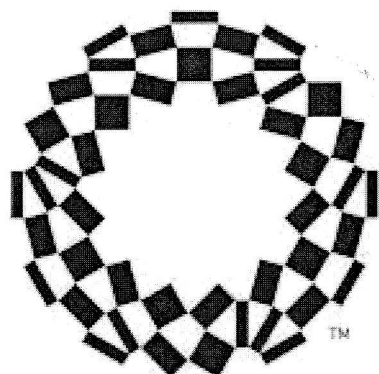
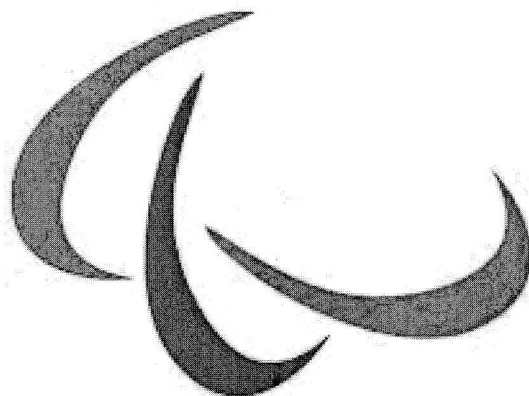
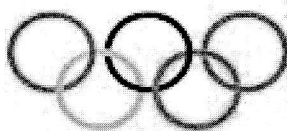


Editoriale - Finite queste strane, bellissime Olimpiadi !



TOKYO 2020



Ogni quattro anni (in questa occasione ne abbiamo aggiunto uno) si svolgono le olimpiadi Estive. Del resto abbiamo letto la dicitura Tokyo 2020 nelle giornaliere rubriche sportive. Queste Olimpiadi sono divenute realmente Tokyo 2021 a causa dello slittamento di un anno, nella speranza che la pandemia causata dal Covid, nel 2021 si sarebbe drasticamente attenuata. Con rammarico ci accorgiamo che lo stato d'allarme non è ancora cessato, in ogni caso con limitazioni più contenute comunque le gare si sono svolte e la nostra attenzione è passata a verificare i risultati della più numerosa rappresentativa olimpica Italiana di tutte le edizioni 186 atleti equamente suddivisi, tra maschi e femmine speravano di raggiungere il maggior numero di medaglie di tutte le precedenti edizioni e superare le 36 del 1932 a Los Angeles. In questa occasione due grandi campioni concludono la loro avventura olimpica: Aldo Montano con un splendido argento e Federica Pellegrini con la sua quinta finale olimpica e uno splendido Settimo posto. Oggi giunti alla fine possiamo affermare che l'obiettivo è stato raggiunto Quaranta medaglie ed alcune di oro pregiatissimo come nell'atletica leggera nella velocità gli eredi di Mennea nei 100 metri piani e la staffetta 4x100 a dimostrare che è tutto un settore che è riuscito a raggiungere livelli notevoli senza infondati e inutili sospetti di doping. Oro anche al quartetto dell'inseguimento di ciclismo su pista, dove oltre a vincere abbiamo anche stabilito il record del mondo. Dimostrando ai nostri cicloturisti, che se quattro si allineano uno dietro l'altro vincono una medaglia d'oro e non intralciano sulle strade Provinciali come spesso avviene. Ed anche marciando sia uomini che donne hanno dimostrato che anche gli abitanti di pianura possono competere con gli atleti degli altipiani Africani.

Grande risultato per tutto lo sport Italiano e in fondo per tutta una Nazione che pur con pochi praticanti al confronto delle superpotenze ha dimostrato che una precisa programmazione e un lavoro mirato e continuo unito a qualche talento naturale portano sempre a buoni risultati. Unico neo, gli sport di squadra dove non siamo riusciti, ad eccezione delle "farfalle" della ginnastica ritmica, ad ottenere i risultati sperati. Ora puntiamo a ripetere buoni risultati anche alle Paralimpiadi, e le prime giornate lasciano ben sperare, si concluderanno con un'altro record per la nostra rappresentativa con un totale di ben 69 medaglie.

