



UN AGOSTO RICCO DI EVENTI

Dopo il boom di luglio, anche in agosto prosegue la programmazione di grandi spettacoli e manifestazioni, nonostante la paura del Covid, i divieti ed ora anche il Green Pass. Musica, teatro, cultura e sport non si fermano e propongono un ricco cartellone sia all'aperto sia al chiuso, benchè la partecipazione sia limitata e distanziamento e mascherina siano ancora obbligatori. Ecco una breve guida dei principali eventi a cui è possibile partecipare in città e in provincia per completare in bellezza questa particolare estate.

da pag 2 a pag 8



ALIMENTAZIONE SANA IN ESTATE

pag 16-17

CONTIENE SPECIALE
SANITÀ
SALUTE BENESSERE

da pag 9 a pag 15

in collaborazione con l'Ufficio Stampa della
Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata Verona



AZIENDA OSPEDALIERA
UNIVERSITARIA INTEGRATA
VERONA



TREKKING

Valdaone, gioiello trentino adatto a tutti

Raggiungibile in circa due ore da Verona, la valle offre vari ambienti naturali e scenari alpini: un vero paradiso per tutti gli amanti della natura, grazie alla moltitudine di percorsi disponibili di varie difficoltà



pag 18

SPORT

Chievo, ricorso bocciato: è la fine di una favola?



pag 21

Giochi d'estate

pag 22-23

SALDI*

VENTICINQUE ANNI DI SHOPPING

#MONDOMELA

WWW.LAGRANDEMELA.IT

25 ANNI INSIEME

LA GRANDEMELA
SHOPPINGLAND

L'UNICO SHOPPINGLAND D'ITALIA

*FINO AL 31 AGOSTO 2021

EVENTI

UN AGOSTO RICCO DI EVE

Dopo il boom di luglio, anche in agosto prosegue la programmazione di grandi spettacoli e manifestazioni anche il Green Pass. Musica, teatro, cultura e sport non si fermano e propongono un ricco cartellone sia limitata e distanziamento e masche

Un ritorno alla normalità ancora difficile da raggiungere, un'incertezza che ha condizionato la ripresa degli eventi, l'introduzione del Green Pass che ha limitato la possibilità di assistere a manifestazioni pubbliche.

Ma non si può certo dire che il calendario di agosto sia meno curato rispetto agli scorsi anni: ci aspetta un mese per tutti i gusti, sia in città che in provincia.

Fiore all'occhiello di Verona sono gli appuntamenti in Arena dove fino al 4 settembre proseguono le serate dedicate all'Arena Opera Festival 2021. Anche musei e mostre temporanee hanno riaperto le proprie porte ai visitatori. Tornano a ripopolarsi piazze e vie dei centri storici, non solo in città, ma anche in provincia, a partire dal Lago di Garda, dove di settimana in settimana non mancano le occasioni per poterlo vivere in maniera speciale.

Ecco una breve guida dei principali eventi a cui è possibile partecipare in città e in provincia per completare in bellezza questa particolare estate.

TEATRO/CONCERTI

ESTATE
TEATRALE
VERONESE

fino a settembre
**ESTATE
TEATRALE
VERONESE**

Danza, teatro, musica
Teatro Romano - Verona

Nella suggestiva e millenaria cornice del Teatro Romano va in scena la cultura. La 73esima edizione dell'Estate Teatrale Veronese presenta, fino al 18 settembre, un ricco programma di prosa, musica e danza. Spettacoli anche al Chiostro di Sant'Eufemia e nei Musei Cittadini.

PROSA

Il teatro comico - 24 agosto
Gli uccelli un'utopia - 27 agosto
Ifigenia #generazione sacrificio - 1 settembre
Resurrexit Cassandra - 7/8 settembre
Aulularia - 9/10 settembre

DANZA

Bayadere Il regno delle ombre - 5 agosto
Graces - 7 agosto
Coppelia - 10 agosto
Boomerang Gli illusionisti della danza - 12 agosto
Fight or flight - 30 agosto

ALTRE SEDI - Spettacoli di prosa presso il Museo Lapidario Maffei
Edipo in virtual reality - 7/8/9/10/11 settembre



per tutto il mese di agosto
**SHAKESPEARE
INTERACTIVE
MUSEUM**

Verona - Teatro Satiro Off

Un viaggio multimediale 4.0 che conduce alla scoperta della propria anima shakespeariana e delle anime racchiuse nel cuore e negli angoli di Verona. La performance teatrale live si mescola a proiezioni, suoni, immagini e scenografie 3D. Per biglietti e informazioni casasha-shakespeare.it.

TEATRO/CONCERTI



fino al 4 settembre
**ARENA OPERA
FESTIVAL 2021**
Arena di Verona

Una nuova stagione estiva che vedrà presenti i titoli, le date e i cast stellari originariamente previsti, con regie e allestimenti scenografici, grandiosi e immateriali, compatibili con le norme sul distanziamento sanitario. Biglietti acquistabili sul sito arena.it.

OPERE

Cavalleria Rusticana - Pagliacci
14 agosto
Aida
4-8-12-21-27 agosto, 4 settembre
Nabucco
6-13-20-26 agosto, 1 settembre
La Traviata
7-19 agosto, 2 settembre
Turandot
5-28 agosto, 3 settembre

GALA

Jonas Kaufmann - Gala Event
17 agosto
IX Sinfonia di Beethoven
22 agosto



fino a settembre
**TEATRO NEI
CORTILI**

Verona passione teatro
Corte Molon - Chiostro di S. Eufemia - Verona

143 serate che accompagneranno l'estate dei veronesi. 19 compagnie che si alterneranno, con 22 diversi spettacoli, dalla commedia alla prosa in musica, dal dramma al comico. Per informazioni teatrocampio@comune.verona.it. Biglietti acquistabili in vendita anche contattando le compagnie.

CORTE MOLON

Commedia brillante "Uomini sull'orlo di una crisi di nervi" - fino al 7 agosto
Commedia brillante "General Crazy Hospital - L'ospedale più pazzo del mondo" - dall'8 al 15 agosto
Commedia brillante "Taxi a due piazze" - dal 16 al 23 agosto
Commedia musicale "Vola colomba... nel blu dipinto di blu" - dal 24 al 31 agosto
Drammaturgia brillante "Tempo, uva e siori... fa quel che i vol lori" - 1-2-3 e dal 6 al 10 settembre
Commedia brillante "Evolvit Eugenia" - 4-5 settembre

CHIOSTRO DI SANT'EUFEMIA

Commedia brillante "Rumori fuori scena" - dal 5 all'11 agosto
Commedia brillante "Cena a sorpresa" - dal 12 al 19 agosto
Commedia brillante "Una donna di spirito" - dal 20 al 27 agosto
Commedia "Il palio di Verona" - dal 28 al 31 agosto
Commedia "Il colpo della strega" - dall'1 al 5 settembre



31 agosto
**RTL 102.5 POWER
HITS ESTATE**
Arena di Verona

Torna il grande appuntamento con la musica live che decreterà il tormentone dell'estate 2021. Lo spettacolo si potrà seguire anche in streaming sui social di RTL e in diretta sui canali ufficiali di Sky e del digitale terrestre.

TEATRO/CONCERTI



fino al 16 settembre
TEATRO SPRITZ
Verona - Centro Storico

Fino al 16 settembre, nell'ora dell'aperitivo, 70 mini spettacoli teatrali on the road animeranno vie e piazze del centro storico per favorire il flusso di visitatori. Cinque compagnie teatrali hanno aderito all'evento, che si svolgerà di martedì, mercoledì e giovedì. d esibirsi saranno Teatro Scientifico, Modus, Casa Shakespeare, Fondazione Aida e Ippogrifo produzioni, con performance in varie luoghi, dal Liston a Veronetta, da Sottoriva a San Zeno per intrattenere gli avventori dei locali, i veronesi e i turisti.

PROGRAMMA

Casa Shakespeare - "Shake Spritz, Shakespeare ad alto tasso alcolico"
3 agosto, via Nizza; 4 agosto, piazzetta Pescheria; 5 agosto, Arche Scaligere; 11 agosto, via Filippini; 12 agosto, via Roma; 17 agosto, Liston di piazza Bra; 18 agosto, via Valverde; 19 agosto, Sottoriva; 7 settembre, piazza Santa Toscana; 9 settembre, davanti alla Biblioteca Frinzi; 14 settembre, corte Sgarzarie; 15 settembre, Porta Borsari; 16 settembre, via Stella.

Modus - "Ah!"

3 agosto, corso Santa Anastasia; 17 agosto, corte Sgarzarie; 18 agosto, piazza San Zeno; 19 agosto, piazza Santa Toscana; 24 agosto, piazza Corrubio; 26 agosto, piazzetta Pescheria; 7 settembre, via IV novembre; 8 settembre, piazza Erbe; 14 settembre, piazza Isolo.

Teatro scientifico/Teatro laboratorio - "Vida"

11 agosto, corso Santa Anastasia; 12 agosto, via Leoni; 17 agosto, via Stella; 18 agosto, via Roma; 19 agosto, piazza Corrubio; 31 agosto, Sottoriva; 1 settembre, via Arche Scaligere; 8 settembre, piazza Santa Toscana; 9 settembre, piazzetta Pescheria; 14 settembre, davanti la Biblioteca Frinzi; 15 settembre, Liston di piazza Bra; 16 settembre, via Marconi.

Fondazione Aida - "Bukowski da marciapiede"

3 agosto, corso Portoni Borsari; 4 agosto, Corte Sgarzarie; 10 agosto, San Zeno; 11 agosto, piazza Corrubio; 17 agosto, via Leoni; 18 agosto, piazzetta Santa Toscana; 31 agosto, via Nizza; 1 settembre, piazzetta Pescheria; 7 settembre, piazza Isolo; 8 settembre, via Arche Scaligere; 14 settembre, via San Fermo, via Filippini; 15 settembre, Sottoriva.

Ippogrifo Produzioni - "Olè"

31 agosto, piazza San Zeno; 1 settembre, Ponte Pietra; 2 settembre, Liston di piazza Bra.
- "El Bechin"
31 agosto, piazza Corrubio; 1 settembre, Santa Anastasia; 2 settembre, Portoni Borsari.
- "Gushi"
7 settembre, piazza Erbe; 8 settembre, Biblioteca Civica via Cappello; 9 settembre, via Stella.
- "Mr Ping Pong"
14 settembre, via Roma; 15 settembre, Porta Leoni.



6 e 13 agosto
TEATRO AL VERDE
Verona - parco di Villa Scopoli - Avesa

Appuntamenti gratuiti con offerta libera organizzati dall'Associazione Culturale Quinta Parete di Verona. Il desiderio è di consentire a chiunque di trascorrere qualche ora di musica e teatro chiedendo, a chi ha la possibilità, di sostenere gli artisti presenti. Per informazioni pagina Facebook e Instagram dell'associazione.

6 agosto
Go Willy Go - Teatro Armathan

13 agosto
Spetacheteconto - El Gavetin

170 giorni

MURA FESTIVAL:

A CURA DI LORENZ ZADRO

... e probabilmente non solo d'Italia. Il Mura Festival continua sull'onda del successo della precedente edizione, con appuntamenti per bambini, ragazzi, giovani, famiglie, sportivi, anziani, amanti della musica, del teatro e del buon cibo per un



totale di 170 giorni di festival con oltre 680 appuntamenti ospitati nel Parco delle Mura di Verona, un'oasi verde di importante valore per il centro storico della nostra Città. Si tratta di un'area magnificamente riquadrata e opportunamente allestita per ospitare dunque tutti gli eventi tardo-pomeridiani e serali, iniziati già nel mese di maggio e che continueranno ininterrottamente fino ad ottobre, con musica, teatro, cinema, sport, benessere, artigianato creativo e molto altro ancora. Mura Festival, per definizione, è un "viaggio" nel mondo del divertimento sostenibile. Il progetto è promosso dal Comune di Verona e realizzato da Studioventisette in collaborazione con Doc Servizi, tra i partner principali della manifestazione. Sta succedendo qualcosa di incredibile tra quelle "Mura": ben nota la positiva affluenza da parte di assidui frequentatori nonché di visitatori occasionali, a conferma che i momenti di "convivenza" si avvertono quanto mai vitali. Per seguire il fitto calendario di appuntamenti è possibile consultare il sito www.murafestival.it e per tutti gli aggiornamenti sono sempre attive le relative pagine social. Tra un evento e l'altro ho avuto il piacere di porre qualche domanda ad Alessandra Biti (responsabile della manifestazione) e ad Alessandro Formenti (direttore artistico e di produzione).

NTI

ioni, nonostante la paura del Covid, i divieti e ora all'aperto sia al chiuso, benchè la partecipazione rina ancora obbligatoria.

di eventi al Parco delle Mura di Verona

IL FESTIVAL PIÙ LUNGO D'ITALIA

Partiamo dal principio: avete "riqualificato" uno spazio simbolo della Città. Com'è nata l'idea di creare un "festival perpetuo e senza frontiere" (vi piace come definizione?)

«Festival perpetuo e senza frontiere» diciamo che riassume in parte quello che abbiamo cercato di realizzare con Mura Festival: non solo un evento ma appunto

seguito della pandemia da Covid-19».

Oltre al valore artistico degli eventi proposti è nota anche la vostra volontà di puntare sulla territorialità.

«Tra i tantissimi artisti un grande spazio è stato riservato a quelli veronesi. Sul "green stage" di Mura Festival siamo fieri di dire che abbiamo già ospitato tantissimi artisti veronesi quali: il gruppo irish folk dei Patricks, Leonardo Maria Frattini, Cupo, i Percorsi Di-Versi, i Da Quagga, il gruppo jazz Maidato e tanti altri ancora calcheranno questo palco nei prossimi appuntamenti del festival».

Il Festival era già una realtà, ma quest'anno c'è stata un'ulteriore crescita e ha assunto una dimensione che non ha eguali nella nostra penisola. Quali sono gli ingredienti principali di questa edizione?

«È vero, quest'anno ci siamo ingranditi notevolmente rispetto all'anno scorso ma il fulcro centrale del Festival resta sempre il Bastione di San Bernardino con attività, spettacoli musicali, area bar e street-food gourmet 7/7. New entry del 2021 la Spiaggetta @ Porta Fura, una spiaggia in riva all'Adige tra Ponte Risorgimento e Ponte Catena in cui potersi rilassare in compagnia di buon cibo, buon vino Tommasi e buona musica, mentre per i bambini è attivo il Bastione di San Zenò con tante attività a loro dedicate».

Siamo già a inizio agosto, ma il festival durerà fino ad ottobre. Conoscendovi sono sicuro starete riservando delle sorprese. Potete già anticiparci qualcosa a riguardo?

«Le sorprese a Mura Festival non finiscono mai! Per la gioia degli appassionati, il 4 e 5 settembre la prima edizione del Mura Blues Festival con Meek Hokum, Lovesick



un progetto di riqualificazione duraturo nel tempo che da una parte avvicina la cittadinanza al magnifico Patrimonio UNESCO delle Mura di Verona, dall'altra crea una rete solida con oltre 50 associazioni del territorio veronese e più di 200 artisti dello spettacolo, segnando la ripartenza di tutti i settori maggiormente colpiti a



PILATES PERSONAL POSTURALE



PALESTRA SEGUITA



PALESTRA E DIMAGRIMENTO SEGUITO



CORSI DI GRUPPO



Puoi prenotare una **"SEDUTA CONOSCITIVA GRATUITA"**

VERONA
Borgo Trento
Via Mameli 124/D
davanti Ospedale
tel. 045 8343078
www.central-fitness.it
info@central-fitness.it

Duo, The Spiders e altre belle sorprese. Sempre a settembre si svolgerà anche un Country Festival con ospiti internazionali. Alcuni appuntamenti settimanali stanno avendo molto successo come Vinili su Tela, una performance di live painting di Stephanie Ghizzoni che ritrae dal vivo una copertina storica dei miti della musica accompagnata da una selezione di vinili a tema. E poi lo Storytellers, un percorso nella musica e nella storia di un artista con ospiti sia giovani autori veronesi ma anche nazionali con Marco Cocci, Roberto Dell'Era, Megahertz e lo stesso Finaz e alcune etichette discografiche come VRec, Freecom, Sthalla Rec e i festeggiamenti dei 30 anni di funk italiano dei Ridillo. Un gioiellino nato proprio qui al Mura è la serata Gin' Jazz dove si ascolta dell'ottimo jazz con musicisti ricercati e giovani promettenti assaporando dei Gin Premium e toniche speziate con barman di

alto livello. Insomma le proposte sono davvero tantissime, sempre disponibili sul sito www.murafestival.it.

Quali sono i valori aggiunti (ma anche le difficoltà!) di essere responsabili, coordinatori, produttori e direttori artistici del Mura Festival?

«Manovrare una macchina così grande come Mura Festival è sicuramente una grande responsabilità: tante ore di lavoro per preparare tutto nei minimi dettagli, coordinare tante persone, insomma non è una passeggiata. La fortuna in tutto ciò è sicuramente avere un team valido e professionale a costante supporto, ma la grande soddisfazione la dà poi il pubblico che applaude, si diverte e ritorna perché sa che ogni giorno facciamo del nostro meglio per proporre dell'intrattenimento di qualità».



Ti aspettiamo presso il nostro negozio di via Pellicciai 15 a Verona

Solo opere realizzate da artisti che dipingono con la bocca o con il piede

Ci trovi anche su www.abilityart.it

seguici su:  



EVENTI

TEATRO/CONCERTI



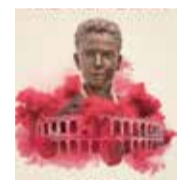
dal 2 al 13 agosto
GARDÀ
JAZZ FESTIVAL
Alto Garda

Un emozionante percorso tra gli scorci dell'alto Garda: il suggestivo Castello di Arco, l'antica Rocca di Riva, il Parco della colonia Pavese di Torbole, il borgo medioevale di Canale di Terno, Ca' del Nemoler a Dro, la novità del percorso montano fino a Malga Campo con il Palacongressi di Riva del Garda offriranno le proposte più stimolanti del panorama jazzistico nazionale ed internazionale. Programma disponibile su gardajazz.com.



12 agosto
PALCO VENIER
Villa Venier -
Sommacampagna

Ultimo appuntamento in cartellone giovedì 12 agosto con Ersilia Danza in "Coppelia". Intriso di umorismo e avventura, il balletto di Arthur Saint-Léon segna un passaggio fondamentale del balletto romantico. Le vicende del soprannaturale triangolo amoroso tra Swanilda, Franz e la bambola meccanica Coppelia incantano il pubblico di tutto il mondo dalla prima rappresentazione del 1870, tanto da essere tuttora in repertorio dell'Opéra di Parigi. Prevedita biglietti su www.myarteven.it.



23 agosto
CARL BRAVE
Coraggio Live Tour
Arena di Verona

Live imperdibile, un ennesimo traguardo per l'artista multiplatinato che con il suo stile ha tracciato una nuova direzione nella scena musicale italiana.



25 agosto
25 ANNI MEDIAMENTE ISTERICI
Carmen Consoli live
Arena di Verona

Arena di Verona

L'evento per i 25 anni "mediamente isterici" di Carmen Consoli. Unica data in Italia in cui l'artista, immagine rock femminile del nostro Paese, sarà accompagnata dalla sua iconica fender rosa e da tanti colleghi e amici, ripercorrendo il passato di musica e successi.



fino al 21 settembre
OPERE ON DEMAND
Fondazione Arena di Verona - Online

Sulla web Tv della Fondazione, sarà possibile vedere le opere Turandot (agosto 2010, regia di Zeffirelli), Carmina Burana (agosto 2019, direttore Ezio Bosso) e La Traviata (2019, regia Zeffirelli) al costo di 9,90 per ciascun ingresso.

