emozioni in ponti tra testa e cuore

Gianfranco Iovino

Elisa Begalli è un'autrice veronese di libri per bambini, filastrocche e fantasy per adulti. Sa intrecciare esperienze personali al desiderio di trasformare le difficoltà in strumenti utili agli altri, con un obiettivo chiaro sempre da perseguire: "creare spazi gentili, dove bambini e adulti possano sentirsi accolti, capiti, accompagnati e non giudicati."

«Ho iniziato a scrivere a 15 anni, spinta dal bisogno di mettere ordine tra le mie emozioni. – inizia a raccontarsi Begalli - Non ho una laurea. Tutto quello che faccio nasce dall'esperienza, l'osservazione e una sensibilità che ho imparato ad ascoltare. Nel tempo questa passione si è trasformata in un percorso creativo destinato a un pubblico sempre più ampio, includendo sia adulti che bambini. Per gli adulti ho pensato a racconti di carattere emotivo, nei quali possano riconoscersi, e per i bambini creo filastrocche, storie illustrate, oltre ad attività che uniscono ascolto, gioco e relazioni.

Quanto è importante aiutare i bambini ad apprendere e sviluppare emozioni attraverso la scrittura?

«È essenziale. Sono dell'idea che ogni bambino possa diventare un Einstein o una Montessori del futuro nella nostra realtà. Attraverso la scrittura e la lettura i bambini imparano a dare un nome a ciò che provano, e quando le emozioni prendono forma, diventano più sicuri e più liberi di essere sé stessi. Quando si è piccoli, si ha una lavagna bianca da riscrivere, e ogni cosa che per noi è quotidianità per ogni bambino è un momento di scoperta. Le storie aiutano a costruire ponti tra testa e cuore.»

Nel cassetto ha manoscritti, tra cui un fantasy per adulti, 140 filastrocche per bambini (ipotesi di auto-pubblicazione settembre 2026), un albo illustrato e un libro sull'essere mamma. **Ci siamo dimenticati di qualcosa?**

«Sto lavorando a un fantasy futuristico per adulti dove una donna forte affronta i "mostri" della vita. Cade, si rialza e convive con le proprie scelte. Inoltre, è in cantiere un grande progetto: 140 filastrocche nate per avvicinare i bambini alla lettura quotidiana.»

Ama anche l'arte del Decoupage, giusto?

«Sì, perché è una forma d'arte che rende la mia vita più dolce. Il decoupage è fatto di sfumature, di pazienza, di piccoli gesti che trasformano un oggetto semplice in qualcosa che racconta. Diventa per me un modo di rallentare la frenesia quotidiana, creando al tempo stesso bellezza con le mani. Sono convinta che l'arte sia un'ottima espressione emozionale che unisce razionalità e irrazionalità. I colori presenti nei quadri raccontano più di una storia. Non è solo Arte: è storia ed empatia.»

Ci presenti il suo ultimo lavoro editoriale

«Si chiama "Cuore verde per natura". È stato pubblicato in due versioni: una pensata per essere accessibile a chi ha difficoltà di lettura e un'altra in formato classico. È un testo che unisce emozioni, natura e sensibilità: parla di radici, di ascolto e del rapporto che abbiamo con ciò che ci circonda. È un lavoro delicato, nato per arrivare sia agli adulti che ai ragazzi. È una raccolta poetica che prende forma dall'ascolto della vita quotidiana, le emozioni che attraversano il corpo e la mente, e dal legame profondo con la natura, vissuta come rifugio, specchio e possibilità di rinascita, dove "l'io poetico" si espone senza maschere.»

Cos'altro possiamo dire su di lei?

«Sono una mamma, una creativa e una donna che impara ogni giorno. Il mio mantra è "se è difficile significa che non è impossibile". Vivo in provincia di Verona e, nonostante le difficoltà personali e fisiche che ho affrontato, continuo a credere nella forza delle parole e dei piccoli gesti. Non sono "accademica": quello che faccio nasce dal cuore, dalla pratica e dalla voglia di lasciare una traccia buona nelle persone che incontro. Sono dell'idea che un sorriso non debba mai essere negato a chi ti sta di fronte.»

Un consiglio ai genitori che vogliono avvicinare i loro figli alla scrittura creativa

« La scrittura deve essere un gioco, un percorso di esplorazione. Quando un bambino sente di poter crescere senza paura, la creatività diventa una casa sicura dove maturare; un rifugio dove aprirsi alla vita e alle sue sfide, sapendo di non essere mai soli»

Dove possiamo seguirla con le sue molteplici attività?

«Sul sito www.begallielisa.net condivido idee e offro risorse gratuite specifiche per persone con DSA, oltre che all'ascolto di chi vuole raccontare, per il bisogno di sentirsi meno soli, oltre a tante altre ricerche letterarie e laboratori, da trasformare un luogo virtuale in uno spazio sicuro di incontro, riconoscimento e condivisione.»

CONTO GIOVANI
PER INIZIARE, PASSA DA NOI!

Primo conto corrente? Se hai meno di 35 anni, con meno di 2 euro al mese hai tutto quello che serve per gestire i tuoi soldi.
Hai una carta di debito internazionale e paghi ovunque. E se vuoi una mano, siamo sempre in Filiale.

BCC BANCA VERONESE

GRUPPO BCC ICCREA

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

SINCE 1947

MONTAGNA

DENTISTI DEL VERONESE

Il dentista vicino al tuo sorriso

BOVOLONE

Via Madonna 3,
(vicino a Tosano)
045 7102578 389 9275915

CI TROVI ANCHE:

SOMMACAMPAGNA
Tel 045 515868

VERONA
Tel 045 500108

VILLAFRANCA
Tel 045 6302199

montagnastudidentistici.it

Inquadra il QR code per visitare il nostro sito

BOVOLONE: Dir. San. Dott.ssa Livia Montagna - Albo Odontoiatri di VR n. 1198 – Aut. San. n. 06/2025 del 13/05/2025 Comune di Bovolone