L'unico aspetto negativo in queste olimpiadi Nipponiche ben organizzate e gestite risulta l'assenza del pubblico negli stadi e negli impianti, causa il solito spettro del covid, speriamo presto di ritornare alla normalità sconfiggendo questo subdolo virus aiutato da tanta poca attenzione al rispetto delle regole che avrebbero dovuto limitare il contagio. Ora il dibattito si è spostato sull'uso del vaccino, più che su quale tipo di vaccino, informandoci con rapporti scientifici più che su sensazioni o sul sentito dire, ci si sarebbe accorti che tra i tre vaccini proposti uno di questi non iniettava nel nostro organismo un virus idebolito ma bensì contiene le molecole di RNA Messaggero, che presentano al loro interno le indicazioni per costruire le proteine spike del virus, la loro presenza stimola così la produzione da parte del nostro sistema immunitario degli anticorpi specifici quindi decisamente più sicuro e "naturale"



Cheesecake alla Zucca



Basso



40'



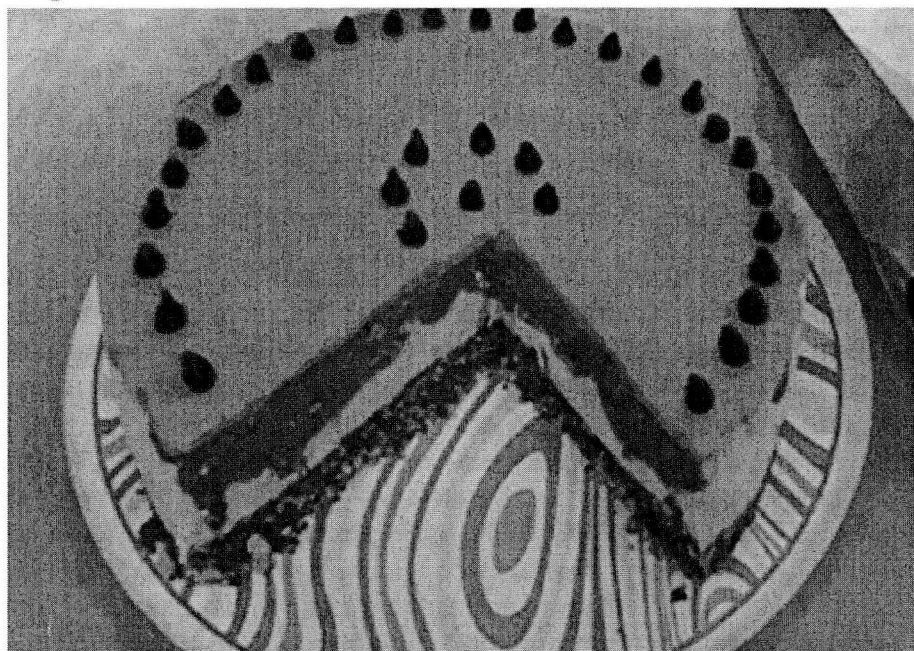
Facile



8 Porzioni



Ingredienti



100 gr biscotti senza grassi/zucchero
50 gr cioccolato fondente senza zucchero
250 gr ricotta
100 ml panna vegetale

70 gr truvia
5 fogli di gelatina
1 cucchiaino di cacao amaro (circa 15-20 gr)
20 gr goccioline di cioccolato
350 gr polpa di zucca

Preparazione :

Sbriciolare per bene i biscotti ed amalgamarli con il cioccolato fondente fuso. Rivestire la base di una tortiera rotonda a cerniera dal diametro di 17 cm con carta da forno. Adagiare il mix premendo bene con un cucchiaino per formare una base uniforme e ben impaccata. Mettere in freezer per circa 10 minuti. Frullare la zucca precedentemente cotta (al forno o lessata) e lasciare raffreddare. Aggiungere poi la truvia e mescolare fino ad ottenere un composto liscio e cremoso. Spostare 250 grammi di questo mix di zucca in una ciotola ed aggiungere la ricotta mescolando per bene. A questo punto dividere il composto a metà: in una parte mescolare le gocce di cioccolato e nell'altra il cacao a polvere. Scaldare 50 ml di panna su un pentolino e scioglierci dentro 2 fogli di gelatina (precedentemente ammollati in acqua fredda per 5 minuti) ed unirli alla metà con le gocce di cioccolato mescolando bene. Adagiare il composto sopra la base di biscotti e raffreddare velocemente in freezer per 10 minuti. Nel frattempo ripetere la stessa cosa con i rimanenti 50 ml di panna ed altri 2 fogli di gelatina ed aggiungerli nella metà con il cacao. Mescolare bene il composto ed adagiarlo sul primo strato, cercando di non far mescolare troppo i due composti. Lasciar solidificare in frigo per almeno un paio di ore. Scaldare qualche cucchiaino di acqua e sciogliervi dentro il rimanente foglio di gelatina (precedente ammollato in acqua fredda per 5 minuti) ed unirli ai rimanenti 100 gr di zucca mix. Dopo aver mescolato bene versare il composto sulla tortiera come ultimo strato della cheesecake e lasciar solidificare per circa un paio di ore in frigo. Decorare prima di servire.