MANIFESTAZIONI



fino al 15 agosto
RISTORANTE TIPICO... D'ESTATE
Verona

Le cucine veronesi proporranno piatti e pietanze con i prodotti che caratterizzano il raccolto stagionale e le lavorazioni del territorio. L'iniziativa, nata tre anni fa, lavora in collaborazione con i 20 "ristoranti tipici" inseriti nell'omonimo elenco istituito dal Comune di Verona per valorizzare l'enogastronomia veronese. Per essere inseriti nell'elenco, almeno il 50% dell'offerta gastronomica deve essere rappresentata da piatti tradizionali e i cibi devono essere preparati utilizzando il 50% di prodotti della Regione Veneto. Per informazioni www.ristorantetipicoverona.com.

Intervista a Annalisa Lonardi, presidente dell'associazione BaldoFestival, na al mondo la bellezza dei luoghi

BALDOFESTIVAL: L'AMORE PER LA MONTAGNA

A CURA DI SILVIA GAMBATO

...E, come il vero amore, va oltre i sentieri battuti, per unire in un unico abbraccio tutto ciò che è collegato, attraverso fili a volte invisibili, al cuore del Baldo. Un microcosmo di vita che, dipanato come una matassa, rivela un universo più vasto attraverso l'espressione dei contenuti emergenti dal suo territorio. È così che l'associazione BaldoFestival continua a svolgere il filo del suo racconto, un racconto corale perché composto da molteplicità diverse: dalle espressioni artistiche (musica, arte, teatro) a quelle della tavola, costellata di prodotti locali, dai memorie custodite nei luoghi alla dimensione sportiva.

Dai 2.218 m della sua cima fin giù al lago di Garda, tanti attori si muovono attorno al monte Baldo, animando un territorio ricco di bellezze naturali uniche (non dimentichiamo che è anche "il giardino d'Europa") in parte protette da un Parco naturale.

Enti del turismo, malghe, visitatori di ogni tipo, associazioni, istituzioni, rifugi, agriturismi, impianti di risalita: l'elenco è davvero lungo, e certo non è così diverso da quello di altre località di montagna. Ma ogni montagna è unica e quella "di casa", è di certo speciale, non foss'altro per il senso di appartenenza che lega ad essa e al suo contesto socioculturale. E così a qualcuno è venuta voglia di attivarsi concretamente per amore di un territorio il cui patrimonio, anche immateriale, è prezioso e ha bisogno di essere conservato e animato.

Intervista ad Annalisa Lonardi, presidente dell'associazione "BaldoFestival".

Da chi è composta l'Associazione BaldoFestival: baldensi innamorati dei propri luoghi, estimatori appassionati, operatori del territorio?

«L'associazione BaldoFestival è stata fondata nel 2002 da un gruppo di amici appassionati del territorio baldense innamorati dei propri posti che quindi, oltre all'amicizia, condividevano esperienze comuni e la passione per il luogo in cui abitavano. L'associazione è nata quindi, fondamentalmente, per far conoscere al mondo la bellezza di questi luoghi».

L'associazione BALDOFESTIVAL l'anno prossimo compirà 20 anni: cos'è cambiato in tutto questo tempo?

«Dopo 10 anni il nucleo originale si è un po' ridimensionato, ma se all'inizio si era partiti con varie attività legate a musica, conversazione e letture tenute in una corte baldense per un periodo di circa 15 giorni, adesso l'associazione è un po' più strutturata e fa una programmazione che si sviluppa nel corso di tutto l'anno. Le attività si sono inoltre stabilizzate su tre filoni principali di matrice soprattutto culturale, anche se è chiaramente molto legata ai luoghi. In particolare ci occupiamo soprattutto di eventi musicali nel territorio, di arte e teatro».

Tra i filoni tematici di cui si occupa la vostra associazione, ci sono dei leit motiv?

«Un appuntamento fisso dell'estate è "Il Baldo in musica": una serie di concerti nel

territorio nati dal desiderio di far conoscere ad un pubblico molto più vasto (che non sia solo composto da coloro che già vanno in montagna a camminare), che magari non ha mai avuto occasione di trovarsi fisicamente in questi luoghi. L'idea è quindi di proporre concerti di qualità in siti locali preceduti magari da un'escursione adatta a tutti, per fare un po' di esercizio fisico, favorire un po' di socialità e quindi condivisione poi della musica con un momento conviviale alla fine.

E così siamo giunti alla settima edizione di Baldo in musica, con concerti anche di

fine viene servita un'apericena, occasione di convivialità. Si tratta purtroppo di un'attività sospesa per il Covid.

Oltre a questi tre filoni tematici, tra le cose di cui ci occupiamo da tempo c'è anche il recupero. Fin dall'inizio infatti ci volevamo occupare anche di luoghi magari dismessi, che magari un tempo erano utilizzati dall'economia locale e che potevano essere ancora valorizzati, ad esempio come location in cui tenere degli eventi: quelli che noi abbiamo chiamato "Fuoriluogo".

Tra questi si può annoverare lo stesso sentiero della Valle del Tasso, un tempo uti-



piccole formazioni che vogliamo proporre anche nella prossima stagione di mezzo perché vediamo che piacciono. Per quanto riguarda il secondo filone, l'arte, quest'anno siamo arrivati alla decima edizione della mostra biennale "Sentieri nell'arte", un'esposizione di opere connaturate all'ambiente, quindi ispirate alla natura, ma sempre basate su un tema specifico deciso di volta in volta dalla professoressa Marzia Melotti, direttrice artistica degli eventi relativi all'arte.

Gli artisti eseguono le opere che vengono poste su questo sentiero, lungo circa tre chilometri, che va dalla frazione di Pazon fino a Porcino, nella valle del Tasso. Il torrente che la percorre, lungo 17 km, scende dalle pendici del Monte Baldo fino a Segà, ed è anche l'immissario più importante della destra orografica dell'Adige. Il terzo filone delle attività riguarda il teatro, una serie di rappresentazioni denominate HOMEteatro destinate ad un pubblico ristretto perché si svolge in case di privati, che possono ospitare al massimo 30-40 persone. La famiglia ospitante mette a disposizione un locale grande e lì viene portato in scena un monologo, un duetto, oppure musica e recitazione, della durata di un'oretta, e viene rappresentata con gli attori in mezzo al pubblico, come si faceva un tempo. Alla

lizzato dai locali per recarsi presso i propri possedimenti, che oggi, una volta sistemato, è un percorso di trekking (e ogni due anni anche espositivo) utilizzato come giro per camminate. È un luogo molto particolare... Un altro esempio sono i concerti tenuti in chiesette del luogo, come la chiesetta di San Michele Arcangelo, sulla quale l'associazione ha appena concluso un progetto nato 15 anni fa: la promozione del suo restauro, che oggi ha reso la chiesetta un gioiellino. Dopo i contributi delle istituzioni, restava da ultimare il restauro del campanile: a quel punto abbiamo fatto noi un mutuo per terminare l'opera. Nel frattempo la nostra associazione si è occupata della direzione dei lavori e di tutto quel complesso iter burocratico che hanno richiesto, organizzando nel frattempo concerti anche per sensibilizzare. L'inaugurazione della chiesetta restaurata è avvenuta nel settembre scorso e prossimamente vi si terrà un concerto della rassegna "Baldo in musica". Dobbiamo ancora finire di pagare il mutuo ma ci piace valorizzare le bellezze di tutto il Baldo "allargato».

Riscontri e feedback che avete avuto o percepito: come definirebbe le risposte del pubblico?

«Grazie alla bellezza dei luoghi, all'accoglienza che cerchiamo di riservare a tutti

ta per far conoscere

NA DI "CASA"

e al passaparola, a partire dagli amici, agli amici degli amici, a un po' di locali, il nostro pubblico si è infine molto allargato. Per Baldo in musica e Sentieri d'arte il pubblico è molto variegato, ci sono tante tipologie di persone che hanno sempre dato un riscontro positivo ed entusiasta. Rimangono stupiti e compiaciuti delle esperienze offerte, dalla loro qualità e completezza. Non li lasciamo mai abbandonati a sé stessi e curiamo tutti i vari aspetti che permettono alle persone di godere di queste giornate, spiegando loro anche le peculiarità dei luoghi. L'effetto che si ottiene è anche di



consapevolizzarle. Questo senza essere pesanti o approfondire troppo a livello teorico (si tratta di attività pur sempre ricreative) ma fornendo comunque le informazioni che permettono alle persone di cogliere il contesto e il valore di quanto le circonda».

C'è stata una novità per questo 2021?
«Sì: un nuovo progetto in rete con altre due associazioni di cui siamo capofila: "Sentieri nel Baldo". Partecipando ad un bando della Fondazione Cariverona abbiamo ottenuto il contributo e ora lo stiamo portando avanti coadiuvati da Marchio del Baldo, associazione di giovani produttori locali, e dal Circolo Legambiente "Il tasso".

Ci siamo messi insieme per realizzare una promozione più organizzata dei tre aspetti fondamentali del territorio baldense: luoghi caratteristici innovati nell'uso, prodotti frutto del cambio generazionale e aspetto naturalistico, dato che la natura qui è dominante e va tutelata: è bene conoscerla, è bene viverla ma deve essere anche tutelata».

In che cosa ritenete di esservi distinti dagli altri promotori del territorio?

«Rispetto agli altri, secondo me, proprio con Sentieri nel Baldo abbiamo aperto il territorio ad un pubblico più vasto, cioè abbiamo creato delle attività rivolte ad un pubblico non solo locale ma ad un pubblico molto più ampio. E la nostra risposta di pubblico è data quasi maggiormente da gente da fuori che non locale, che solo in un secondo momento si accorge di quello che facciamo. Quello che abbiamo fatto di importante, secondo me, è aver offerto prodotti di una certa qualità e novità richiamando, anche attraverso una più efficace campagna di comunicazione, un pubblico allargato che viene richiamato da uno o tutti gli aspetti che abbiamo messo insieme: arte, escursione fuori porta, prodotti.

Se ci sarà permesso vorremmo organizzare qualcosa anche per i prossimi ottobre-novembre».

Per conoscere il calendario degli eventi di BaldoFestival, collegarsi al sito <https://www.baldofestival.org>

MANIFESTAZIONI



online per tutto il 2021 e On the Road fino al 10 settembre
DANTE A VERONA 1321-2021
Verona

A settecento anni dalla scomparsa di Dante, Verona celebra l'anniversario con il progetto "Dante a Verona 1321-2021": spettacoli, mostre, manifestazioni culturali, restauri, convegni, itinerari alla scoperta della presenza di Dante a Verona e della sua eredità culturale e artistica.

Dante's box - Voci e suoni della Divina Commedia - online

21 puntate radiofoniche in pillole di 20 minuti tratte da Inferno, Purgatorio e Paradiso che catapultano l'opera nella modernità. Disponibili on demand su www.rocketradiolive.com, sui canali social del Comune di Verona e dell'Altro Teatro, e sui canali Spreaker e Spotify di Arteven (oppure myarteven.it).

In viaggio con Dante - online

Progetto della Biblioteca Civica per raccontare ai bambini e ai ragazzi, attraverso dei video, il viaggio di Dante sulla terra e nei tre Regni della Commedia, ricostruito attraverso i libri della Biblioteca Ragazzi. Video disponibili sul canale Youtube della Biblioteca Civica di Verona.

On the Road Verona 2021 - fino al 10 settembre

I ragazzi delle scuole superiori che hanno aderito al progetto dell'alternanza scuola-lavoro animeranno le vie della città su un caratteristico carrettino giallo, carico di materiale informativo sui luoghi danteschi.



MOSTRA DIFFUSA per il VII centenario dantesco a Verona
Verona

Una mostra diffusa valorizza la città di Verona che, nel suo tessuto urbano e nelle testimonianze artistiche stratificate nel corso dei secoli, parla ancora dell'epoca di Dante.

Un itinerario corredato da pannelli su tutto il percorso, una mappa e approfondimenti in versione web e scaricabile, invitano i visitatori a scoprire i luoghi veronesi testimoni della presenza e della tradizione dantesca. Per maggiori informazioni: museicivici.comune.verona.it



15 agosto
PALIO DELLE CONTRADE 2021
Garda

Festa folkloristica in onore di Santa Maria Assunta, patrona di Garda, e gara remiera maschile sulle "bisse", le tradizionali imbarcazioni da pesca locali, con la tecnica della voga in piedi, nello spazio acqueo antistante al Municipio. Inizio ore 21.15.



dal 21 agosto
NOTTI BIANCHE NEI QUARTIERI
Verona

Tornano le notti bianche in città organizzate dalla Pro Loco per animare i quartieri durante l'estate.

Si parte con "Santa Lucia sotto le stelle", il 21 agosto, con musica dal vivo, spettacoli, food truck e giochi per bambini nel quartiere Santa Lucia, in piazza dei Martiri d'Istria.

Dal 2 al 5 settembre è il turno del quartiere Chievo, con il "Summer Beer Fest" al parco Ottocento. A Madonna di Campagna il 4 settembre sarà una serata a tutto tondo con attrazioni e spettacoli per ogni fascia d'età. Cinque serate animeranno invece Borgo Santa Croce. Dal 9 al 13 settembre nel parco in via Guido D'Arezzo si terrà "Borgo Santa Croce sotto le stelle". Tutti gli eventi sono ad ingresso gratuito.

MANIFESTAZIONI



18 agosto e 16 settembre
LA LUNA IN PIAZZA BRA
Verona - Piazza Bra

Tornano le osservazioni della Luna da Piazza Bra. Appassionati e curiosi possono tornare a scrutare la Luna e i pianeti da vicino grazie all'iniziativa del Circolo Astrofili Veronesi.

Una serie di telescopi saranno a disposizione di chiunque volesse volgere lo sguardo all'insù, un'occasione per condividere l'amore per la scienza e il desiderio di ripartire.

I prossimi appuntamenti sono previsti per il 18 agosto e il 16 settembre, dalle 21 a mezzanotte.



21 agosto e 5 settembre
EVENTI AL PARCO
Parco S. Giacomo - Verona

Appuntamenti estivi ad ingresso gratuito. Il 21 agosto alle 20.30 la Jazzset Orchestra ci invita al suo "Swing Time 2021". Il 5 settembre dalle 14 alle 18 ritorna l'evento "Open Day", giornata in cui le associazioni presenteranno le loro iniziative sportive, culturali e sociali per la stagione 2021/22.



agosto - settembre
IN VIGNA

Picnic tra i vigneti, degustazioni di vini e prodotti locali per promuovere l'enoturismo veronese. Coinvolte 16 cantine in 11 comuni veronesi e uno bresciano. Durante gli eventi si terranno dei piccoli concerti all'aperto nel rispetto delle indicazioni delle normative anti-covid. Per date e prenotazioni: www.invigna.it.



3-4-5 settembre
UNO DUE TRE
Arti figurative
Bardolino

Per tre giorni il centro di Bardolino si trasforma in una piccola Montmartre, con decine di artisti che espongono le loro opere e le producono in loco.



3-4-5 settembre
BREWER FESTIVAL & STREET FOOD
Garda - Lungo Lago

Evento dedicato alla birra e al cibo di strada, in cui è previsto uno spazio espositivo destinato alle migliori birre artigianali ed a originali food truck, per tutti i gusti.



4-5 settembre
GARDA CLASSIC CAR SHOW
Bardolino

L'evento che porta sul lago centinaia di autovetture d'epoca che vanno dagli anni '20 agli anni '70, al seguito dei loro equipaggi che rispecchieranno nell'abbigliamento l'annata rappresentata.



fino al 21 settembre
100 NOTE IN ROSA
Verona e provincia

Rassegna ideata e promossa dal Consorzio di Tutela del Chiaretto e del Bardolino per sostenere i mondi della ristorazione e della musica. Fitto calendario di eventi musicali nei ristoranti, wine bar e hotel della città, provincia e lago. Per informazioni pagina Facebook [100noteinrosa](https://www.facebook.com/100noteinrosa)

FESTIVAL

fino a ottobre
MURA FESTIVAL 2021

Porta Fura - Bastione di San Zeno - Bastione di San Bernardino - Bastione delle Maddalene

170 giorni, più di 680 appuntamenti, in una serie di location uniche. Dopo il successo dello scorso anno, nuovi appuntamenti per bambini, ragazzi, giovani, famiglie, sportivi, anziani, amanti della musica e del teatro, del buon cibo e dell'artigianato creativo. Per il programma aggiornato, www.murafestival.it.



26/27/28 agosto
MAG FESTIVAL
Sona - Villa Romani

Mag Festival è una piattaforma che promuove i linguaggi espressivi dell'arte contemporanea legati a musica e arte, attraverso un evento della durata di tre giorni. Ingresso gratuito previa registrazione su Eventbrite. Info magfestival.it.

26 agosto
Tatum Rush - Studio Murena - Giungla

27 agosto
N.A.I.P. - Wrononyou - Whitemary - Masamasa

28 agosto
Post Nebbia - Ginevra Nervi - Terso - Laila Al Habash



fino al 22 ottobre
FESTIVAL DEGLI ORGANI STORICI
Verona - Valpolicella - Soave

Festival nato per promuovere gli organi storici nel veronese. Un'iniziativa per valorizzare e riproporre un patrimonio del passato e per costruire nel presente un percorso culturale di pregio.

19 luglio - Monte di S. Ambrogio di Valpolicella - Paolo Bougeat, organo

26 luglio - Sant'Ambrogio di Valpolicella, Chiesa Parrocchiale - Manuel Tomadin, organo

2 agosto - Gargagnago, Chiesa parrocchiale - "Ensemble Confinis"

5 agosto - Marano, Chiesa parrocchiale - Anna Battaglia, Soprano - Massimiliano Raschetti, organo

11 agosto - Erbezzo, Chiesa parrocchiale - Ensemble vocale Filomela - Silvio Celeghin, organo

1 settembre - Verona, S. Pietro in Monastero - Franz Hauk, organo

14 settembre - Nogarole Rocca, Chiesa parrocchiale - Plamena Angelova, soprano - Ugo Spanu, organo

15 settembre - Negrar, Chiesa parrocchiale - Francesco Gibellini, tromba - Stefano Manfredini, organo

18 settembre - San Giorgio Inganapoltron - Trio arpa, organo e voce recitante - Stefano Pellini, organo

19 settembre - Soave, Chiesa - Daniele Dori, organo con la partecipazione del quintetto d'ottoni Verona Young Brass

8 ottobre - Caldierino, Chiesa parrocchiale - Maurizio Maffezzoli, organo

17 ottobre - Valeggio sul Mincio - Stanislav Surin, organo

22 ottobre - Verona, S. Tomaso Cantauriense - Maurizio Croci, organo



fino a settembre
BALDO FESTIVAL
Monte Baldo

"Sentieri nell'arte": la mostra di opere d'arte ispirate all'ambiente naturale, lungo il sentiero nella Valle del torrente Tasso.

"Baldo in musica": concerti su spettacolari palcoscenici naturali. Prenotazione obbligatoria.

"Sentieri nel Baldo": calendario ricco per gli amanti dell'arte, della natura e dei sapori del territorio. Info e calendario baldofestival.org.



Lo scorso 27 giugno Camilla, già madre e nonna, ha dato alla luce un maschietto in salute

È NATO UN IPPOPOTAMINO!