Abbinamento

Goldmuskateller Cantina di Colterenzio(BZ)



Conoscere le AGEVOLAZIONI di Mariagrazia Franco

Superbonus 110%: un'occasione anche per i disabili

Se hai la necessità d'installare un ascensore, un montacarichi o una rampa per rimuovere le barriere architettoniche presenti nella casa in cui vivi, questo è il momento favorevole per iniziare i lavori. E' possibile infatti usufruire del "Superbonus 110%", in vigore fino al 2023.

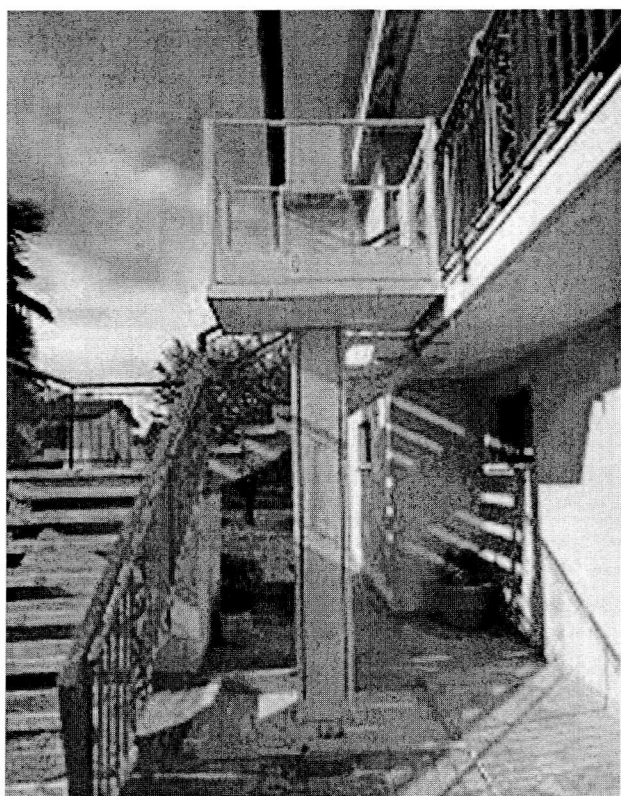
Il "Superbonus" è un'agevolazione concessa dallo Stato per incentivare il miglioramento energetico degli edifici. La legge di Bilancio 2021 accorda il superbonus 110% anche per l'installazione di ascensori e montacarichi. In pratica è possibile installare ascensori o rampe gratuitamente perché tutta la spesa può essere detratta al momento della denuncia dei redditi. In alternativa alla detrazione diretta è possibile optare per un sconto in fattura praticato dal fornitore dell'ascensore/rampa o per la cessione del credito corrispondente alla detrazione spettante.

Per usufruire del Superbonus il contribuente deve sostenere alcuni costi burocratici e in particolare quelli riguardanti:

- il visto di conformità dei dati relativi alla documentazione, rilasciato dai CAF e dagli intermediari abilitati alla trasmissione telematica delle dichiarazioni (dottori commercialisti, ragionieri, periti commerciali e consulenti del lavoro).

- La perizia tecnica asseverata da un professionista (es. il direttore dei lavori, il progettista, il collaudatore, ecc.) relativa agli interventi effettuati rispettando i requisiti tecnici necessari e la congruità delle spese sostenute.

Gli interventi di abbattimento barriere architettoniche possono essere effettuati in case singole o in abitazioni in condominio. Per godere del Superbonus è necessario che il disabile richiedente sia persona con handicap grave di cui alla legge 104 del 1992. Ne hanno diritto anche persone di età superiore a 65





come MUOVERSI di Catia Mezzalana

La mia esperienza di Waketour

Volevo farvi partecipi della mia esperienza con il wakeboard. Una mattina di giugno al cdm mi viene proposto di partecipare ad una uscita al laghetto di Resana, per fare un'esperienza con il wakeboard. Una cosa che non avevo mai visto prima d'ora, però mi destava molta curiosità. Ero molto felice ed euforica di vivere qualcosa di nuovo.

Arrivati lì, la cosa in primis che i miei occhi videro furono pettorali, tatuaggi e tanti muscoli. Una musica dolce invadeva tutto il contesto. La sensazione che questo clima rilassante mi trasmetteva fu di armonia.

Inizialmente, mi misi a guardare cosa fosse questa disciplina a me sconosciuta. Solo dopo mi resi conto di quanti ragazzi con disabilità c'erano lì, questo mi ha incuriosito ancora di più.

Mentre mi stavo rilassando nel parco, osservando gli altri partecipanti cavalcare l'onda, Monica mi fece una domanda che mi fa tutt'ora riflettere: mi chiese se fossi agitata o se avessi paura. Io mi sorpresi molto, perché effettivamente sono una persona che va in agitazione nelle situazioni nuove e imprevedibili. In quel momento invece, ero tutt'altro che spaventata! Ero davvero tranquilla. Vedevo la gente che provava felicità e questo mi ispirava fiducia. Mi ricordo un ragazzo che aveva paura dell'acqua e una bimba piccola molto coraggiosa.

Ora come ora, mi stupisco di me stessa. Ero entrata nel loro mondo: queste persone molto empatiche non mi hanno dato tempo di pensare o dubitare di me. "Catia cosa fai ora?" Toccava a me! Mi misero il giubbotto, il casco e mi fecero sedere in una particolare sedia e afferrare una specie di palo chiamato bilancino e mi dissero "lasciati andare, segui l'acqua!" Che emozione indescrivibile! Anche solo scrivendo queste cose mi sento la pelle d'oca su tutto il corpo! Ho gridato dall'euforia. Questo senso di libertà bellissimo mi è rimasto impresso. Tornata a casa, ho raccontato a tutti, fino all'esaurimento, questa mia esperienza. Gli istruttori mi hanno spiegato benissimo come comportarmi mentre ero sull'acqua. Sono stati molto disponibili e questo mi ha dato sicurezza! Se sicuramente rifarò questa esperienza, mi farei spiegare meglio come muovermi subito dopo la partenza in acqua! L'unica nota negativa è che questo sport non è proprio per tutti. Il guscio che ti contiene e ti trasporta nell'acqua non è abbastanza capiente da contenere chiunque. Io stessa ci sono entrata per un pelo. Penso che non debba essere limitato dal peso di una persona. Dovete dare a tutti la possibilità di vivere questa esperienza. Non è una critica, ma solo un consiglio, perché anche una persona con 5 kg in più deve viverla! Motivo in più che siamo disabili, poi ci mettiamo anche il peso mi sembra un po' troppo! Questo clima sereno vuol dire tanto: anche la scelta della musica non è un caso. A me sembrava di essere in un'isola tropicale. Volare a pelo dell'acqua è stato stupendo! Quando sono caduta volevo sapere cosa avessi sbagliato. "Era la prima volta Catia! Intanto siamo partiti, la prossima volta riuscirò a resistere di più". Penso che la definizione giusta sia volare a filo dell'acqua!





SPORT per tutti di Andrea Rossetto

Dal 10 al 14 agosto, per il terzo anno consecutivo, è stata proposta l'attività sportiva del wakeboard organizzata al Veneto Cable Park di Resana. Il corso è stato proposto dal campione europeo paralimpico di sit-wake (il wakeboard da seduti) Emanuele "meme" Pagnini aiutato dalla figlia Claudia, campionessa mondiale di wake, e dai ragazzi del Cable Park sempre pronti al salvataggio.

Il wakeboard è un bellissimo sport acquatico, praticato soprattutto nei laghi attrezzati, consiste nel rimanere in equilibrio sopra ad una tavola, si viene trainati per mezzo di una corda e di un bilancino permettendo così di eseguire un percorso composto da curve e salti.

Io l'ho fatto per il terzo anno consecutivo, e con la mia malattia degenerativa ho avuto sempre più difficoltà, ma a parte questo è uno sport che consiglio a tutti perché ti dà l'opportunità di passare una giornata unica e incontrare nuovi amici.