Camilla, l'ippopotama più anziana d'Europa, partorisce il 14° figlio

Il legame tra mamma e figlio sarà molto forte fino all'anno di età. Poi, intorno ai quattro anni, il cucciolo raggiungerà la maturità sessuale.

Qualche giorno prima del parto se ne rimaneva in acqua, separata dagli altri. Un segnale chiaro da parte dell'ippopotama più anziana d'Europa che tuttavia ha lasciato lo staff in apprensione fino al buon esito del lieto evento: Camilla, madre 13 volte e nonna 7, stimata all'ultimo parto già nel 2016 all'e-

gli ippopotami vivono solo in aree protette e, ai ritmi attuali, la specie potrebbe scomparire entro un secolo.

«Mamma e piccolo stanno bene» spiega Camillo Sandri, veterinario e direttore tecnico del Parco Natura Viva «e trascorrono gran parte della loro giornata immersi,

lissime zampe - il piccolo la segue da vicinissimo per poi schiacciare un pisolino durante il pasto».

A vederlo, il nuovo nato sembra la miniatura di un esemplare adulto con la differenza che il tipico colore grigio lascia il posto ad un bellissimo rosa sulla pancia, sulle orecchie e sulle zampe mentre sul muso che emerge dall'acqua solo all'altezza degli occhi, sembra avere impresso un placido sorriso. «Il legame tra mamma e figlio è molto forte fino all'anno di età» conclude Sandri «quando il piccolo comincerà a sperimentare un po' di indipendenza, senza perdere però alcune cure materne. Poi, intorno ai quattro anni, raggiungerà la maturità sessuale e tutta la sua vita,

come per ogni ippopotamo, sarà strettamente legata alla presenza dell'acqua».

Animale anfibio per eccellenza, il suo continuo entrare e uscire dai bacini idrici nell'Africa sub-sahariana libera percorsi di terra nei quali l'acqua può incanalarsi e creare ambienti preziosi per gli animali acquatici durante i periodi siccitosi, oltre che aprire varchi nelle praterie in cui pascola a beneficio dei piccoli mammiferi. Eppure, proprio la sua dipendenza dalle zone umide è causa di minaccia: oltre alla piaga del bracconaggio, il conflitto con le attività agricole si espande nei territori e la frammentazione dell'habitat costituisce un altro grande pericolo per questa specie.



poca della nascita di Popo, ha sfidato la sua età da record e lo scorso 27 giugno ha dato alla luce il quattordicesimo figlio della sua lunga vita.

Vulnerabile di estinzione secondo IUCN, tra le minacce che questa specie soffre in natura c'è il bracconaggio per il prelievo dei canini d'avorio, dello stesso materiale delle zanne d'elefante ma più morbidi e facili da intagliare. Oggi

durante la quale Camilla lo allatta sott'acqua. I suoi oltre cinquant'anni assicurano al nuovo nato un'accudienza meticolosa, pur non senza apprensioni da parte dello staff in considerazione della sua veneranda età. Eppure, l'istinto di protezione di mamma ippopotamo è sempre vivo: quando deve uscire dall'acqua per nutrirsi di erba preferisce non avere altri intorno e - un pò instabile sulle sue picco-



È nato un baby ippopotamo!



@parconaturaviva

**FAMILY
PARK**
FINO AI 5 ANNI INGRESSO GRATIS

APERTO TUTTI I GIORNI

Scopri gli animali del mondo! Una passeggiata alla scoperta della natura. Aree gioco, aree picnic e punti ristoro all'aria aperta ti aspettano per una giornata indimenticabile.

LAGO DI GARDA, VERONA
WWW.PARCONATURAVIVA.IT



**PARCO
NATURA
VIVA** Nature,
all ways.

EVENTI

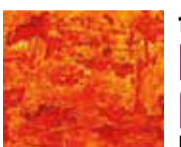
ARTE/MUSEI



dal 18 maggio
**OSPITI FUORI
DAL COMUNE**
Ritratto di W.A.
Mozart all'età di 13
anni

Verona - Museo di Castelvecchio

Per alcuni mesi sarà osservabile, nel percorso espositivo del Museo di Castelvecchio, il celebre dipinto "Ritratto di W.A. Mozart all'età di 13 anni", un'opera su tela datata 1770 attribuita al pittore veronese Giambettino Cignaroli. Ospiti fuori dal Comune è un ciclo di mostre dedicato a capolavori in prestito da collezioni italiane ed estere.



fino al 29 agosto
**IL RISVEGLIO
DEL LAGO**
Malcesine e Garda

Presentate le opere più recenti dell'artista veronese Fernando Pietropoli, di stile lirico- astratto, con un ampio spazio dedicato anche alla pittura figurativa, in omaggio al lago di Garda. Ingresso libero. Dal 9 al 15 agosto presso il Palazzo dei Capitani di Malcesine. Dal 16 al 29 agosto presso il Palazzo Carlotti di Garda.



fino al 31 agosto
**ESCODENTRO -
OUTINSIDE**
di Andrea Facco
Verona - Galleria d'Arte
Moderna Achille Forti

È l'artista Andrea Facco a rappresentare la GAM alla 16esima Giornata del Contemporaneo. Primo esperimento dell'artista di "video-pittura" realizzato attraverso 40 immagini dipinte su tela, l'una contenente l'immagine successiva, l'opera Escodentro - Outinside verrà trasmessa in "primaparete" alla Galleria, dove saranno esposte anche alcune delle opere protagoniste dell'artista.



fino al 26 settembre
**IL FASCINO DEI
VETRI ROMANI**
Verona - Museo
Archeologico al Teatro
Romano

Occasione per vedere dal vivo i parallelismi che intercorrono tra le opere dell'architetto veneziano Carlo Scarpa e gli antichi vasi che, per molti aspetti, sono stati i modelli ispiratori di molte creazioni vetrarie del Novecento. La mostra è visitabile con il biglietto d'ingresso al Museo.



fino al 15 agosto
ARTE: EMOZIONE
Palazzina Storica di
Peschiera del Garda

Oltre 40 lavori di artisti contemporanei e storici provenienti da tutta Italia. Tema dominante il colore e l'estasi della pittura. Le varie sezioni della mostra comprenderanno anche fotografia e scultura. Ingresso gratuito dal lunedì al venerdì dalle 15 alle 19 e il sabato e la domenica dalle 10 alle 12 e dalle 15 alle 19.



fino al 27 settembre
**LINEA TERRA
ACQUA**
Verona - parco di Villa
Buri

Quarta edizione del parco di arte e natura dell'Accademia di Belle Arti di Verona. Il tema di quest'anno è "il Nido" quale spazio di rifugio, recupero, crescita e tutela, per una fruizione consapevole e culturale del territorio. Ingresso libero tutti i giorni dalle 8 alle 20.

ARTE/MUSEI



fino al 30 settembre
**CONTEMPORANEO
NON-STOP**
Il respiro della
natura

Verona - Galleria d'Arte Moderna Achille Forti

Un approccio aperto nei riguardi del mondo che gli artisti evocano vivendo un'esperienza empatica e conoscitiva: l'allestimento è occasione per valorizzare le opere degli artisti ma anche per far conoscere l'architettura di una parte del palazzo per la prima volta aperta al pubblico. Il respiro della natura intende sviluppare una riflessione intorno alla Natura, bivalente nella sua azione creatrice o distruttrice.



fino al 30 settembre
HARMONICES
Verona
Spazio Cordis

Mostra personale di Jacopo Mazzonelli, che raccoglie una selezione di opere recenti e alcuni pezzi inediti. Una ricerca sull'interpretazione e visualizzazione della dimensione sonora attraverso sculture, assemblaggi e installazioni che indagano l'ampia zona di confine tra arti visive e musica. Per info su modalità di ingresso e giorni di apertura: www.spaziocordis.com



fino al 3 ottobre
**TRA DANTE E
SHAKESPEARE**
Il mito di Verona
Verona - Galleria d'Arte
Moderna Achille Forti

Omaggio all'esilio veronese di Dante e al legame tra Verona e il Poeta che, nel corso dei secoli, continuò ad alimentarsi dando origine a una ricca produzione artistica. Una selezione di oltre 100 opere tra dipinti, sculture, opere su carta, tessuti e testimonianze materiali dell'epoca scaligera, in un arco cronologico tra Trecento e Ottocento.



fino al 3 ottobre
**L'INFERNO
DI MAZUR**
Dante negli archivi

Verona - Museo di Castelvecchio

In occasione del Settimo Centenario della morte di Dante, viene mostrato il nucleo delle opere dello statunitense Michael Mazur in una mostra monografica, 41 acqueforti e acquerinti ispirate alla prima cantica. Aperto da martedì a domenica dalle 12 alle 19. Obbligatorio acquisto biglietto online su museiverona.com.



fino al 31 dicembre
LA MANO CHE CREA
Verona - Galleria d'Arte
Moderna Achille Forti

La mostra "La mano che crea. La galleria pubblica di Ugo Zannoni (1836-1919) scultore, collezionista e mecenate" offre uno studio dedicato all'artista e al tema del mecenatismo. Circa 200 opere in esposizione. Aperto da martedì a domenica dalle 12 alle 19 con numero di ingressi limitato. Obbligatorio acquisto biglietto online su museiverona.com.



fino a marzo 2024
**CONTEMPORANEE/
CONTEMPORANEI**
Verona
Polo Santa Marta

Più di 80 artisti italiani e internazionali per il progetto espositivo allestito negli spazi del Polo Santa Marta e in altre sedi dell'Università di Verona. La mostra vuole anche essere un progetto di sensibilizzazione e formazione all'arte contemporanea.

ITINERARI



fino a ottobre
**VISITE GUIDATE
GRATUITE**
sui luoghi
della tradizione
dantesca
Verona

In occasione della mostra diffusa per il VII centenario dantesco a Verona, che valorizza e approfondisce i luoghi veronesi testimoni della presenza e della tradizione dantesca, i musei civici di Verona propongono delle visite guidate gratuite in presenza ai luoghi della mostra. Itinerario 1: da San Zeno a Porta Borsari, 14-28 agosto, 11-25 settembre, ore 10. Itinerario 2: nel cuore della città, 7-21 agosto, 4-18 settembre, 2 ottobre, ore 10. Prenotazione obbligatoria, posti limitati.

FAMIGLIE



fino al 12 agosto
**LA CITTÀ
DEI RAGAZZI**
Verona - Forte Gisella

Anche i bambini tornano a teatro. Forte Gisella si trasformerà in un palcoscenico a cielo aperto per piccoli e famiglie. Per l'estate sono previsti 8 spettacoli, un viaggio all'insegna del teatro d'autore a misura di ragazzo. L'ingresso è gratuito per i bambini fino ai 3 anni. Gli spettacoli inizieranno alle 21, mentre la biglietteria aprirà alle 20. Per maggiori informazioni sul programma e per l'acquisto dei biglietti online, visitare il sito www.fondazioneaida.it/rassegna/la-citta-dei-ragazzi-2021/



fino al 28 settembre
I COLORI DEL PARCO
Verona - Parco Santa
Teresa

Giornate all'aperto con letture animate, recitate, prestito di libri, percorsi musicali, piccoli lavori di manutenzione del verde che hanno come obiettivi di coinvolgere i giovani e gli adulti del quartiere. Oltre agli incontri quindicinali si propongono intrecci culturali e non mancheranno le Feste dedicate a tutta la cittadinanza: una giornata dedicata alla disabilità e a settembre la Festa di tutti i colori. Il percorso animato dalle tematiche del viaggio, della natura, delle fiabe e dell'amicizia si terrà il 3-17-31 agosto e il 14-25-28 settembre. Per informazioni www.parcosantateresa.it.



fino al 22 settembre
DANTE TRA NOI
Verona

Spettacoli gratuiti nei parchi cittadini: Dante arriva nei quartieri sotto forma di burattino gigante. Sarà un Dante come non lo abbiamo mai visto prima e, soprattutto, impossibile da non notare. E infatti alto 4 metri il burattino che vestirà i panni dell'Alighieri e che, animato dall'interno da un figurante, sarà al centro di una rappresentazione coinvolgente eseguita dall'associazione culturale Nuova Acropoli Verona Odv. Prossimi appuntamenti: l'11 agosto alle 18.30 alla Polisportiva Valpantena via L. Da Quinto (8° Circoscrizione); il 25 agosto alle 17.30 a Porto S. Pancrazio in via Paolo Sarpi (7° Circoscrizione); l'17 settembre alle 18.30 al parco S. Marco di Borgo Venezia in via Plinio, 5 (6° Circoscrizione); l'8 settembre alle 18 al Parco in via Alvisè da Mosto al Saval (3° Circoscrizione); il 22 settembre alle 18 al campo Giochi in via Carisio a Santa Lucia (4° Circoscrizione). Per informazioni: tel. 3807689599 - verona@nuovaacropoli.it - verona.nuovaacropoli.it

FIERE



dal 31 agosto al 3
settembre
CIBUS 2021
Fiera di Parma

Evento di riferimento dell'agroalimentare italiano, una grande vetrina internazionale con convegni e tavole rotonde su temi di attualità in ambito Food and Retail.



4-5 settembre
**MODEL EXPO
ITALY e
ELETTROEXPO**

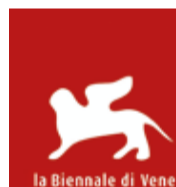
Veronafiere

La fiera del modellismo n.1 in Italia torna a Verona. Due giorni dedicati al modellismo statico, al modellismo dinamico e al gioco. Oltre 100 eventi tra laboratori e spettacoli, 450 espositori e 10 aree tematiche. In contemporanea un padiglione dedicato ad Elettroexpo, fiera dell'elettronica, dell'informatica e del radioamatore.



3-4-5 settembre
PLAY
Festival del gioco
Modena - Fiera

La più grande convention italiana dove il gioco è protagonista. Giochi da tavolo, di ruolo, di carte collezionabili, di miniature, giochi dal vivo e tanto altro. La 12esima edizione avrà come tema "Rivincita!", un messaggio positivo di ripresa e ripartenza. L'obiettivo è tornare a giocare in presenza nel segno della sicurezza.



fino al 21 novembre
**BIENNALE
ARCHITETTURA**
How will we live
together?
Venezia - Giardini,
Arsenale e Forte
Marghera

Mostra Internazionale, quest'anno curata dall'architetto Hashim Sarkis. Opere di 112 partecipanti da 46 paesi con una maggiore rappresentanza da Africa, America Latina e Asia e con un'ampia rappresentanza femminile. Quest'anno la Biennale incrocerà il Festival Internazionale di Danza Contemporanea dal 23 luglio all'1 agosto ospitando in Arsenale installazioni e danzatori-coreografi.

CINEMA



dal 20 al 29 agosto
**FILM FESTIVAL
DELLA LESSINIA**
Bosco Chiesanuova

Concorso cinematografico internazionale esclusivamente dedicato a cortometraggi, documentari, lungometraggi e film d'animazione sulla vita, la storia e le tradizioni in montagna. Al programma cinematografico fanno da contorno eventi speciali, retrospettive, ospiti internazionali, mostre, incontri e dibattiti sul tema della vita in montagna.

SPORT



dal 24 al 28 agosto
**EUROPEI UNDER 23
DI BASEBALL**

Verona - impianto "Mario Gavagnin" e San Martino Buon Albergo

Otto squadre europee che si incontreranno in campo per contendersi la vittoria del campionato. Attesi tra i 1.500 e i 2.000 spettatori.

SEGUICI ANCHE ONLINE
www.lanotizia.news



SFOGLIA QUESTO NUMERO
ANCHE SUL TUO SMARTPHONE



LaNotizia.news

SANITÀ - SALUTE - BENESSERE

INSERTO
SPECIALE

in collaborazione con l'Ufficio Stampa della



AZIENDA OSPEDALIERA UNIVERSITARIA INTEGRATA
VERONA



SUPPORTO E CURE SEMPRE MIGLIORI AI MALATI RARI

Grazie allo Screening Neonatale Esteso sono stati diagnosticati 90 neonati con patologie metaboliche ereditarie e presi in carico 400 pazienti tra adulti e bambini con nuove diagnosi

pag 10



PROGETTO SENTINELLA: IDENTIFICA, TRACCIA, PREVIENI E CURA

Il progetto, iniziato a novembre 2020 e concluso a giugno, è nato per individuare precocemente l'eventuale positività al Covid-19 in soggetti considerati a maggior rischio, come autisti, tassisti, cassiere e anziani

pag 12-13



APPROCCIO MICRO- INVASIVO CON SISTEMA ANGIOVAC

Eccezionale intervento effettuato dalla Cardiocirurgia dell'AOUI: una massa tumorale all'interno del cuore è stata asportata senza aprire il torace

pag 14

UN AMBULATORIO PER LE CONSEGUENZE POST COVID

pag 14

PRENOTAZIONE VACCINO COVID-19

vaccinocovid.regione.veneto.it/ulss9

DATI AGGIORNATI VACCINAZIONI VENETO

regione.veneto.it/dati-vaccinazioni/

NUMERI UTILI

CENTRALINO
045.81 21 111

PRENOTAZIONI
045.81 21 212

EMERGENZE
118

UFFICIO RELAZIONI CON IL PUBBLICO

SEDE DI BORGO TRENTO:
045.81 22 178

SEDE DI BORGO ROMA:
045.81 24 848

tuogadget.com

www.tuogadget.com - 051.4859792



Porta Badge Classic
500 pezzi, stampa in quadricromia
solo € 0,64 + iva cad. (Min. 50 pz.)



Gel Igienizzante Spray 50 ml
100 pezzi, stampa 1 colore inclusa
solo € 1,93 + iva cad. (Min. 50 pz.)



Mascherina biodegradabile
500 pezzi - Dispositivo Medico CE
solo € 0,59 + iva cad. (Min. 100 pz.)



Mascherine FFP2 Nere
ad esempio 200 pezzi
solo € 0,57 + iva cad. (Min. 25 pz.)

MALATTIE METABOLICHE EREDITARIE

Nel nostro paese i malati rari sono circa 2 milioni

SUPPORTO E CURE SEMPRE MIGLIORI AI MALATI RARI

L'Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Verona è in prima linea per la cura delle patologie rare, grazie all'equipe dell'Unità Operativa di Malattie Metaboliche Ereditarie.

Dal 2014 grazie allo Screening Neonatale Esteso sono stati diagnosticati 90 neonati con patologie metaboliche ereditarie e presi in carico 400 pazienti tra adulti e bambini con nuove diagnosi.

A CURA DEL DOTT.
ANDREA BORDUGO



lungo e doloroso. Poi, una volta fatta la diagnosi, è difficile trovare centri competenti che siano all'altezza di fornire cure e supporto. In questi ultimi anni però si è sviluppata una maggiore consapevolezza su queste malattie e i pazienti possono contare su tutta una serie di supporti sia di tipo assistenziale che burocratico che rende la loro vita meno difficile da vivere.

Malattie Metaboliche Ereditarie, malattie rare, spesso con nomi impronunciabili, poco note anche agli stessi medici. Malattie implacabili ma con cui si può imparare a convivere anche con una buona qualità di vita se presto vengono iniziate diete e terapie farmacologiche.

L'EQUIPE DELL'UNITÀ OPERATIVA DI MALATTIE METABOLICHE EREDITARIE

L'Azienda Ospedaliera Universitaria

Pediatra ora in formazione presso il Great Ormond Street for Sick Children Hospital di Londra. Inoltre la dr.ssa Margherita Lucia De Bernardi medico in formazione in Genetica presso la Federico II di Napoli concluderà progetto collaborativo di tesi sulla glicogenosi e il dr Guido Zago Pediatra in formazione condurrà progetto di lavoro europeo su U-IMD.