Per quanto mi riguarda questo sport riesce a farmi respirare quell'aria che chiamo libertà! Ed è una sensazione strana, ma allo stesso tempo bellissima, sperando non finisca mai.

La parte per me più complicata sono la partenza e le curve perché se non riesci a spostare il tuo peso, sopra la tavola e in modo corretto, finisci in acqua. Nel mio caso il controllo del busto è molto basso e il rischio di farmi un bel bagnetto è molto alto.

Ma ci resti poco, perché subito arriva quella barchetta con delle persone meravigliose che ti aiutano a risalire, facendoti sorridere, per avercela fatta da solo anche per poco. Tutto questo mi dà una carica assurda e nonostante tutte le mie difficoltà posso farcela!

Io lo consiglio a tutti e non solo come sport in sé, ma perché ti permette di capire i tuoi limiti e metterti alla prova



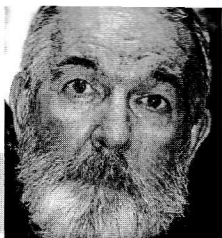
COMITATO OLIMPICO ITALIANO



ITALIA



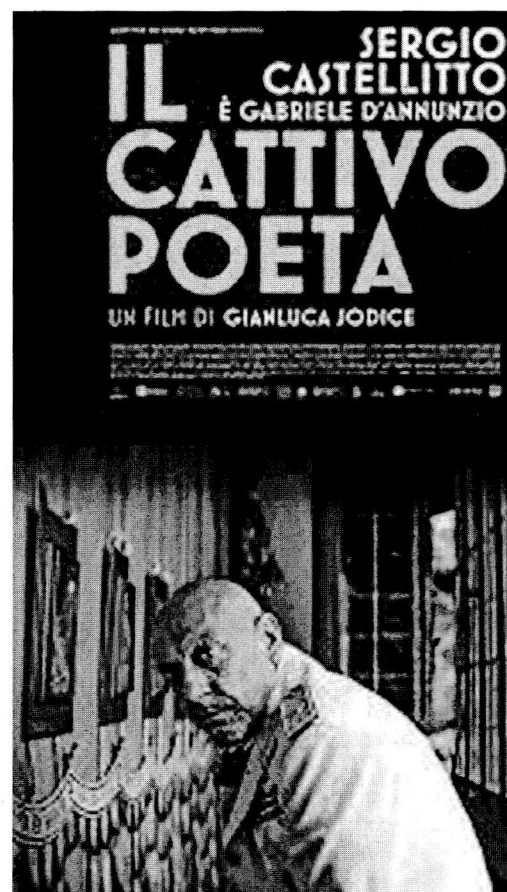
VENETO CABLE PARK



AUDIOVISIVI a cura di Giancarlo Bisaglia

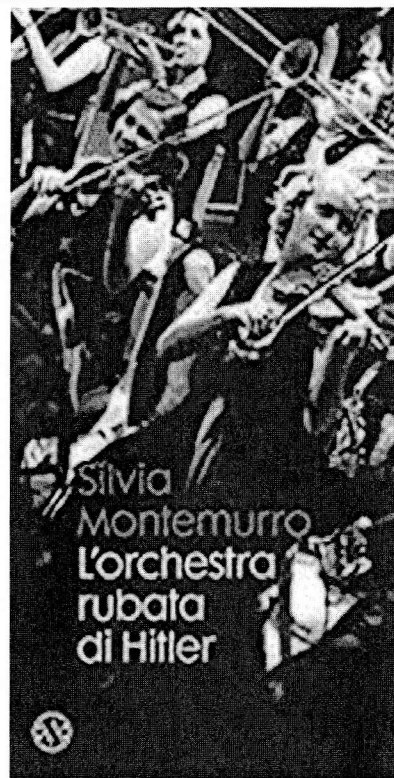
DVD Il Cattivo Poeta di Gianluca Jodice

"Ma cos'è questa crisi?" strimpellava nel 1933 la canzonetta di Rodolfo De Angelis, cara agli ambienti futuristi. Non è un caso allora che il suo scanzonato "perepè perepè" accompagni la scena iniziale del film (in sala dal 20 maggio 2021) con cui Gianluca Jodice decide coraggiosamente di raccontare gli ultimi anni di Gabriele D'Annunzio tra il 1936 e il 1938, legandoli indissolubilmente alle vicende dell'Italia fascista alla vigilia dell'alleanza con la Germania di Hitler. Un'opera prima tutta in levare, monumentale nell'aspetto (come leggerete nelle recensioni del "Il cattivo poeta") e teatrale nell'impianto, mai didascalica o oltremisura, grazie anche all'interpretazione granitica di Sergio Castellitto e a quelle sempre credibili e ben orchestrate del resto del cast. Non c'è nulla di banale nel biopic prodotto da Matteo Rovere e Andrea Paris, nulla che occhieggi a una lezione di storia o ad un'agiografia nel tentativo di riabilitare una figura condannata per decenni alla *damnatio memoriae*. C'è piuttosto un fine impegno filologico nel costruire i dialoghi basati sui documenti e i carteggi dell'epoca, che riportavano stralci dei discorsi del Vate. Una contrapposizione tra il più giovane federale italiano del periodo, incaricato dal regime di controllare a sua insaputa l'ormai anziano "comandante", tutti e due avranno modo di cambiare delle opinioni dalla reciproca frequentazione. La scenografia, unica grazie agli ambienti originali del Vittoriale degli Italiani, è la vera dimora di D'Annunzio. unico neo a mio parere: il titolo, sarebbe stato giusto "il poeta cattivo"



LIBRI CONSIGLIATI: Silvia Montemurro l'orchestra rubata di Hitler

Berlino, anni Trenta. A Elsa hanno sempre chiesto di obbedire, di fare prima la brava bambina, poi la perfetta moglie tedesca. Intorno a lei, molte donne hanno fatto lo stesso, pronte a servire il Reich accanto ai loro uomini invincibili. Ma l'equilibrio fragile sul quale è costruita la sua vita sta per spezzarsi: suo marito Heinrich, ufficiale delle SS, ha ricevuto un importante incarico segreto, e per la prima volta non è disposto a parlarne con lei. Per scoprire di cosa si tratta, una sera lo segue di nascosto, lo vede entrare in un appartamento, parlare con un superiore, infine trafugare la custodia di un violino. Non un violino qualunque: un Guarneri del Gesù, uno dei pochi esistenti, dal valore inestimabile. Ma Elsa vede anche un'altra cosa: la foto della ragazza che possedeva quello strumento, nei cui occhi riconosce una sofferenza comune. Decide così di cercarla, a qualunque costo, anche se questo significherà mettersi in grave pericolo e gridare la sua voglia di libertà in faccia all'uomo più pericoloso che il Novecento abbia conosciuto. Riportando alla luce uno dei crimini meno noti della storia nazista, Silvia Montemurro compone e dirige con maestria una travolgente opera a due voci, quelle di due donne divise dalla Storia e unite dalla musica.





Tra Fantasia e Realtà" a cura di Elena Tonello

Tra Fantasia e Realtà'

Questa nuova rubrica nel Magazine sarà dedicata al racconto di brevi storie "ritagli di vita".

Storie fantastiche, vere, allegre, tristi, insomma sta a voi decidere cosa.

Iniziamo con la prima, poi se avrà successo ce ne saranno delle altre....

Episodio 1

Luca e Laura sono sempre stati fin da piccoli grandi amici: elementari, medie, liceo, sempre assieme.

L'amore per la musica e le moto è il legante che li ha sempre accomunati.

Col passare degli anni anche un altro sentimento cresce fra di loro: l'amore.

La loro storia durò molti anni, durante i quali le parole "convivenza" o "matrimonio" non furono, però, mai considerate.

Laura lavorava come segretaria in una ditta di import export di arredamento etnico, Luca invece faceva il magazziniere all'interno della stessa ditta.

Gli unici momenti in cui vivevano assieme era durante il periodo delle vacanze estive, o invernali, durante i quali viaggiavano all'estero o in Italia. Luca e Laura fu questo che probabilmente creò la rottura tra i due.

Dopo la separazione Luca si dà alla bella vita in compagnia.

Ritrova alcuni dei vecchi amici... concerti, serate a ascoltare musica dal vivo nei locali e poi nel week end si parte per "l'isola che non c'è": l'isola di KRK in Croazia.