SCREENING NEONATALE ESTESO

Da gennaio 2014 a Verona è iniziato un grande progetto grazie ad una apposita Legge Regionale che ha attivato lo **Screening Neonatale Esteso** facendo del Veneto una delle regioni pilota in Italia.

Successivamente la legge nazionale 167/2016 ha reso obbligatorio lo Screening Neonatale Esteso su tutto il territorio nazionale.

Da una goccia di sangue prelevata dal tallone dei neonati a 48 ore di vita si possono diagnosticare

screening neonatale allargato ed inoltre presi in carico 400 pazienti tra adulti e bambini con nuove diagnosi o ancora in cerca di una diagnosi. In base alle condizioni cliniche vengono ricoverati in Terapia Intensiva Neonatale o Pediatrica, in reparto di Pediatria C o presso la struttura ambulatoriale/Day Hospital del padiglione 29 al II e III piano, Ospedale Donna e Bambino.

LE CURE

Le cure che ricevono i pazienti affetti da queste patologie sono altamente complesse e specialistiche e sono in continua evoluzione. Da qui la necessità di mantenere sempre degli standard molto elevati. Questo è possibile solo grazie alla collaborazione tra specialisti.

Grazie ad un importante lavoro di rete che coinvolge non solo i presidi ospedalieri e i pediatri di famiglia e medici di medicina generale del Veneto ma anche del

Friuli e dell'Alto Adige, i bambini e gli adulti con malattie metaboliche rare possono ricevere cure vicino a casa e anche a domicilio. In questo senso l'attivazione dello strumento della Telemedicina ha consentito di mantenere i contatti ed elevati livelli di assistenza anche durante questo difficile periodo di epidemia Covid.

GRUPPO INTERDISCIPLINARE MALATTIE METABOLICHE EREDITARIE (GIMME)

La collaborazione e il contributo con gli specialisti di malattie metaboliche ereditarie dell'adulto e pediatriche, ha portato alla nascita del Gruppo Interdisciplinare Malattie Metaboliche Ereditarie (GIMME) che quest'anno ha avuto un riconoscimento ufficiale all'interno della nostra Azienda Ospedaliera. Coinvolti in particolare la Neurologia B, la Medicina d'Urgenza, la Diabetologia e la Neuropsichiatria Infantile.

Una malattia si definisce 'rara' quando la sua prevalenza, intesa come il numero di casi presenti in una determinata popolazione, non supera una soglia stabilita. In UE la soglia è fissata in **5 casi su 10.000 persone**.

Il numero di malattie rare conosciute e diagnosticate oscilla tra le 7.000 e le 8.000, ma è una cifra che cresce con l'avanzare delle possibilità diagnostiche e delle conoscenze scientifiche.

Non si tratta quindi di pochi malati, ma di milioni di persone in Italia e addirittura decine di milioni in tutta Europa.

LE MALATTIE RARE IN ITALIA

Secondo la rete Orphanet Italia, nel nostro Paese i malati rari sono circa 2 milioni: nel 70% dei casi si tratta di pazienti in età pediatrica.

Ogni anno sono circa **19.000 i nuovi casi segnalati** dalle oltre 200 strutture sanitarie diffuse in tutta Italia. Nella fascia pediatrica le malattie rare che si manifestano con maggiore frequenza sono le malformazioni congenite (45%), le malattie delle ghiandole endocrine, della nutrizione o del metabolismo e i disturbi immunitari (20%).

Per i pazienti in età adulta, invece, le malattie rare più frequenti appartengono al gruppo delle patologie del sistema nervoso e degli organi di senso (29%) o del sangue e degli organi ematopoietici (18%).

LE DIFFICOLTÀ VISSUTE

Avere una malattia rara significa prima di tutto vivere la difficoltà di arrivare ad una diagnosi precisa. Il percorso diagnostico è



A sinistra, un momento dello Screening Neonatale Esteso.

A destra, alcuni membri dell'associazione Dravet Italia Onlus, attiva per migliorare la qualità della vita dei bambini affetti dalla grave forma di epilessia chiamata "Sindrome di Dravet".

ria Integrata di Verona è impegnata in prima linea per la cura di queste patologie: nell'Unità Operativa Complessa di Pediatria diretta dal Professor Giorgio Piacentini, presso il nuovissimo Ospedale della Donna e del Bambino di Borgo Trento, è cresciuta l'**Unità Operativa di Malattie Metaboliche Ereditarie** coordinata dal Dott. Andrea Bordugo e attualmente composta da Giulia Rodella, genetista, Alice Dianin, dietista metabolica, Anna Rosso dietista borsista, Irene Monge data manager e filosofa della narrazione, Sarah Carcereri, psicologa. A breve il gruppo si arricchirà anche della presenza della dr.ssa Martina Messina,

più di 40 malattie potenzialmente gravi ma che, se trattate con farmaci e diete particolari, possono essere controllate evitando danni permanenti soprattutto di tipo neurologico. Fulcro del primo sospetto di malattia e dell'invio presso l'Unità Operativa di Malattie Metaboliche Ereditarie è il **Laboratorio di Screening Neonatale** presso il LURM di Borgo Roma dove opera, grazie ad apparecchiature molto sofisticate, il team di biologi, biochimici e tecnici coordinato dalla Dott.ssa Marta Camilot.

In sei anni sono stati diagnosticati novanta neonati con patologie metaboliche ereditarie grazie allo



7/8.000

le malattie rare conosciute e diagnosticate

2 milioni

italiani che hanno una malattia rara

70%

dei malati rari sono pazienti in età pediatrica

19 mila

nuovi casi segnalati ogni anno

90

neonati con patologie metaboliche ereditarie identificate grazie allo Screening Neonatale Esteso in sei anni

I SUCCESSI DELL'AOUI

L'Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Verona è stata inoltre inserita, grazie agli standard elevati di diagnosi e cura, nella rete europea delle malattie metaboliche rare, Metab ERN, che riunisce i maggiori centri esperti per le malattie metaboliche rare a livello europeo. Grazie alla bellissima collaborazione con AISMME (Associazione Italiana Sostegno Malattie Metaboliche Ereditarie) che supporta il team coordinato dal dr Bordugo con borse di studio e assegni di ricerca si sono realizzati importanti progetti educativi che hanno coinvolto non solo i pazienti ma anche realtà territoriali come le scuole e i servizi di mense scolastiche.

Grandi sfide ci aspettano per il futuro con nuove terapie che cambieranno la vita anche di pazienti prima destinati a morte sicura.

Questo dovrà andare di pari passo anche con la nostra capacità di garantire qualità di vita adeguata e supporto nelle difficoltà quotidiane. Obiettivi che si possono raggiungere solo creando collaborazioni efficaci e positive tra Azienda Ospedaliera e realtà territoriale.

Mai come in questo momento sarà fondamentale credere in progetti visionari che sappiano creare nuove motivazioni ed entusiasmo.



ŠKODA

KAROQ

KAMIQ

KODIAQ

CON L'OFFERTA **K SUMMER**
FINO A 5.500 € DI VANTAGGI SU KAROQ, KAMIQ E KODIAQ.

ŠKODA KAMIQ Ambition 1.0 G-TEC 90 CV: Prezzo di Listino € 23.890, Prezzo Promozionato € 19.200,00. ŠKODA KAROQ S-TECH 1.0 TSI 110 CV: Prezzo di Listino € 28.900, Prezzo Promozionato € 23.900,00. ŠKODA KODIAQ Executive 1.5 TSI 150 CV: Prezzo di Listino € 32.250, Prezzo Promozionato € 26.750,00. Prezzi promozionati (chiavi in mano, IPT esclusa) validi fino al 31/8/2021 in caso di permuta o rottamazione con contributo della marca ŠKODA e delle Concessionarie ŠKODA aderenti all'iniziativa. Le vetture raffigurate sono indicative dei rispettivi modelli e possono contenere equipaggiamenti opzionali a pagamento. **KAMIQ:** Consumo di carburante di prova combinato (Min-Max) (l/100 km) 5,8 - 6,3. Emissioni CO₂ ciclo di prova Combinato (Min-Max) (g/km) 132,8 - 144. Dati riferiti a ŠKODA KAMIQ 1.5 TSI 110kW (150 CV) DSG. **KAROQ:** Consumo di carburante di prova combinato (Min-Max) (l/100 km) 6,2 - 6,9. Dati riferiti a ŠKODA KAROQ 1.5 TSI 110kW (150 CV) manuale. Emissioni CO₂ ciclo di prova combinato (Min-Max) (g/km) 147,7 - 164. Dati riferiti a ŠKODA KAROQ 2.0 TDI 110kW (150 CV) 4x4 DSG. **KODIAQ:** Consumo di carburante di prova combinato (Min-Max) (l/100 km) 8,2 - 8,4. Emissioni CO₂ ciclo di prova combinato (Min-Max) (g/km) 185,1 - 191. Dati riferiti a ŠKODA KODIAQ 7 posti 2.0 TSI 140kW (190 CV) DSG 4x4. I valori indicativi relativi al consumo di carburante e alle emissioni di CO₂ sono rilevati dal Costruttore in base al metodo di omologazione WLTP (Regolamento UE 2017/1151 e ss.mm.ii.). Eventuali equipaggiamenti aggiuntivi, lo stile di guida e altri fattori non tecnici, possono modificare i predetti valori. Per ulteriori informazioni sui predetti valori, vi invitiamo a rivolgervi ai Concessionari ŠKODA, dove è disponibile gratuitamente presso ogni concessionaria una guida relativa al risparmio di carburante e alle emissioni di CO₂, che riporta i valori inerenti a tutti i nuovi modelli di veicoli.

ŠKODA. Simply Clever.

skoda-auto.it    

ŠKODA Financial Services finanzia la vostra ŠKODA

NUOVA VERONAUTO SRL
 Via Gardesane, 13 - VERONA - Tel. 045 890 22 11
www.nuovaveronauto.it/info@nuovaveronauto.it

LOTTA AL COVID-19

Il progetto, iniziato a novembre 2020 e concluso a giugno, è nato per individuare precocemente l'eventualità

PROGETTO SENTINELLA: IDENTIFICAZIONE

1922 veronesi sono stati sottoposti a controllo periodico con tampone molecolare. I partecipanti sono stati seguiti per circa 6 mesi.

Il 29 giugno scorso si è concluso il progetto "Sentinella: identifica - traccia - previeni - cura". Il progetto, iniziato a novembre 2020 e finanziato dal Comune di Verona, aveva il compito di individuare precocemente i soggetti positivi al SARS-CoV-2 in soggetti residenti/domiciliati/lavoratori nel Comune di Verona considerati a maggior rischio di contrarre l'infezione da SARS-CoV-2 e non inclusi nei programmi di screening già attivi nella Regione Veneto.

I SOGGETTI COINVOLTI

Promosso e finanziato dal Comune di Verona, il progetto è stato reso possibile grazie alla collaborazione tra l'Università, l'Azienda Ospedaliera, l'ULSS9 e la Caritas. L'intervento si è integrato nella programmazione regionale di Fase 3 ed in particolare è stato rivolto a popolazioni cosiddette "sentinella" comprendenti donne con età maggiore di 75 anni, uomini con età maggiore di 65 anni, lavoratori dei servizi sociali, conducenti di mezzi

“Eravamo davvero preoccupate di lavorare in ospedale e rientrare a casa la sera dalle nostre famiglie, ma grazie a Sentinella abbiamo potuto controllarci frequentemente”

Operatrice delle pulizie in ambiente ospedaliero

pubblici ATV e taxi, banchisti di supermercato, studenti fuori sede alloggiati nelle residenze universitarie ESU, operatori della ristorazione e di pulizie di strutture sanitarie, ricercatori (non medici) ospedalieri e soggetti senza fissa dimora.

Grazie al progetto Sentinella, **1922 soggetti** sono stati sottoposti a controllo periodico con tampone molecolare per SARS-CoV-2. La popolazione più anziana è stata campionata con tecnica random ("selezione casuale") in base alla circoscrizione di appartenenza ed invitata a partecipare tramite lettera postale mentre le categorie dei lavoratori sono state informate ed invitate all'adesione tramite informative fornite dalla Medicina del Lavoro. I partecipanti sono stati seguiti per un periodo di circa 6 mesi mediante l'esecuzione del tampone molecolare per SARS-CoV-2 a cadenza regolare ogni 3 settimane ed a sierologia (anticorpi Anti-Spike) al primo contatto e all'ultimo.

LA COOPERAZIONE CON LA CARITAS

La cooperazione con la Caritas ha permesso l'attuazione di un servizio unico in tutta Italia dedicato ai soggetti senza

“Grazie per la possibilità di lavorare in tranquillità e garantire la mia sicurezza e quella dei miei passeggeri”

Tassista

fissa dimora i quali, come ogni anno, all'inizio della stagione invernale richiedono di poter essere ospitati presso i centri di accoglienza della città: i soggetti che si sono presentati presso il centro Caritas sito al Tempio Votivo sono stati sottoposti ad un tampone antigenico rapido nonché al tampone molecolare. In caso di positività al rapido, i soggetti venivano inviati nelle strutture predisposte per la quarantena e gli operatori venivano avvisati tempestivamente per garantire l'isolamento ed evitare l'ulteriore diffusione della infezione da SARS-CoV-2.

QUATTRO AMBULATORI SPECIALIZZATI

Ai partecipanti è stata offerta la possibilità di eseguire il tampone in 4 ambulatori



sul territorio: due presso gli ospedali di Borgo Trento e Borgo Roma, uno situato presso il Distretto Sanitario di Borgo Venezia ed il quarto presso il tempio votivo vicino alla stazione FS per acconsentire ai tassisti una comoda fermata durante l'orario di lavoro. Per andare incontro alle esigenze degli autisti dei mezzi pubblici, è stato inoltre allestito e gestito un ambulatorio con attività giornaliera presso la sede centrale. Inoltre, per i soggetti con particolari difficoltà a recarsi presso gli ambulatori dedicati, è stato messo a disposizione un servizio con l'esecuzione del tampone direttamente presso il domicilio.

CONSULENZA E SUPPORTO AI SOGGETTI POSITIVI

I soggetti risultati positivi asintomatici o paucisintomatici, posti in isolamento domiciliare fiduciario secondo le direttive regionali, hanno usufruito delle consulenze telefoniche da parte di uno specialista in Malattie Infettive. Inoltre, il team multidisciplinare di Sentinella ha fornito un sostegno psicologico strutturato con specialisti per via telematica. In caso di prolungata positività al tampone molecolare in assenza

di sintomi, ai lavoratori è stata offerta una consulenza con un medico specialista in Medicina del Lavoro.

“Sono molto soddisfatto del servizio del Comune di Verona che mi ha permesso di lavorare con serenità”

Autista ATV

RISULTATI RILEVANTI

La coorte Sentinella ha incluso nei 6 mesi di studio 1922 individui: 853 donne; età media 48 anni, range 31 - 65; 350 senza fissa dimora, 260 ricercatori, 246 addetti alle pulizie della struttura sanitaria, 211 uomini con età maggiore di 65 anni, 199 autisti, 181 lavoratori dei servizi sociali, 138 studenti, 99 donne con età maggiore di 75 anni, 62 banchisti di supermercato, 59 addetti alla ristorazione dell'Azienda Ospedaliera, 43 tassisti e 74 persone appartenenti a categorie quali lavoratori presso fast-food, estetisti e parrucchieri.

In totale sono stati eseguiti



VNA Aziende della Comunicazione Unite



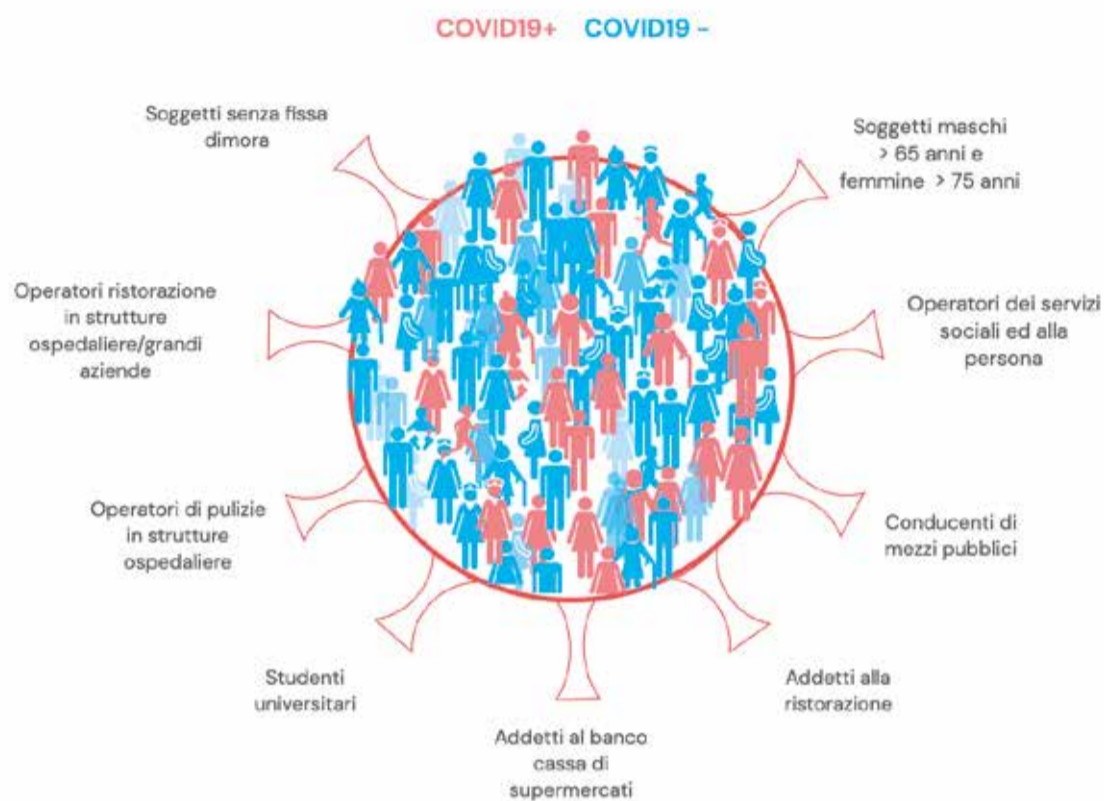
STRATEGIE DI COMUNICAZIONE

pubblidea

tel. 045 8200506
www.pubblidea.net
info@pubblidea.net

ale positività al Covid-19 in soggetti considerati a maggior rischio, come autisti, tassisti, cassiere e anziani

FICA, TRACCIA, PREVIENI E CURA



9797 tamponi ed identificati un totale di 114 soggetti prevalentemente asintomatici positivi con una prevalenza generale di nuovi casi del 11,6%. Di questi, un paziente è stato ricoverato presso l'Unità di Malattie Infettive dell'Ospedale di Borgo Roma. Nei 350 soggetti senza fissa dimora sono stati effettuati 541 tamponi molecolari che hanno identificato 45 individui asintomatici positivi con una prevalenza del 12,8%. Nelle altre categorie incluse in Sentinella la prevalenza più elevata di asintomatici positivi è stata rilevata nei banchisti di supermercato (9,7%) e negli operatori delle pulizie dell'Azienda Ospedaliera (8,1%).

A partire da gennaio 2021, in concomitanza con l'inizio della campagna vaccinale regionale per SARS-CoV-2, il progetto Sentinella ha continuato a

“Dovendo gestire i nipotini avevo bisogno di essere sempre tranquillo sul mio stato di salute”

Anziano

monitorare i partecipanti fino a fine maggio; 874 (56%) soggetti della coorte sono stati vaccinati.

CONCLUSIONE DEL PROGETTO

In totale sono stati eseguiti presso il Laboratorio Analisi 2716 test sierologici; 1562 all'inizio e 1154 al termine del progetto. Alla fine della sorveglianza, i soggetti che avevano sviluppato un titolo anticorpale positivo erano 854 (44% della coorte totale) di cui 711

(81% del totale dei vaccinati) a seguito della vaccinazione (una o due dosi) e 143 (7,4% della popolazione totale) presentavano immunità naturale. Tra i 69 pazienti in quarantena, non appartenente alla categoria dei senza fissa dimora, 53 sono stati contattati per un primo supporto psicologico con modalità telematica e per valutare la presenza di un eventuale disagio psicologico o patologia psichiatrica. Tra i soggetti valutati, 10 presentavano un disagio psicologico clinicamente significativo (18,9%). A tali soggetti è stato offerto un supporto psicologico più strutturato, attraverso un modello di intervento psicosociale sviluppato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, chiamato **Self Help Plus (SH+)**. Tale supporto, che ha previsto

“Veramente utile il supporto psicologico”

Soggetto asintomatico positivo

una serie di incontri in modalità telematica con psicologhe adeguatamente formate, ha evidenziato un notevole miglioramento del benessere psicologico dei soggetti coinvolti. Tramite somministrazione di apposito questionario di Medicina del Lavoro, sono stati raggiunti 455 lavoratori appartenenti ai settori soprariportati, al fine di verificare alcune tematiche di interesse lavorativo, quali l'uso dei Dispositivi di Protezione individuale, l'informazione e la formazione, la gestione degli indumenti da lavoro.

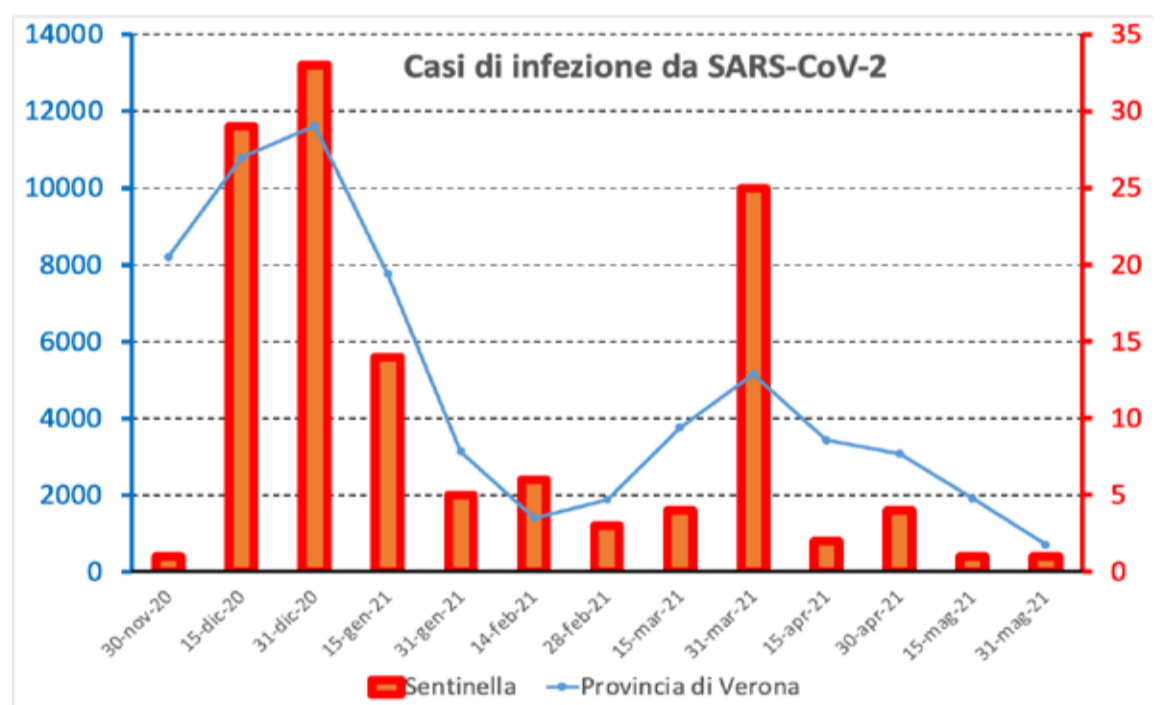


Grafico di comparazione tra i casi di infezione rilevati dal progetto sentinella e il numero di contagi nella provincia di Verona. In alto a sinistra, i soggetti sottoposti a controllo periodico.

Da 20 anni
nelle case dei veronesi

Prenota il tuo appuntamento

www.magazzinodelparquet.com



Magazzino del
PARQUET
SOLUZIONI E MATERIALI PER PAVIMENTI

INTERVENTI DI SUCCESSO

Una massa tumorale all'interno del cuore è stata asportata senza aprire il torace

APPROCCIO MICRO-INVASIVO CON SISTEMA **ANGIOVAC**

Eccezionale intervento effettuato dalla Cardiocirurgia dell'Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Verona. L'innovativa tecnica viene eseguita solo nei centri di cardiocirurgia più all'avanguardia nel mondo.

Il Prof. Giuseppe Faggian direttore dell'Unità Operativa di Cardiocirurgia dell'Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Verona assistito dal Dott. Livio San Biagio, coadiuvato dalla cardio-anestesista Dott.ssa Elena Falcioni e dai tecnici della perfusione extracorporea e dal personale infermieristico, ha eseguito il delicato intervento, che ha riguardato l'asportazione di una massa trombotica di origine tumorale di oltre 7 cm dall'atrio destro del cuore in un paziente di 57 anni che è stato sottoposto ad un approccio micro-invasivo con sistema AngioVac, che ha permesso di asportare completamente la massa senza aprire il torace.

SISTEMA ANGIOVAC

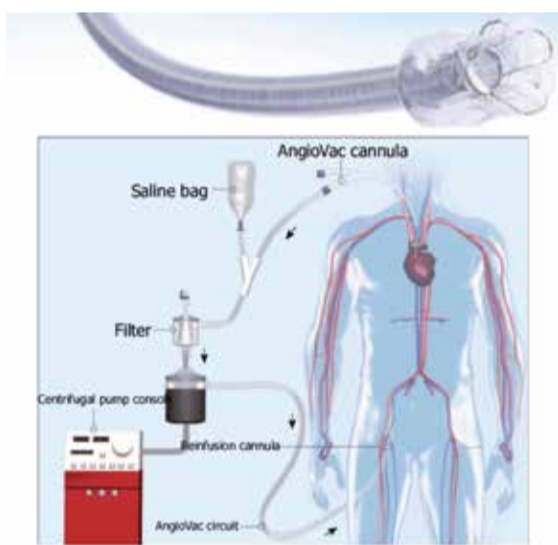
La tecnica utilizzata prevede l'introduzione di una cannula in atrio destro dalla vena giugulare interna del collo, che consente di aspirare il materiale trombotico intracardiaco con una procedura mini invasiva. Il materiale rimosso viene raccolto in un apposito filtro ed il sangue aspirato viene reinfuso istantaneamente al paziente

con una pompa centrifuga attraverso un'altra via venosa inguinale, senza perdite ematiche mantenendo un perfetto equilibrio emodinamico.

Dopo esser entrato in sala operatoria il paziente è stato preparato da cardioanestesisti e infermieri con il posizionamento di cateteri arteriosi e venosi, l'intubazione oro-tracheale ed il posizionamento della sonda ecografica trans esofagea per ottenere le immagini dell'interno del cuore e guidare i cardiocirurghi durante la procedura. I cardiocirurghi in collaborazione con i cardioanestesisti ed i perfusionisti hanno configurato il sistema AngioVac, che permette la rimozione della massa dall'interno del cuore, senza aprire il torace, a cuore battente, senza l'ausilio della circolazione extracorporea totale, con una sola micro incisione a livello del collo e dell'inguine. Il nuovo approccio con l'inserimento della cannula di aspirazione a livello di una vena del collo, collegata ad una pompa centrifuga e ad un filtro ha permesso l'aspirazione ad alto flusso del tumore. Il sangue



Nella foto in alto, il Prof. Giuseppe Faggian e la Dott.ssa Elena Falcioni controllano attraverso l'eco trans-esofageo l'asportazione completa della massa.



A sinistra, in alto, la cannula Angiovac che viene inserita dal collo nel cuore per l'aspirazione della massa. In basso, il circuito di aspirazione Angiovac completo.

aspirato dall'interno del cuore durante l'intervento chirurgico è stato filtrato e re-immesso nel circolo venoso attraverso un'altra cannula posta all'altezza della vena femorale.

VERONA CENTRO D'AVANGUARDIA

Il nuovo approccio chirurgico micro-invasivo permette l'asportazione di masse intracardiache tumorali, trombotiche e di origine infettiva (vegetazioni intracardiache e valvolari) senza aprire il torace. L'innovativa tecnica viene eseguita solo nei centri di cardiocirurgia più all'avanguardia nel mondo. Interventi di questa complessità, possono essere realizzati infatti solo in centri altamente specializzati grazie al supporto di tecnologie all'avanguardia e di personale altamente professionale, duttile ad esperienze multidisciplinari. Ora anche la Cardiocirurgia dell'Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Verona è entrata a far parte dell'élite mondiale dei centri cardiocirurgici che adottano questa innovativa tecnica micro-invasiva.

PREVENZIONE E MONITORAGGIO

UN AMBULATORIO PER LE CONSEGUENZE POST COVID

Da maggio un team multidisciplinare collabora per evitare l'insorgenza di complicanze a lungo termine in pazienti guariti dal Covid-19

Gli studi più recenti hanno dimostrato che i pazienti che hanno sviluppato una infezione da SARS-CoV-2 e sono stati ospedalizzati presentano complicanze polmonari anche 12 mesi dopo l'infezione. Tali conseguenze sono state evidenziate anche in pazienti con infezioni lievi o addirittura senza sintomi che presentano alterazioni polmonari identificabili anche a tre mesi dall'infezione. Basandosi su questi dati il Ministero della Sanità ha prodotto in data 4 giugno una Circolare che sottolinea la rilevanza delle complicanze a lungo termine del Covid-19 e per tale motivo ha dato indicazione alle Regioni di esentare le Aziende ULSS per le prestazioni di monitoraggio per i pazienti ex Covid ricoverati in ospedale a causa della malattia.

L'Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Verona, per monitorare e prevenire ulteriori complicanze nei pazienti dimessi post Covid-19 ha aperto, in data 24 maggio, un ambulatorio dedicato alle conseguenze post-Covid con un team

multidisciplinare che include oltre agli infettivologi, pneumologi, neurologi, internisti, microbiologi, e psicologi ed un programma di controlli di laboratorio e radiologici di base o avanzati, a seconda delle esigenze del paziente, a 3, 6, 12 e 18 mesi dalla infezione Covid.

L'ambulatorio, che offre un programma calibrato sulle esigenze del paziente, è finanziato dai fondi Europei Orchestra che l'Università di Verona e AOUI insieme con la Regione Veneto coordinano in 23 Paesi Europei e non Europei. Il progetto vuole studiare modelli di gestione del paziente con Covid-19 per evitare l'insorgenza di complicanze a lungo termine. La ricerca valuta anche, nei pazienti che accedono all'ambulatorio, la durata della copertura anticorpale naturale post-Covid-19 e post-vaccinazione dei pazienti con pregresso Covid-19, per valutare la durata della immunità e fornire evidenze scientifiche sulla necessità di una terza dose di richiamo nei pazienti più



fragili. L'ambulatorio fornisce i servizi di cura e diagnosi anche ai pazienti non ospedalizzati che hanno presentato solo sintomi minori ma soffrono ancora di conseguenze a lungo termine.

L'ambulatorio ha già visitato 120 pazienti riscontrando molteplici problematiche, prevalentemente respiratorie e neurologiche, alcune anche non ancora segnalate nella letteratura scientifica, che purtroppo limitano in maniera

sostanziale il ritorno del paziente ad una vita pre Covid-19. L'obiettivo finale della struttura ospedaliera e delle analisi scientifiche è quello di sviluppare protocolli di gestione del Covid-19 nella sua fase attiva per prevenirne le conseguenze e soprattutto protocolli diagnostici e terapeutici per una gestione ottimale delle complicanze della malattia sviluppando un modello replicabile e trasferibile a tutte le Aziende della Regione Veneto.

LE FARMACIE DI TURNO

Dalle ore 9.00 del giorno di inizio alle ore 9.00 del giorno finale.
Per ulteriori aggiornamenti potete consultare il sito:
<http://www.farmacieverona.it/farmaciediturno.asp>

03 - 05 Agosto

Comunale Grattacielo - Piazza Santo Spirito 2/B - Centro Storico - Verona
Dott. Burri - Via Mameli, 4 - Borgo Trento - Verona
Dell'immacolata - Via Don Luigi Sturzo 3 - S. Marco - Verona
Ss. Redentore - Via Monte Carega 4 - Marchesino Di Buttapietra
S. Antonio - Via Colonello Fincato, 66 - Borgo Venezia - Verona

05 - 07 Agosto

S. Tomio Lloyds Retails - Via Mazzini, 11 - Centro Storico - Verona
Bacchini - Via Giuliani, 23 - Borgo Roma - Verona
Borgo Antico - Dott.ssa Pallaro Nella Lara - Via Podgora, 16 B - Avesa - Verona
Giarolo - Via A. Fedeli 50 - S. Michele Extra - Verona
Nigri - Piazza Del Popolo, 2 - S. Martino Buon Albergo

07 - 09 Agosto

Ponte Pietra - Regaste Redentore, 8/C - Veronetta - Verona
Pancaldo - Via L. Pancaldo 34 - Corte Pancaldo - Verona
S. Pancrazio - Via Galilei, 70 - Porto S. Pancrazio - Verona
Comunale Olimpia - Via Palladio, 61 - Stadio - Verona
Pozzo - Via XXIV Maggio 16 - Pozzo Di S. Giovanni Lupatoto

09 - 11 Agosto

S. Fermo - Stradone S. Fermo, 40 - Centro Storico - Verona
Padovani - Via Mameli, 39 - Borgo Trento - Verona
Palladio - Via Albere, 63 - Stadio - Verona

Soave Dr. Stefano - Via S. Lucillo, 8 - S. Massimo - Verona
Marchiori S. Croce - Via Villa Cozza, 28 - Borgo Santa Croce - Verona

11 - 13 Agosto

S. Zeno - Piazza Corrubbio, 1 - S. Zeno - Verona
Capri - Via Bassone 56 - Bassona - Verona
Paci - Piazza Gilardoni 4 - Angolo Via Marconi - Castel D'azzano
S. Chiara - Via Montorio, 59/A - Borgo Venezia - Verona

13 - 15 Agosto

Centrale - Piazza Erbe, 18/20 - Centro Storico - Verona
San Felice - Via Belvedere 57/A - San Felice Extra
S. Lucia - Via Mantovana, 62/A - S. Lucia - Verona
Garofoli - Via Garofoli, 135/137 - S. Giovanni Lupatoto
Comunale Madonna Di Campagna - Via Monte Bianco, 1 - Madonna Di Campagna - Verona

15 - 17 Agosto

Castelvecchio - Corso Porta Palio 2/A - Centro Storico - Verona
S. Anna - Via Da Mosto, 27 - Saval - Verona
Comunale S. Massimo - Via Don G. Trevisani, 39 - S. Massimo - Verona
Fiorini - Piazza De Gasperi, 43 - Raldon Di S. Giovanni Lupatoto
S. Giuseppe - Dott. Zerbinato - Via Spolverini, 2/H - Borgo Venezia - Verona
Dott. Bellamoli - Via Poiano, 99 - Poiano - Verona

17 - 19 Agosto

Martini - Dott.ssa Paola Fiocco - Via

Stella, 9 - Centro Storico - Verona
Roma - Dott.ssa Vecchioni - Via Centro, 53 - Borgo Roma - Verona
XXIV Giugno - Via XXIV Giugno 32/A - S. Massimo - Verona
Sartori - Via Marconi, 42 - Castel D'azzano
Dott. Fittà - Piazza Umberto I, 57 - S. Giovanni Lupatoto
Comunale Quinto - Via Valpantena, 42 - Quinto - Verona

19 - 21 Agosto

Internazionale - Dott. Capri - Piazza Brà, 28 - Centro Storico - Verona
S. Paolo - Via S. Vitale, 1/A - Veronetta - Verona
La Mia Farmacia - Via Murari Bra', 53 - Golosine - Verona
Cossater Dott. Roberto - Piazza Umberto I, 120 - S. Giovanni Lupatoto

21 - 23 Agosto

Al Giglio - Corso Porta Borsari, 46 - Centro Storico - Verona
Alla Concezione - Via S. Nazaro, 71 - Veronetta - Verona
S. Teresa - Farmacie Realdon - Via Centro, 13 - Borgo Roma - Verona
S. Massimo - Via Stanga, 4 - S. Massimo - Verona
Della Punta - Via Marconi 22 - S. Giovanni Lupatoto
Centrale S. Michele - Via Unità D'italia, 120 - S. Michele Extra - Verona

23 - 25 Agosto

Madonna Del Popolo - Dott. Ugolotti - Via Garibaldi, 20 - Centro Storico - Verona
Comunale Cadore - Via Poerio 28/A - Ponte Crencano - Verona
Realdon - Via Villafranca, 48 - S. Lucia - Verona

Giovanni XXIII - Via Cesare Battisti, 27 - Pozzo Di S. Giovanni Lupatoto
Lio - Via Unità D'italia, 169 - S. Michele Extra - Verona

25 - 27 Agosto

Due Campane - Via Mazzini, 52 - Centro Storico - Verona
Donaduzzi - Via Marsala, 19/A - Valdonega - Verona
Ponte Catena - Via Vasco De Gama, 6/C - Zona Navigatori - Verona
Comunale Palazzina - Via S. Giovanni Lupatoto, 22/B - Palazzina - Verona
Manfrini - Piazza Roma, 41 - Buttapietra
All'albaro - Piazza Buccari, 3 - Montorio - Verona

27 - 29 Agosto

Linfa - Corso Porta Nuova, 27 - Centro Storico - Verona
Borgo Milano - Corso Milano, 69 - Borgo Milano - Verona
Comunale S. Rocco - Via Fabbricato Scolastico, 33 - Quinzano - Verona
Santa Caterina - Via P. E. S. Stoppele 25/B - Porto San Pancrazio
Dei Santi - Via Belfiore, 59 - Cadidavid - Verona
Verona Est - Viale Del Lavoro, 39 - S. Martino Buon Albergo

29 - 31 Agosto

Al Seminario - Via Interrato Dell'acqua Morta, 42 - Veronetta - Verona
Comunale Borgo Nuovo - Via Taormina, 23/C - Borgo Nuovo - Verona
Armani - Via Tanaro, 11 - Golosine - Verona
Sacra Famiglia - Via Vigasio, 51 - Sacra Famiglia - Verona
Comunale Cadidavid - Via Francesco Carmagnola 36 - Cadidavid - Verona

beauty DOVE SALUTE E BELLEZZA SI INCONTRANO pharma

NELLE NOSTRE **PARAFARMACIE** PUOI TROVARE

- FARMACI DA BANCO
- NUTRACEUTICA
- OMEOPATIA
- DERMOCOSMESI
- DIETETICA
- INFANZIA
- FITOTERAPIA
- SANITARIA
- ORTOPEDIA
- FARMACIA VETERINARIA

Si effettuano servizi di:

- MISURAZIONE PRESSIONE
- FORATURA LOBI
- GIORNATE DI PREVENZIONE
- GIORNATE DI CONSULENZA CON SPECIALISTI



NON SIAMO VICINI A TE?
NON TI PREOCCUPARE VAI SU
BEAUTYPHARMA.EMIGROSS.IT
E SCOPRI LE NOSTRE OFFERTE



FARMACISTA
ONLINE



CONSEGNA
A DOMICILIO
EXPRESS



RESI
GRATUITI



PUNTI RITIRO
AGGIUNTIVI



SPEDIZIONE PRODOTTI
TERMOLABILI
CON BORSA TERMICA

I NOSTRI **PUNTI VENDITA**

VERONA
VIA S. GIOVANNI LUPATOTO, 121

VERONA
VIA BIONDE, 8

SOMMACAMPAGNA (VR)
VIA OSTERIA GRANDE, 49

BONDENO (FE)
VIA VIRGILIANA, 136/O

BOZZOLO (MN)
VIA CREMONA, 15

SIRMIONE (BS)
VIA VERONA, 80

ALTAVILLA VICENTINA (VI)
VIA OLMO, 7/B

CASTENEDOLO (BS)
VIA BRESCIA 65/67

migross

BELLO E BUONO, OGNI GIORNO



ALIMENTAZIONE SANA D'ESTATE

Per stare bene durante il periodo più caldo dell'anno, è fondamentale dedicare grande cura all'alimentazione, anche quando si è in vacanza. Spazio alla stagionalità, a frutta e verdura che apportano vitamine, sali minerali ed elementi preziosi anche quando ci si espone al sole. Senza dimenticare l'importanza dell'idratazione, dato che la sudorazione estiva comporta una notevole perdita di liquidi.