.Qui Claudio conosce Eva e con lei è amore a prima vista..... Eva ha 8 anni più di lui, ma non è un problema, dopo qualche settimana vanno a vivere assieme e condividono molti interessi, uno fra questi è la stessa passione per le moto.

L'ultima domenica di Luglio, come ogni week end, partono per un giro in moto, direzione Isola Verde, zona Scardovari. Si fermano per pranzo in una piccola trattoria dove nessuno ci avrebbe messo piede (né fuori, né tanto meno dentro, aggiungo io). A volte in questi posti è consigliato chiudere un occhio..... anche entrambi, meglio! Escono verso le 15 del pomeriggio, faceva molto caldo e decidono di tornare a casa. In sella alla loro moto percorrono quella strada già percorsa un milione di volte, in direzione Padova.

Dal lato opposto un giovane con un fuori strada in sorpasso li becca in pieno. Claudio ne esce con qualche costola rotta, tanto botte, ma nulla di grave.

Eva tante botte, pure lei qualche costola rotta e con una bruttissima frattura alla gamba. Purtroppo non c'è nulla da fare e il personale medico si trova costretto ad amputare l'arto!

E' passato più di un mese da quella domenica,

Claudio ora abita dal fratello temporaneamente visto il crollo psicologico derivato dall'incidente. Eva si sta riprendendo poco alla volta... Claudio sostiene che Eva sia la forza in persona, non è un persona che si piange addosso, anzi. Il contrario.

Al momento Claudio e Eva non possono tornare nel loro appartamento senza ascensore, al quarto piano, comunque stanno cercando un alloggio adatto alla nuova condizione...

Un'amica mi ha detto "ma è triste non puoi iniziare una nuova rubrica con una storia come questa" al che ho risposto "La vita non ti fa scegliere ti dà al massimo una seconda possibilità."

Scrivono per noi

Il Doganiere - Novella

Cento metri distanziavano le due frontiere, il poliziotto Huber su quella Svizzera salutò al passaggio di Fausto. Innanzi a lui, l'anziano Fausto Gervasoni, vecchio contrabbandiere italiano senza neanche dargli peso, che ogni mattina da più di vent'anni sceso dal treno che lo portava da Como, a Mendrisio rientrava in Italia con la sua solita cariola stracolma di fieno. La stessa scena da anni, curvo sotto il suo carico di fieno doveva passare la meticolosissima ispezione del brigadiere Rezzonico della guardia di finanza italiana, questi prossimo alla pensione sapeva che il Gervasoni qualcosa contrabbandava sicuramente da più di vent'anni, ma non era riuscito a scoprire cosa nascondesse, sotto quel fieno, sicuramente portava dalla Svizzera all'Italia, qualcosa di contabbando?

Quindi come ogni mattina, lo perquisiva scaricava tutto il fieno e verificava smontandola in ogni sua parte la cariola sospetta.

Il brigadiere bisogna ammettere la rimontava e la riconsegnava a Fausto ricaricandola di tutto il fieno con gran fatica, alla fine. Nulla!

Il grande giorno era giunto! Rezzonico sarebbe andato in pensione, erano tutti invitati alla festa d'addio, naturalmente anche il collega Svizzero Huber e perché no, anche il Fausto.

Brindisi e saluti nella dogana italiana, tutti contenti, quando una voce si levò alta "Fausto oramai sono in pensione, da più di vent'anni cerco di capire cosa contrabbando dalla Svizzera all'Italia, vedi non sono più un finanziere ora puoi dirmelo, fammi questo regalo di commiato!

Tutti incuriositi in silenzio attendevano la risposta.

Fausto si schiarì la voce: Signor "ex" brigadiere, Lei è stato sempre scrupoloso nei suoi accuratissimi e costanti controlli, ora posso dirglielo, lo contrabbando..... Cariole!

In questi anni..... più di 8789 Cariole



Curiosità: Esiste veramente il confine tra Italia e Svizzera a Como, addirittura nel centro della cittadina sul lago omonimo.

I tre personaggi citati, si riferiscono a quelli proposti dal trio Aldo Giovanni e Giacomo, nelle famose performance denominate gli "Svizzeri", il poliziotto Svizzero Huber che poteva rimanere offeso, la vittima Rezzonico e lo stilista milanese Fausto Gervasoni, cercate le esilaranti gesta su You Tube.

Risate assicurate!