Le alte temperature e l'umidità della stagione estiva possono mettere a dura prova la nostra resistenza fisica. Per stare bene durante questo periodo dell'anno è quindi fondamentale dedicare grande cura all'alimentazione, anche quando si è in vacanza. È importante non abbassare troppo la guardia, quando si parla di cibo: anche se in estate si tende a bruciare più calorie e a consumare prodotti di stagione, il rischio di rilassarsi e di introdurre calorie in eccesso è alto. Allo stesso modo però bisogna evitare di saltare i pasti: da una parte questa abitudine scorretta può affaticare il nostro corpo e dall'altra c'è il pericolo di mangiare troppo dopo avere concluso il breve periodo di digiuno, vanificando gli sforzi fatti per mantenersi in linea.

L'IDRATAZIONE È IL SEGRETO

La sudorazione estiva comporta una notevole perdita di acqua e di sali minerali. È quindi necessario reintegrare quanto si è sprecato perché il rischio di incorrere in colpi di calore o in abbassamenti della pressione è sempre dietro l'angolo. Il primo consiglio consiste nell'idratarsi in maniera adeguata durante l'intera giornata: l'acqua non va concentrata nei pasti, ma diluita dalla mattina alla sera. In particolare, è fondamentale bere nel corso delle ore più calde,

arrivando a circa due litri al giorno (ma aumentando la quantità se ci si dedica ad attività sportive). Andrebbero invece evitate - o comunque limitate al massimo - le bibite gassate: nonostante il sollievo iniziale, aumentano la sensazione di sete e apportano



una notevole quantità di zuccheri all'organismo. Per una corretta idratazione l'acqua rimane sempre la soluzione ideale, ma se si preferisce variare si può alternarla con del succo di frutta fatto in casa, il cui contenuto zuccherino è nettamente inferiore rispetto ai prodotti industriali. Via libera anche al tè verde o nero, purché non sia eccessivamente dolce.

SPAZIO ALLA STAGIONALITÀ

In questo periodo dell'anno le parole d'ordine devono essere "freschezza" e "stagionalità". La frutta e la verdura devono essere assolute protagoniste sulle nostre tavole: apportano vitamine, sali minerali ed elementi antiossidanti

canto loro, sono ricchi di licopene, un antiossidante naturale dai tanti benefici: tra questi ci sono il miglioramento della circolazione sanguigna e il contrasto all'invecchiamento della pelle a seguito dell'esposizione ai raggi Uv. Per mantenere un'abbronzatura esteticamente pregevole ci si può affidare alle carote crude, mentre nei cetrioli e nelle verdure di colore verde spicca la presenza di fibre e di sali minerali. In una buona insalata mista non dovrebbe mancare il pesce, preziosa fonte di Omega 3 e alleato per chi sta seguendo una dieta dimagrante. In alternativa vanno bene anche la carne bianca e un po' di formaggio, preferibilmente light. Ovviamente, a meno che non si abbia qualche particolare disturbo alimentare, l'estate non deve essere una stagione di privazioni. Ciò significa che si può dare spazio anche a un buon gelato, in particolare nelle versioni alla frutta, oppure a una granita.

CURIOSITÀ

Circa il 50% di persone non beve abbastanza semplicemente perché se ne dimentica, mentre il 20% dice che a causa dei troppi impegni non si ricorda di bere.

quantomai preziosi anche quando ci si espone al sole. Un prodotto tipicamente estivo come l'anguria, per esempio, contiene la citrullina, una sostanza in grado di combattere le infiammazioni. Anche le verdure sono un vero toccasana per la nostra salute e rappresentano inoltre gli ingredienti perfetti per un'insalatona da mangiare sotto l'ombrellone. I pomodori, dal

I SEGRETI PER STIMOLARE L'APPETITO DEI PIÙ PICCOLI

Per i bambini l'estate rappresenta una stagione speciale: tra vacanze e giochi all'aria aperta, i piccoli hanno tutto ciò che possono desiderare. Tra i tanti aspetti positivi ce n'è però uno negativo: la diminuzione dell'appetito. Questo soprattutto a causa dell'effetto spossante del caldo e dell'elevato tasso di umidità. Le alte temperature, del resto, possono incidere sul ritmo del sonno dei minori in età prescolare e scolare, con un rifiuto anche maggiore del solito nei confronti della colazione, che rimane però un pasto di cruciale importanza. Nei lattanti il caldo può poi comportare una diminuzione dell'appetito - con conseguenti ansie da parte dei genitori - ma è perfettamente normale. Proprio come per gli adulti, nel periodo estivo è importantissimo assumere la giusta quantità di liquidi per sopperire alla riduzione della fame. Il bambino solitamente ha dei ritmi di alimentazione ben codificati: in caso di rifiuto, bisogna evitare di forzare troppo il piccolo. Si può magari provare a giocare con i colori del cibo a tavola per attirarlo di più rispetto al solito, senza però spingere il bambino a finire una porzione che non vuole. Nella fascia di età tra i due



e i quattro anni la "fase dei no" è molto accentuata e si rifiutano anche alimenti che di solito sono graditi. Variare frutta e verdura, magari presentata in piccole porzioni sistemate in grandi piatti, può essere un'idea vincente. Uno dei nodi resta la colazione: i bambini, specialmente quelli più grandi, durante l'estate si addormentano più tardi e si svegliano a

orari diversi dal solito. Non bisogna però abbandonare questa sana abitudine: se vedete che il piccolo non ha fame, provate a invogliarlo con una tavola imbandita e ricca, mettendo sul tavolo latte, yogurt, frutta, marmellata e qualche prodotto da forno. La grande varietà di cibi può suscitare l'effetto sperato, inducendo il bambino a fare colazione con più gioia.

Per un'abbronzatura perfetta frutta e verdura ricche di vitamine

LA TOP 10 DEL "CIBO CHE ABBRONZA"

Secondo Coldiretti, anche l'alimentazione aiuta a catturare i raggi del sole ed è anche in grado di difendere l'organismo dalle elevate temperature e dalle scottature

Mirtilli, meloni, albicocche, ma soprattutto carote, pomodori di tutti i colori, radicchi e lattuga per fare il pieno di vitamina A e preparare la pelle ai raggi del sole di questa estate. Estratti, centrifughe di frutta e verdura sono i segreti per un'abbronzatura 100% naturale, il tutto grazie anche a prodotti a chilometro zero.

Il consiglio per tutti è di esporsi gradualmente al sole evitando le ore più calde soprattutto in caso di carnagione chiara, ma anche l'alimentazione aiuta quando si tratta di "catturare" i raggi del sole ed è anche in grado di difendere l'organismo dalle elevate temperature e dalle eventuali scottature.

«La dieta adeguata a un'abbronzatura sana e naturale si fonda» spiega Coldiretti «sul consumo di cibi ricchi di

Vitamina A e che favoriscono la produzione nell'epidermide del pigmento melanina che protegge dalle scottature e dona il classico colore scuro alla pelle». Sul podio del "cibo che abbronza" secondo la classifica stilata dalla Coldiretti salgono carote, radicchi e albicocche, ma sono d'aiuto anche insalate, lattughe, meloni, peperoni, pomodori, fragole o ciliegie. Il primo posto è conquistato indiscutibilmente dalle carote che contengono ben 1200 microgrammi di Vitamina A o quantità equivalenti di caroteni per 100 grammi di parte edibile. Al posto d'onore secondo la classifica stilata da Coldiretti Verona salgono gli spinaci che ne hanno circa la metà, a pari



merito con il radicchio mentre al terzo posto si posizionano le albicocche seguite da lattuga, melone giallo e sedano, peperoni, pomodori, pesche gialle, cocomeri, fragole e ciliegie che presentano comunque contenuti elevati di vitamina A o caroteni.

Con il caldo è importante consumare frutta e verdura fresca, fonte di vitamine, sali minerali e liquidi preziosi per mantenere l'organismo in efficienza e per combattere i radicali liberi prodotti come conseguenza dell'esposizione solare. Antiossidanti "naturali" sono infatti le vitamine A, C ed E che sono contenute in abbondanza in frutta e verdura fresca. Alla buona alimentazione vanno accompagnate regole di buon senso nell'esposizione al sole.



CAFFÈ? SÌ, MA CON GIUDIZIO

Un buon caffè a fine pasto, o per darsi la carica nel bel mezzo di una giornata di lavoro, è una tentazione spesso irresistibile. Molte persone però tendono a evitare questa bevanda in estate, temendo che l'apporto di caffeina possa agitare o aumentare la sensazione di calore. In realtà anche in questo periodo dell'anno si può bere caffè, ovviamente senza esagerare. Ma qual è la corretta quantità?

Secondo quanto suggerisce la Società italiana di scienze dell'alimentazione, fino a quattro-cinque tazzine di caffè al giorno sono sicure per gli adulti. Un'abitudine confermata anche da una ricerca pubblicata l'anno scorso sul "New England Journal of Medicine", secondo cui assumere fino a cinque caffè quotidiane riduce il rischio di sviluppare malattie croniche nelle persone in buona salute.

CURIOSITÀ

GLI SPINACI

Gli spinaci sono famosi in tutto il mondo grazie al personaggio di Braccio di Ferro. In realtà gli spinaci sono poveri di ferro.

IL MELONE GIALLO

Questo frutto fu introdotto in Italia dai Romani nel I secolo d.C. ed ebbe una diffusione così capillare che l'imperatore Diocleziano emise un editto per tassare gli esemplari dal peso maggiore ai 200 grammi.

LE MELE... FRIZZANTI

Si chiamano "Paradise Sparkling" e sono state ottenute in un vivaio svizzero. Quando le si addenta, provocano in bocca una sensazione simile alle bibite gassate. L'effetto è dovuto a delle pareti cellulari molto resistenti e a cellule molto grandi: ogni morso è un'esplosione di succo in bocca.

LA FRUTTA PIÙ CARA

A vederlo sembra un comune melone. Invece lo Yubari King giapponese è il frutto più costoso del mondo: 10.000 euro a pezzo (ma viene solitamente venduto a coppia).



LE CAROTE

Il nome "carota" deriva dal greco "Karotòn". Probabilmente, la tipica colorazione arancione delle carote è dovuta ad una mutazione di una specie color viola. Sebbene le sue origini risiedano in Oriente, dov'è stata coltivata per migliaia di anni, già gli antichi Greci e i Romani utilizzavano le carote, non tanto in cucina (a causa della tipica consistenza legnosa e dura del vegetale), ma invece come pianta officinale.

LA LATTUGA

La lattuga, pianta erbacea della famiglia delle Asteracee, che in gergo chiamiamo insalata, è una vera e propria miniera di sali minerali. Il nome lattuga ha origine dal lattice che fuoriesce dalla pianta quando i suoi tessuti o le sue radici vengono rotti. Nota già tra gli antichi egizi, i medici greci credevano che potesse avere una blanda azione soporifera, mentre i romani ne promossero la coltivazione in tutto l'Occidente attribuendole virtù terapeutiche.

LE BANANE RADIOATTIVE

Le banane sono considerate naturalmente radioattive (in maniera leggera ovviamente) a causa del loro alto contenuto di potassio. Per questo motivo gli esperti hanno adottato le banane come unità di misura: ad esempio, una radiografia al braccio equivale a 10 banane.

TREKKING

VALDAONE, GIOIELLO TARENTINO ADATTO A TUTTI

Raggiungibile in circa due ore da Verona, la valle offre vari ambienti naturali e scenari alpini: un vero paradiso per tutti gli amanti della natura, grazie alla moltitudine di percorsi disponibili di varie difficoltà

A CURA DI SILVIA GAMBATO

Ghiacciai che hanno plasmato rocce e paesaggio e che poi, sciogliendosi in parte, hanno alimentato il torrente che ha dato vita al fiume Chiese: un'azione lenta e complessa che la natura ha compiuto nel corso di millenni, restituendo gli spettacolari ambienti della Val di Fumo.

Le due bellissime valli sono infatti adiacenti, e chi si appresta a visitare questi luoghi potrà, a poca distanza, godere di una varietà cospicua di ambienti naturali e scenari alpini posti a diverse quote altimetriche.

La **Valdaone** origina dal Ghiacciaio dell'Adamello e dall'azione erosiva del torrente che ne discende, sviluppandosi per circa 30 chilometri tra circa 500 metri di quota e i 1944 m.s.l.m. del Lago Campo, e costituisce un vero paradiso per tutti gli amanti della natura.

La grande abbondanza di acqua di questa valle, oltre che ritemperare corpo e spirito, dona grande refrigerio durante la calura estiva, offrendo a singoli visitatori, coppie, gruppi o famiglie numerose opportunità di intrattenimento.

Qui si possono infatti intraprendere sia tranquille e rilassanti passeggiate, sia escursioni di tutti i tipi, dalle più facili alle più impegnative e avventurose, alla scoperta dei mille, affascinanti volti di questa Valle. Percorrendo il sentiero "Fauna dei campi e dei prati" con partenza a Daone, sarà possibile avere un primo assaggio della natura incontaminata di questo luogo, essendo stato studiato proprio per permettere la conoscenza dei suoi piccoli e numerosi abitanti.

Si tratta di un anello di 5 chilometri adatto a tutti che collega il centro di Villa De Biasi, sede della "Casa della Fauna", all'ambiente rurale circostante, caratterizzato dal lavoro dei contadini che grazie ai loro interventi (siepi, muri a secco, alberi piantati ai bordi



dei campi, prati, edifici) hanno offerto dimora ad una straordinaria varietà di specie animali.

Tra le fronde o le cavità nei tronchi degli alberi, le feritoie dei muri, i passaggi tra i cumuli di pietre e i cespugli hanno trovato casa, oltre a topolini, bisce e ghiiri, anche molti rapaci notturni, pigliamosche e cinciallegre, solo per citare alcuni esemplari che è possibile avvistare. L'ausilio di tabelle esplicative supporta il riconoscimento delle varie specie anche attraverso oggetti interattivi dislocati lungo il tragitto, che comprende anche un emozionante attraversamento del torrente attrezzato con gradini e passerella a funi.

In alternativa, esistono almeno altri 7 facili percorsi che, partendo da Daone o Braso, toccano località suggestive immerse nella natura raggiungibili grazie ad antichi e



spesso dismessi sentieri utilizzati dagli abitanti. La loro durata va dalla mezz'ora alle 2 ore e richiedono comunque un equipaggiamento da montagna. Privo di difficoltà anche l'anello storico-naturalistico di 3-4 ore che parte dai 920 m di Pracul, ideale per chi voglia fare un tuffo nel passato della Grande Guerra ma anche ammirare le bellezze del sottobosco. Lungo il tragitto si potrà fare una tappa al museo geologico all'aperto posto nell'incantevole radura di Gincà nave (960 m).

Essendo la Valdaone molto ricca d'acqua,

molti sono i percorsi che portano a scoprire i suoi specchi d'acqua.

Il Lago Boazzo, creato da una diga a 1.227 m di altezza e punto di partenza di sentieri, è raggiungibile in auto su strada asfaltata in poco meno di 20 minuti da Daone ma per raggiungerlo godendosi appieno il bellissimo ambiente in cui si sviluppa è preferibile optare per un mezzo di trasporto più slow (ad esempio una mountain bike), avvisando così più facilmente le magnifiche cascate affacciate lateralmente.

Partendo in bici da Pracul, ad esempio, i più allenati arriveranno al lago in circa un'ora (4,6 chilometri), coprendo 300 metri di dislivello. Poi dal lago Boazzo la valle cambia di netto direzione, orientandosi verso nord e protendendosi verso la Val di Fumo.

Sempre da qui si può partire in direzione della selvaggia Val di Leno seguendo le indicazioni del sentiero numero 246, che fra boschi maestosi costeggia per un'ora il torrente Rondon fino alla cascata che lo sovrasta, chiamata Regina del Lago dagli arrampicatori che la scalano d'inverno, quando è totalmente ghiacciata. Dalla cascata si raggiunge in breve l'accogliente Malga Leno (1.536 m), recentemente riquilificata.

Raggiungibile facilmente seguendo il segnavia 240 dai pressi del Lago di Malga Bissina (1.800 m) è anche il Lago di Campo (1.944 m), di origine glaciale, inserito in uno spettacolare anfiteatro roccioso addolcito da abeti rossi e rododendri e alimentato dall'acqua del suo piccolo emissario, il lago d'Avolo, situato su di una conca più alta. Spaziando con lo sguardo verso valle, da qui si potranno ammirare le particolari morfologie create dell'erosione del fiume Chiese, che dopo il lavoro del ghiacciaio ha scavato ancora più in profondità, fino all'imbocco della Valdaone.

CONSIGLI PER L'ESTATE

ESTATE SICURA ED ECO-FRIENDLY**Il Vademecum al passo coi tempi**

Anche quella di quest'anno si sta rivelando un'estate "atipica", alle prese con vaccini, green pass e altalene di colori, quando appena due anni fa l'unica, o quasi, fonte di riflessione per il mese di agosto era la scelta tra una vacanza in un luogo piuttosto che in un altro. Quello che mettiamo in valigia quest'anno è molto diverso e soggettivo, e sta ormai caratterizzando un lasso della nostra vita.

Tuttavia, i cambiamenti globali dati dalla pandemia e gli aspetti che ha messo in luce forse non andrebbero letti come meri grattacapi: forse è il caso di prenderli come dati da cui ripartire e su cui fondare un nuovo approccio alla quotidianità e al nostro stile di vita. Volendo guardare le cose da un punto di vista più ampio, infatti, l'avvento perturbante del Sars-Cov2 nelle nostre vite non è un

(isolato) incidente di percorso ma il risultato di un'evoluzione determinata anche dal rapporto uomo-natura. Virus micidiali, nella storia dell'uomo, se ne sono susseguiti (si pensi ad ebbola, rabbia, colera, tifo...). Inoltre, i mezzi di trasporto che abbiamo inventato sono velocissimi e portano masse di viaggiatori da un capo all'altro del mondo in pochissimo tempo, mentre i centri urbani hanno densità di popolazione tendenzialmente alte, tutti fattori che concorrono al diffondersi di epidemie. Dinamiche già al vaglio di molti ricercatori di tutto il mondo sulle quali, per fortuna, possono incidere le misure e i provvedimenti adottati dall'uomo. A Parigi, ad esempio, si sta già sperimentando "la città dei 15 minuti", quella in cui si arriva dappertutto (a piedi o in bici) entro questo lasso di tempo.

Diversi scienziati sostengono che deforestazione, sfruttamento smodato del suolo, cambiamenti climatici, allevamenti intensivi e frammentazione degli habitat possono favorire l'avvento delle pandemie. Proprio da questa nuova consapevolezza, ognuno di noi, con le proprie scelte quotidiane, può contribuire a creare condizioni di vita migliori sia per sé, sia per gli altri. Ecco un piccolo vademecum per vivere in modo più sicuro e sostenibile a partire da quest'estate. (s.g.)

**IL VADEMECUM PER VIVERE IN MODO PIÙ SICURO E SOSTENIBILE****SCELTE DI CONSUMO**

- Acquistare il più possibile beni di produzione locale, meno imballati e senza plastica monouso.
- Scegliere capi di abbigliamento (anche costumi da bagno) eco-friendly, così da dare un piccolo contributo alla tutela dell'ambiente sostenendo al contempo le aziende che lavorano in modo meno impattante.
- Ridurre il consumo energetico domestico e quello di acqua. Nelle estati sempre più calde si fa un utilizzo intenso di condizionatori, che vanno però efficientati ed utilizzati limitatamente alle ore più calde, o sostituiti con degli deumidificatori.

VIAGGI E SPOSTAMENTI

- Prendere l'abitudine di utilizzare mezzi di trasporto più sostenibili (la bicicletta, ad esempio, o mezzi elettrici).

ALIMENTAZIONE

- Prediligere prodotti del proprio territorio e di stagione. Può sembrare una raccomandazione banale ma rimane fondamentale perché ha ricadute a più livelli, non solo sulla salute ma anche sulla gestione del suolo e il rispetto dell'ambiente.

IN VACANZA

- Utilizzare protezioni solari più rispettose del mare.
- Al ristorante, preferire piatti locali, preparate con ingredienti a km zero.

POLO UNIVERSITARIO MURALES PER DAVIDE CAPRIOLI, VITTIMA DELLA STRAGE DI BOLOGNA



Alle 10.25 del 2 agosto 1980 una bomba esplodeva nella sala d'attesa della stazione ferroviaria di Bologna Centrale. L'attentato, opera di militanti dell'estrema destra fascista, provocò 85 morti e oltre 200 feriti. In quella terribile strage trovò la morte un giovane veronese di 20 anni, Davide Caprioli. Come tante altre vittime, stava rientrando dalle vacanze e si trovava nella stazione di Bologna in attesa del treno che lo avrebbe riportato, insieme alla fidanzata Ermanna e alla madre di lei, a Verona. Davide era studente universitario nell'allora facoltà di Economia e Commercio di Verona. Per commemorare Davide, e con lui tutte le vittime della strage di Bologna, il rettore dell'Università di Verona, Pier Francesco Nocini ha accolto la proposta del Consiglio degli Studenti di dedicargli un murale, esposto nell'atrio del polo umanistico con accesso dal Chiostro San Francesco. La cerimonia d'inaugurazione del murale si è tenuta proprio lunedì 2 agosto, a 41 anni dalla strage, alla presenza della prorettrice Donata Gottardi, del presidente del Consiglio degli Studenti Stefano Ambrosini e di Cristina Caprioli, sorella di Davide.

SPORT

NEL 2022 I CAMPIONATI EUROPEI ULTRARUNNERS

La migliore cornice possibile per un evento di portata europea. Verona è stata scelta come città ospitante l'edizione 2022 della 24 ore dei Campionati Europei IAU, l'Associazione Internazionale di UltraRunners. Il 17 e 18 settembre 2022 dunque, si prevede che saranno circa 35 le nazioni partecipanti, per un totale di 300 atleti.

SVILUPPO URBANISTICO APPROVATA LA VARIANTE 29

La Variante 29 è ufficialmente adottata. Partendo da precise scelte politiche di questa Amministrazione, il documento detta le linee dello sviluppo urbanistico da qui al 2030 e trova nel recupero e nel minor consumo del suolo i suoi principi cardine. Una nuova visione della città pubblica che, per la prima volta, pianifica una parte del tessuto già consolidato, quei 3 milioni e mezzo di metri quadrati di aree dismesse, che oggi si trovano in stato di abbandono e degrado, aree inutilizzate ma con grandi potenzialità per il contesto in cui sono inserite. Tra le caratteristiche principali della Variante 29, c'è una visione completamente nuova di trasformazione urbanistica, che si basa sul coordinamento tra i vari interventi. Il documento disegna infatti il territorio in base alle diverse caratteristiche e necessità, alla ricerca di un'armonia dei vari contesti e di coerenza rispetto all'intero tessuto urbano.

BORGO VENEZIA SOFFITTE IN PIAZZA AL VIA



Libri, valige, specchi, vestiti, scarpe, utensili e tante altre cose. Ha ottenuto successo la prima giornata di "Soffitte in piazza" nell'area mercato in Borgo Venezia. La manifestazione, organizzata da Comune, Circoscrizioni e in collaborazione con l'associazione Storie Creative, ha registrato un alto numero di espositori e di pubblico. Nato circa dieci anni fa proprio in Sesta circoscrizione, "Soffitte in piazza" si svolgerà nei vari quartieri per sei sabati fino al 13 novembre. La manifestazione è un'occasione in più di guadagno per le persone, ma ha anche una valenza ambientale attraverso il riutilizzo degli oggetti. In supporto alla manifestazione, oltre al servizio di vigilanza dell'Associazione Nazionale Azione Sociale, è stato predisposto un track food per dare la possibilità a espositori e visitatori di rifocillarsi o bere qualcosa di fresco viste anche le giornate calde. Per chi volesse cogliere l'occasione per partecipare ed iscriversi come espositore o semplicemente per avere dettagliate informazioni, potrà collegarsi al sito www.comune.verona.it cercando poi "Soffitte in piazza".

SCAVI SCALIGERI GLI SCAVI APRIRANNO NEL 2022



Verona riavrà un altro suo gioiello. È stata posta nei giorni scorsi la firma sull'accordo trilaterale denominato "Scavi Scaligeri – Nuova Articolazione dei percorsi di accesso ed esodo – Adeguamento funzionale e impiantistico" tra Comune di Verona, Fondazione Cariverona (proprietaria di Palazzo del Capitano) e la Soprintendenza per il restauro e la riqualificazione degli spazi degli Scavi Scaligeri. A 6 anni dalla chiusura del Centro internazionale di fotografia dunque, inizia ufficialmente l'iter che rimetterà a nuovo e a norma l'importante sito scaligero. L'area archeologica degli Scavi scaligeri è di proprietà dello statale e ospita il Centro internazionale di fotografia, mentre Fondazione Cariverona nel 2012 ha acquistato dal Comune il palazzo del Capitano, che al piano terra ospitava la biglietteria e gli uffici del Centro. Per la riapertura del sito era necessario quindi prevedere un diverso percorso espositivo e di ingresso. La firma dell'accordo sancisce quindi la fine dell'iter amministrativo fra i tre soggetti per trovare le soluzioni adeguate. I lavori, della durata di sei mesi, partiranno a inizio 2022 e sono in parte finanziati dall'indennizzo di 900 mila euro che Fondazione Cariverona ha versato al Comune per l'anticipata liberazione del primo piano, come prevedeva il contratto di compravendita. L'importo complessivo sostenuto dal Comune è di 1.424.000.

RAGAZZI E VOLONTARIATO "CI STO? AFFARE FATICA": 40 MINI CANTIERI IN CITTÀ



In un mese e mezzo hanno sistemato giardini e panchine, colorato muri abbandonati trasformandoli in piccole opere d'arte, ripulito cortili da est a ovest della città, togliendosi la 'divisa' dello studente per indossare quella del volontario. Sono i 445 ragazzi del progetto 'Ci sto? Affare fatica', giunto alla terza edizione consecutiva. Una iniziativa che, in 6 settimane, ha visto spuntare nelle otto Circoscrizioni 40 mini cantieri di rigenerazione urbana, dove gli adolescenti, dai 14 ai 19 anni, hanno potuto investire il loro tempo per dedicarsi al bene comune. Ben 9.845 le ore di lavoro effettuate dai ragazzi, seguiti da 21 tutor delle cooperative Energie Sociali e L'Albero, giovani tra i 20 e i 30 anni adeguatamente formati per guidare le loro piccole squadre. Un progetto, quello promosso dal Comune di Verona, che di edizione in edizione richiama sempre più iscritti. Quelli di quest'anno erano 899. Un segnale positivo, lanciato da tanti ragazzi pronti a darsi da fare. Tra le novità del 2021, la possibilità per i ragazzi di vedersi riconosciuti i crediti Pcto - Percorsi per le competenze trasversali e l'orientamento, richiesti dal curriculum scolastico. L'altra possibilità, invece, era avere il classico 'buono fatica' del valore di 50 euro settimanale da spendere nei negozi convenzionati.

INFRASTRUTTURE SI STUDIA IL "TRAFORINO" DELLE TORRICELLE

Un primo fondamentale passo per il traforo sotto alle Torricelle è stato fatto. Fra sei mesi sarà pronto lo studio di fattibilità per la realizzazione della strada urbana di collegamento tra la Valpolicella e la Valpantena. Il Comune ha infatti indetto il bando, finanziato dal ministero dei Trasporti per circa 120 mila euro, per l'incarico ad uno studio di progettazione. Questo è un tassello fondamentale da cui l'Amministrazione comunale partirà per progettare la migliore soluzione per quello che viene comunemente chiamato 'Traforino', e cioè una strada urbana di collegamento fra est e ovest passando per la parte nord della città e quindi sotto le Torricelle, eliminando così il traffico di attraversamento che adesso lambisce il centro. Lo studio di fattibilità dovrà contenere le analisi dei flussi, quelle tecnico-ambientali e la sostenibilità economica. Infatti, adesso si procede con un approccio metodologico diverso. Lo studio di fattibilità è dunque un'analisi ulteriore che recepisce le osservazioni contenute nel Piano Urbano per la Mobilità Sostenibile (PUMS). Il Piano prevede che la nuova opera sia un collegamento urbano est-ovest di soli 4.4 km fra la Tangenziale Est SP 6 (Valpantena) e via Preare (Valpolicella). Un tratto, che escluderà i mezzi pesanti, sarà a pedaggio in galleria a canna unica e con due tratti all'aperto per un totale di 2.2 km. Il tratto iniziale di 1.7 km collegherà le vie Preare – Cà di Cozzi – Monte Ortigara – Cà di Cozzi, sarà senza pedaggio.

INIZIATIVE ADOLESCENTI SEMPRE PIÙ PROTAGONISTI ATTIVI



Uno spot pronto a diventare virale per dare il via alla campagna 'Verona ha bisogno di te'. Una chiamata diretta ad adolescenti e ragazzi affinché siano sempre più protagonisti attivi e propulsivi della vita cittadina. Un'iniziativa, quella voluta dall'Amministrazione comunale, che presto sarà su televisioni, social e canali multimediali e, a settembre, si trasformerà in un progetto per coinvolgere le nuove generazioni e avere direttamente da loro idee e feedback. Anche con il supporto del mondo della scuola e della prefettura. Il messaggio è, infatti, positivo per abbattere l'indifferenza e stimolare i giovani ad essere gruppo, non branco. Un'esigenza nata dopo il lockdown, che ha visto intensificarsi alcuni fenomeni di bullismo anche nella nostra città. «I giovani sono il nostro futuro, la nostra risorsa migliore, la città ha bisogno di loro» ha detto il sindaco di Verona. «Abbiamo voluto ideare e avviare una campagna per innescare un messaggio positivo, per coinvolgerli nella vita cittadina, perché ne siano protagonisti».

AEROPORTO CATULLO AL VIA I LAVORI DEL PROGETTO ROMEO



Un nuovo terminal passeggeri di ultima generazione per l'aeroporto Catullo di Verona e un trampolino di lancio per preparare il territorio all'accoglienza di atleti, spettatori e turisti in vista delle prossime Olimpiadi invernali di Milano-Cortina 2026, questi gli ambiziosi obiettivi che saranno raggiunti grazie alla realizzazione del Progetto Romeo. Un importante intervento infrastrutturale dal valore complessivo di 68 milioni di euro, che contribuisce al rilancio dell'economia di Verona, Veneto e Trentino. Il Progetto Romeo costituisce riguarda la riqualificazione e l'ampliamento del terminal partenze, la cui superficie passerà dagli attuali 24.840 metri quadrati a 36.370 metri quadrati, a cui si aggiungerà la ristrutturazione di oltre 10.000 metri quadrati di aree già esistenti. Tra i principali interventi previsti dal progetto: la riqualificazione architettonica della hall check-in; la realizzazione di nuove sale d'imbarco al primo piano; la realizzazione di un nuovo sistema BHS (per lo screening dei bagagli da stiva) di ultima generazione; la realizzazione di nuovi controlli di sicurezza nonché la rivisitazione di tutti i flussi dei passeggeri per migliorare la sicurezza e la godibilità degli spazi. L'importante infrastruttura sarà terminata entro fine maggio 2024.

MUSICA

Nella sua musica la vita quotidiana delle piazze veronesi

ARES MANNA E IL SUO RAP DELL'ANIMA

«I giovani hanno bisogno di uscire dalle prigioni imposte da questo maledetto virus»

DI GIANFRANCO IOVINO

Alessandro Manna, in arte Ares Manna, è un giovanissimo rapper veronese che proviamo a conoscere meglio in questo incontro con un vero e proprio "talenti di casa nostra", per farci raccontare della sua musica, dei suoi progetti editoriali in corso e di quelli per il futuro.

«Sono nato a Ravenna nel giugno 2002» inizia a raccontarsi Alessandro, «ma mi sento veronese DOC a tutti gli effetti. Sin da piccolo i miei genitori mi hanno avvicinato alla musica, facendomi ascoltare tutti i generi, dalla cantautorale italiana alla Beat inglese e Soul americana, e sono così cresciuto a pane, sogni e sonorità epiche che hanno fatto la storia musicale come quella dei Led Zeppelin, dei Queen, dei Beatles e dei Rolling Stones. Mi sono avvicinato alla musica rapper quando ho assistito al live di Vegas Jones, rapper di Cinisello Balsamo, che mi ha folgorato, al punto da appassionarmi sempre più a questo genere, che è stato per me un amore a prima vista: un colpo di fulmine che ancora alimenta i miei sogni e le mie ispirazioni musicali».

Cosa vuol dire per un giovane

musicista come te il Rap?

«È la musica del momento che permette grande espressione dell'anima, perché è caratterizzata da un linguaggio meno poetico, molto più giovanile, a volte scurrile, ma da strada e di tutti i giorni, e, in quanto tale, permette di raccontare situazioni di ogni giorno che appartengono, per lo più, ai giovani, che mai come in questo momento storico così delicato, hanno bisogno di uscire dai ghetti e dalle prigioni imposte da questo maledetto virus che ci ha imprigionato cuore, anima e sogni».

Qual è la molla che, secondo te, ha spinto così tanti giovani ad ispirarsi e seguire sempre più questa musica particolare, da oltreoceano, nata come grido da strada di denuncia ai soprusi?

«Io credo che, come accade ultimamente per ogni grande moda che ci coinvolge e travolge, tutto parta dall'America attraverso il modello del sogno americano, che si rispecchia oggi anche nel Rap. Vedendo la street credibility che c'è nella West e nella East Coast, è naturale affascinarsi a questa filosofia di vita, trasportata nella musicalità, anche solo e semplicemente in veste di ascoltatori, per poter avvicinarsi



a generi a noi poco conosciuti, fino a qualche decennio fa, e che oggi sempre più i nuovi artisti della musica provano ad emulare o ad ispirarsi, per la capacità che ha questo genere di saperti far raccontare, coinvolgere ed arrivare facilmente a chiunque, perché ascoltandoti comprende che il rap non è solo una musica di protesta, parole senza senso messe in fila, o un'incetta di parole volgari, ma espressione dell'anima, del colore dei pensieri e dell'interiorità di ognuno di noi».

**Cosa racconti nei tuoi testi?**

«Parlo di quotidianità, della vita da piazza del mio quartiere e di tutto ciò che vivo e vedo con gli occhi dell'anima, oltre che con il cuore. Ho una visione molto positiva del mondo, e questo lo devo alla mia musica, perché mi permette di vedere oltre quello che il mondo oggi ci propone. Sono certo che la speranza sia una medicina indispensabile per il genere umano, e nei miei testi ce n'è tanta, e sempre propositiva. Alla fine la vita è una sola e va difesa, apprezzata, goduta e assolutamente vissuta fino in fondo; caso mai sempre con un bel sottofondo rap, che ci faccia da buona colonna sonora alla vita».

Progetti immediati e futuri di**Ares Manna?**

«Per fine agosto è prevista l'uscita del mio ultimissimo brano "Lockdown". Nel frattempo ho partecipato al Contest di Vegas Jones e Redbull con un video che ha totalizzato 12.500 visualizzazioni su Instagram, oltre che raggiungere, lo scorso anno, il 3° posto nel Montanari's Got Talent di Verona. Notizia freschissima è quella che ho superato le selezioni per il Cantagiro 2021, ovviamente, nella sezione Rap».

Dopo questa chiacchierata con Alessandro non ci resta che avvicinarsi sempre più alla «buona musica RAP di casa nostra» attraverso i canali Social di Instagram, Youtube e Facebook del nostro talentuoso rapper Ares Manna.

Rubrica di approfondimento culturale sugli autori veronesi e sulle loro opere

Libri e Autori di casa nostra

Una raccolta di storie di vita quotidiana, da quella borghese alla contadina, dalla penna di Piergiorgio De Guidi

A CURA DI GIANFRANCO IOVINO

Piergiorgio De Guidi ha due grandi passioni: la scrittura e la musica. Ha scritto e diretto musiche per solisti, coro ed orchestra a S. Pietro in Vaticano, S. Giovanni in Laterano, in giro per il mondo e, soprattutto, nei nostri Teatro Filarmonico e Teatro Nuovo di Verona. Da scrittore, invece, lo conosciamo meglio attraverso il suo "GRAN FATI. IL MONDO È DEI FURBI?" un'avvincente raccolta di storie di vita quotidiana, da quella borghese alla contadina, a firma di tante persone comuni che animano la quotidianità del paese di Bovolone, davanti allo sfondo della storia del Novecento italiano.

Quanto è cambiata la mentalità nei paesi di provincia con l'avvento dell'industrializzazione?
«Nella civiltà contadina tutto era chiaro e niente sembrava cambiare mai. Così, come

erano immutabili le categorie sociali e quelle morali. La gente di campagna aveva una mentalità concreta, prospettive anguste, ma nei pochi momenti di quiete sapeva godersi l'esistenza. Poi, tutto è cambiato, partendo dalla compagnia per eccellenza: la TV, che si è trasformata sempre più in un affare colossale, abbandonando la sua funzione pedagogica, mercificando i valori sociali e morali. L'industrializzazione e la modernità hanno cambiato il modo di lavorare, guadagnare, spendere e pensare, mettendo al primo posto "l'aver". L'assenza di cultura ha creato una situazione nella quale ogni uomo e donna presume di insegnare agli insegnanti, istruire gli specialisti, spiegare agli scienziati, ridere in faccia ai preti e gli avvocati, e detenere i principi del vero e del falso, impedendo di fatto l'ascolto e il confronto».

Quali le differenze sostanziali

tra le persone che vivono in città e quelle dei centri periferici come Bovolone?

«Un tempo le differenze erano enormi. Negli anni Sessanta, poi, quando anche i figli dei contadini hanno iniziato a frequentare il Maffei o il Mesadaglia, il contatto con la città ha permesso una evoluzione nel modo di pensare, parlare, vestirsi e pettinarsi. Oggi,

tutti frequentano una scuola superiore e molti conseguono una laurea, e questo abbatte frontiere, senza dimenticare internet, che ha livellato le diversità rovesciando i rapporti con il reale. Non è più l'uomo ad esplorare la vita, ma il mondo che ti assedia, spia le tue abitudini, ed entra in casa ad importi le implacabili leggi del consumismo. Ecco perché oggi non ci sono più differenze tra metropoli e borgo, perché non esistono più confini tra le due distanze».

"IL MONDO È DEI FURBI?" Questo interrogativo, perché?

«Il mondo, inteso come corsa al potere economico e politico, è sempre stato in mano ai disonesti, i profittatori senza scrupoli, e i "furbetti", quelli che sanno trarre profitto ovunque e sempre, anche dalle tragedie altrui. E se è vera questa teoria, noi dobbiamo ribellarci, combattendo ogni forma di totalitarismo e cercare

di cambiare le regole, attraverso la coscienza, la conoscenza e la cultura».

Uno dei personaggi raccontati nel suo libro che consiglia di leggere?

«Sono tanti, ma quello che per trent'anni è stato un faro per la gente del paese di Bovolone, negli anni bui del fascismo della Seconda Guerra Mondiale e il dopoguerra, è senza alcun dubbio il monsignor Bartolomeo Pezzo».

Immergiamoci nel libro di De Guidi, che attraverso quasi un secolo di storia, racconta di gente comune che hanno riempito intere pagine di diario del paese di Bovolone, non più di campagna.

GRAN FATI. IL MONDO È DEI FURBI? di Piergiorgio De Guidi – Officina Grafica Verona – Pag. 216 - 14.00 euro.

CALCIO - CHIEVO

I gialloblù dicono addio alla Serie B. Il TAR l'ultima speranza

CHIEVO, RICORSO BOCCIATO: È LA FINE DI UNA FAVOLA?

DI FRANCESCO CAZZOLA

Il verdetto è amaro. E questa volta, per il Chievo, sembra essere davvero finita.

Il Collegio di Garanzia del CONI ha infatti respinto l'ultimo ricorso presentato, escludendolo di fatto dal prossimo campionato cadetto. Un giudizio negativo di ultimo grado che conferma quanto già decretato in precedenza anche dalla Covisoc e dal Consiglio FIGC, entrambi in linea nel non accogliere i reclami del club. Tramite un comunicato, la società del presidente Campedelli ha annunciato di voler impugnare la decisione presso il TAR del Lazio, «ribadendo di aver sempre operato in linea con le normative vigenti e federali».

L'ESCLUSIONE. La motivazione di fondo rimane legata ad una irregolarità nella rateizzazione dei debiti con il Fisco, problema ravvisato già da diverso tempo. Più nello specifico, si tratta di aver rateizzato in dodici mensilità i contributi di ottobre e novembre 2020 di giocatori, tecnici e collaboratori: un'azione permessa dall'INPS, ma non dalla Covisoc, che richiede invece il saldo degli stipendi in massimo quattro rate.

LA SOSTITUZIONE. I gialloblù, dunque, con ogni probabilità verranno sostituiti dal Cosenza nella griglia di composizione del torneo. La "X" provvisoria inserita nel nuovo calendario verrà occupata dalla squadra calabrese, pronta a essere riammessa come subentrante. Non solo: ancora senza allenatore, il Cosenza starebbe pensando di affidare la guida tecnica proprio a Marco Zaffaroni, attuale mister della formazione veronese. Nel frattempo anche i giocatori e i componenti dello staff stanno già provvedendo ad accasarsi altrove.

Il Consiglio federale, a seguito delle bocciature e dei successivi ricorsi al TAR, ha rinviato la decisione sulla definizione degli organici con i vari ripescaggi. Tuttavia, salvo stravolgimenti, il Chievo si accinge ad uscire di scena dal calcio professionistico italiano, dopo averne fatto parte per 35 anni consecutivi.

LE TAPPE DELLA FAVOLA**LA PRIMA VOLTA IN SERIE A**

Nel 2000/2001 il Chievo di Mister Luigi Delneri viene promosso per la prima volta in Serie A, dopo il terzo posto in classifica nel campionato cadetto.

**IL MIRACOLO CHIEVO**

Al termine della prima stagione in massima serie, il Chievo chiude quinto, entrando addirittura la qualificazione per la Coppa UEFA.

I PRELIMINARI DI CHAMPIONS

All'inizio della stagione 2005/2006 la panchina passa a Giuseppe Pillon, che (complice la situazione Calciopoli) guida la squadra fino al quarto posto, piazzamento valido per la qualificazione ai preliminari di Champions League.

LUNGA PERMANENZA IN SERIE A

Dopo la retrocessione nel 2006/2007, nel 2008 i gialloblù di Giuseppe Iachini tornano in Serie A, dove restano per 11 stagioni di fila.

LA RETROCESSIONE

Il Chievo retrocede in Serie B da ultimo alla fine della stagione 2018/2019, militando per due stagioni nel campionato cadetto e raggiungendo in entrambi i casi i play-off.

CALCIO - HELLAS VERONA

I gialloblù di nuovo a Peschiera dopo le settimane di ritiro

L'HELLAS SALUTA MEZZANO, LA SERIE A SI AVVICINA

DI FRANCESCO CAZZOLA

Mister Di Francesco può ritenersi soddisfatto. È vero, il Verona ha chiuso il ritiro pareggiando a reti bianche con la Virtus di Gigi Fresco, ma si tratta pur sempre di un'amichevole estiva. Ciò che più conta è che lui abbia avuto modo di conoscere meglio i suoi giocatori. E, d'altra parte, è altrettanto importante che la squadra abbia iniziato ad assimilare il suo inedito modello di gioco. Un nuovo assetto, quello del mutevole 3-4-3, che il tecnico ha deciso di proporre per mantenere una linea diretta con lo scorso biennio. La volontà rimane, infatti, di non stravolgere l'efficace giocattolo costruito con cura dal suo predecessore, Ivan Juric.

LE AMICHEVOLI DEL RITIRO

Il bilancio è positivo. Le tre amichevoli disputate hanno dato ottimi segnali a DiFra, che comunque ha voluto proporre delle formazioni sempre diverse, ruotando molto gli uomini

a sua disposizione. Due vittorie liscie, 6 a 0 sulla Top 22 Calcio Veronese e 5 a 0 sul Real Vicenza, accompagnate in chiusura dal pari per 0 a 0 proprio con la Virtus. Un test, quest'ultimo, in cui i carichi di lavoro si sono fatti sentire, con i gialloblù appesantiti e poco brillanti, specie nel corso del primo tempo. Le indicazioni più importanti sono arrivate soprattutto dai giovani, i Primavera aggregati con i grandi. Cancellieri, Bragantini, Terracciano, Coppola, Turra: tutti profili interessanti del vivaio che possono crescere ancora e che fanno ben sperare per il futuro. Un elemento che non ha avuto possibilità di esprimersi è stato invece Kevin Lasagna, infortunatosi in allenamento. La speranza è che il centravanti, operato al ginocchio sinistro, riesca a rientrare in tempo per l'inizio di campionato.

IL MERCATO

Finora pochi movimenti, ma mirati, quelli messi a segno dal diesse Tony D'Amico. Il primo acquisto è stato Martin Hongla, in ritiro sin dalle battute iniziali. Il centrocampista centrale came-



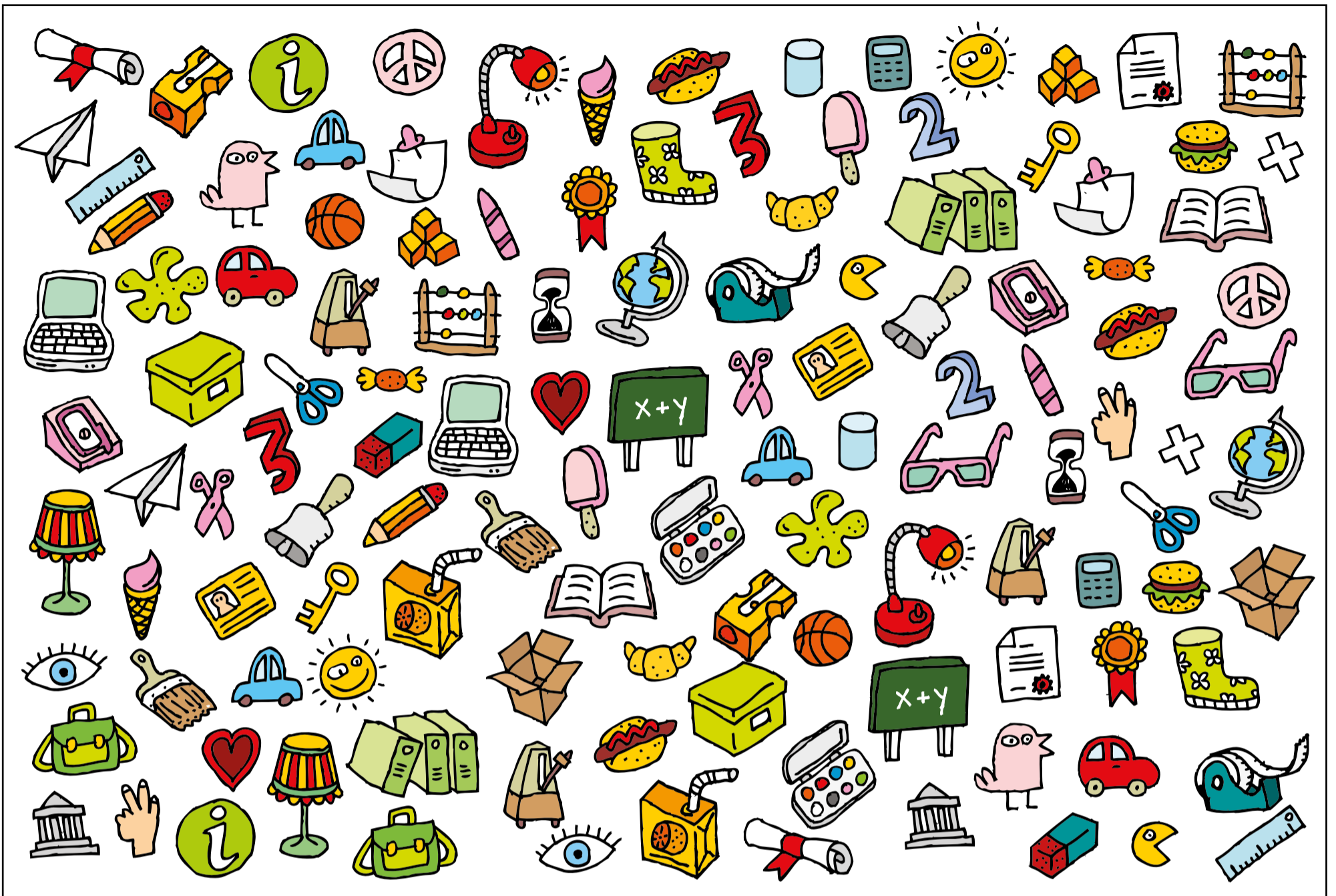
runense, classe 1998, è arrivato in prestito con obbligo di riscatto dall'Anversa. Un giocatore che ha dimostrato di saper dare fisicità in mezzo al campo, e che è stato provato in coppia sia con capitano Veloso che con Tameze. Le prime partenze sono state invece quelle di Destiny Udogie e Marco Silvestri, entrambi in scadenza, ceduti a titolo definitivo all'Udinese. Per rimpiazzare il portiere emiliano è stato ingaggiato dal Benevento il pari ruolo Lorenzo Montipò, classe 1996. Dopo vari prestiti ha salutato anche Karim Laribi, direzione Reggina, mentre appare incerto e da definire il futuro di Samuel

Di Carmine, Mariusz Stepinski e Alan Empeur. Ai dettagli il ritorno di Ivan Ilic, centrocampista classe 2001 di proprietà del Manchester City, così come il prestito con riscatto dalla Juventus per il terzino classe 1999 Gianluca Frabotta. Resta viva, inoltre, l'ipotesi di due prestiti dall'Atalanta: piacciono l'esterno 2000 Bosko Sutalo e l'attaccante 1997 Sam Lammers. Gli ultimi ritocchi si decideranno anche in base al sacrificio (o meno) di uno dei pezzi pregiati: Mattia Zaccagni e Antonin Barak, in tal senso, rimangono i gioielli più ambiti. Ora l'Hellas sta proseguendo

a Peschiera la preparazione avviata nel ritiro di Mezzano, avvicinandosi progressivamente al terzo campionato di fila in Serie A. Già fissate per il 6 e il 7 agosto le amichevoli con Spal e Sampdoria, le ultime in programma dopo quella vinta 3 a 2 col Modena. Tutti step fondamentali per presentarsi pronti e rodati alla prima giornata, che si giocherà dopo il primo turno di Coppa Italia. Allora appuntamento a sabato 21 agosto, ore 18.30, stadio Bentegodi. Subito il Sassuolo. Subito l'ex DiFra avversario del suo passato.

A CACCIA... DEL TERZO

Nel riquadro sottostante gli oggetti si ripetono tutti due volte, tranne tre elementi che si ripetono tre volte. Sapresti individuarli?



QUANTE NE SAI?

<p>1. In che anno, durante il Risorgimento, fu proclamato il Regno d'Italia?</p> 	<p>2. Quanti sono, attualmente, gli elementi della tavola periodica? 98, 118 o 142?</p> 	<p>3. Come si chiama la soap opera spagnola con protagonisti Pepa, Donna Francisca e Raimundo?</p> 	<p>4. Chi è l'autore della commedia teatrale "La Locandiera"?</p> 	<p>5. Come si chiama la tecnica di cottura che prevede l'avvolgimento del cibo in un foglio di carta o in un sacchetto e quindi la cottura?</p> 
<p>6. In un'automobile, quale componente ha la funzione di smorzare gli urti e le oscillazioni durante la guida?</p> 	<p>7. Quali sono le cinque discipline disputate durante una gara di Pentathlon moderno?</p> 	<p>8. Come si chiama il mare compreso tra l'Africa nord-orientale e la penisola araba?</p> 	<p>9. Chi è l'attuale Ministro dell'Istruzione?</p> 	<p>10. Chi ha vinto il Festival di Sanremo nel 2019 con il brano "Soldi"?</p> 

QUANTE PERSONE CI SONO?

Sei capace di contare? Allora indovina quante persone ci sono nella vignetta.



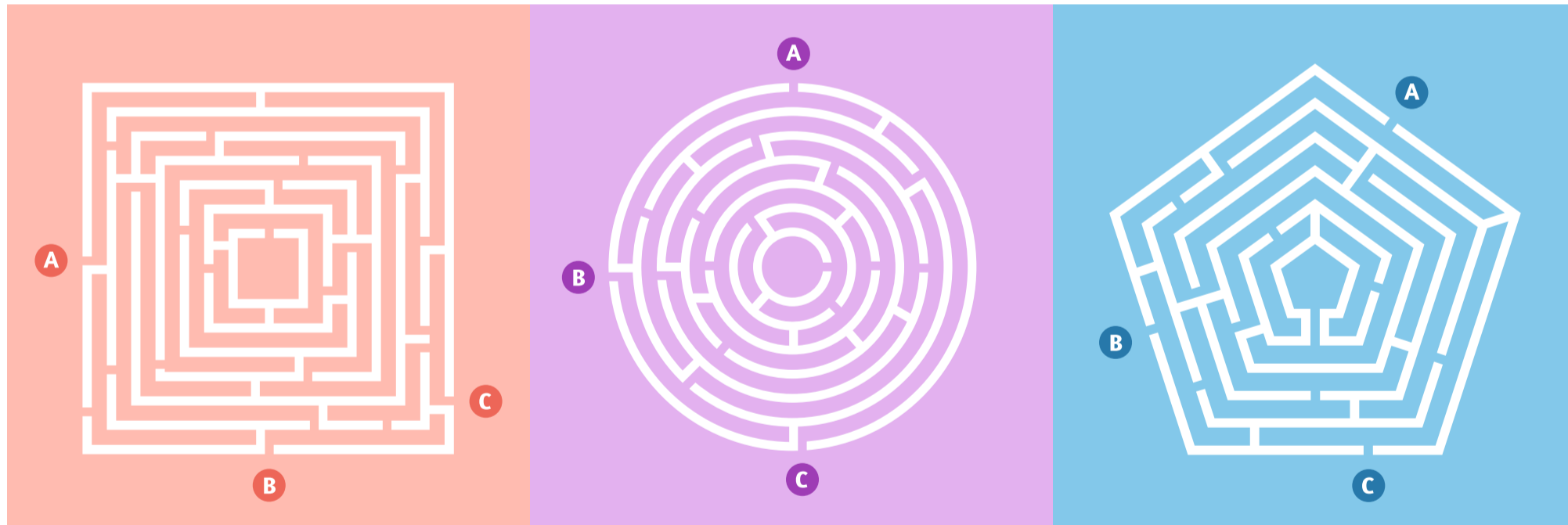
LE DIFFERENZE

Nel riquadro di destra sono stati sostituiti otto elementi rispetto a quello di sinistra. Sapresti individuarli?



LABIRINTO-MANIA

Per ogni labirinto, solo uno dei tre ingressi conduce al centro. Sei in grado di trovare il giusto percorso in tutte le figure?



SOLUZIONI

A CACCIA... DEL TERZO

QUANTE NE SA?I

1. 1861
2. 118
3. Il Segreto
4. Carlo Goldoni
5. Il cartoccio
6. Sospensioni!

QUANTE PERSONE CI SONO?

7. Scherma, nuoto, equitazione, corsa e tiro a segno
8. Mar Rosso
9. Patrizio Bianchi
10. Mahmood

LE DIFFERENZE

LABIRINTO-MANIA

RACCOLTA BOLLINI

RISERVATA AI TITOLARI
DI CARTA CLUB

FINO AL 5 SETTEMBRE 2021

ARIA *di* bellezza

Ogni giorno sempre più belle
con gli esclusivi strumenti di bellezza
scelti da **Lorella Cuccarini**



www.ariadibellezza.it

IMETEC

L'ITALIA DELLE IDEE

CARRARA®

LUXURY BATH LINEN SINCE 1948

SwissHome®

REGOLAMENTO

Fino al 5 settembre 2021 ricevi un bollino ogni 15€ di spesa (scontrino unico, multipli inclusi) e a fronte dell'acquisto di prodotti sponsor. Applica i bollini sull'apposita tessera e al raggiungimento dei bollini indicati, potrai ritirare il tuo premio aggiungendo un contributo.

A&O
il meglio vicino a te

famila
Con noi sei in famiglia.

GALASSIA
l'iperisparmio