Sagra del Tartufo di Sant'Agostino
Bosco della Panfilia
NOVEMBRE 2008:
venerdì 7 - sabato 8 - domenica 9
venerdì 14 - sabato 15 - domenica 16
venerdì 21 - sabato 22 - domenica 23

Sportcomuni
Edizione Alto Ferrarese
DIFFUSIONE GRATUITA
Anno II - N° 11
Novembre 2008
Finito di stampare il 08/11/08
redazione@sportcomuni.it
il mensile sportivo del territorio
Distribuito nei territori di: Bondeno, Mirabello, Poggio Renatico, Sant'Agostino, Vigarano Mainarda

Tiro a Segno · Pattinaggio Artistico · Pallavolo · Tennis · Atletica · Squash · Basket · Hockey su Prato · Ciclismo Turistico · Calcio · Tiro con l'arco · Nuoto · Bocce - Boccette · Badminton · Arti Marziali · Canoa

UN AUTUNNO RICCO DI EVENTI

Una stagione corredata da piccoli e grandi appuntamenti sportivi

Cari lettori,
dopo i trionfi di Valentino Rossi, arriva un altro successo per i motori nostrani. E' una vittoria, è il caso di dirlo, agrodolce: il campionato del mondo a squadre di F1 sembra infatti un premio di consolazione. Massa ha perso il titolo piloti in modo paradossale: dopo aver passato il traguardo da vincitore del Gran Premio del Brasile, ormai neo campione del mondo… è stato beffato da un sorpasso di un ineffabile Hamilton ai danni di Timo Glock, che cedendogli la quinta posizione, regala all'inglese il punto in più necessario a soffiare il titolo a Massa. La stagione è stata condizionata da altri fattori, come alcuni gravi errori di impostazione della tattica di gara da parte del Cavallino Rosso e… dei suoi meccanici, che ai tempi di kaiser Schumacher erano a dir poco perfetti, ma che in questa stagione sembrano essere "invecchiati" improvvisamente. L'ultimo G.P. ha così visto qualche raro colpo di scena, mancato invece in tutto il campionato 2008. Passando al ciclismo professionistico, è stato dato l'annuncio del ritorno alle gare di un campione come Lance Armstrong, che si presenterà con l'intenzione di vincere nel 2009 all'edizione numero 100 del Giro d'Italia. Il 12 ottobre è stata una giornata importante anche per la vela italiana. Se nel 1492 Cristoforo Colombo scopriva l'America, 516 anni dopo, la Barcolana, la regata più affollata del mondo, a cui partecipano centinaia di piccole e grandi imbarcazioni a vela, ha compiuto 40 anni.

Foto in alto: la Vassalli Basket durante un attacco.
Foto in basso: Idris, Milena Cariani, Marco Amelio e Stefano Tacconi

Rimane molto attivo anche lo sport nell'Alto ferrarese: le ragazze della Vassalli hanno inaugurato il nuovo Palavigarano, a suon di canestri e mostrando un ritmo di successi impressionante con cinque vittorie su sei incontri. Michele Montori ha invece vinto per il secondo anno consecutivo il campionato italiano formula driver Uisp.
L'Hockey Bondeno sta attraversando una fase delicata caratterizzata da infortuni e sconfitte. Si è poi svolta, con una rilevante presenza di partecipanti, la tradizionale gara di corsa "'Na Spadzada par Bunden", in cui hanno partecipato molti bambini anche delle scuole dell'obbligo.
A Poggio Renatico verrà presto inaugurato il nuovo campo coperto di tennis, mentre Andrea Zapparoli ha vinto il campionato regionale Uisp di corsa campestre.
Mirabello ha visto la conclusione del Trittico di San Simone, brillante manifestazione per cicloamatori e festeggia le prime attività di un'associazione di ciclisti amatoriali, la Team 6. Infine, molto fermento è stato dato dalla sagra del tartufo di Sant'Agostino, ideata per reperire risorse da destinare alla squadra del paese e che sta ampliando la proprie attività enogastronomiche.
Buona lettura!

FRANCESCO LAZZARINI

Bondeno — pag. 6 — "Spadzada"
Vigarano Mainarda — pag. 8 — Vassalli Basket
Poggio Renatico — pag. 10 — F.lli Zapparoli
Sant'Agostino — pag. 12 — Sport e promozione
Mirabello — pag. 14 — Ciclismo
Cento — pag. 16 — Scuola Calcio Centese
Marisa Antollovich — pag. 19 — La corsa
Daniele Bolognesi — pag. 20 — Piede piatto
InformaSalute AUSL — pag. 21 — Vaccinazione
Sport Art — pag. 23 — Carlo Tassi

DAL 2008 APPARTENENTE ALL'ASSOCIAZIONE NAZIONALE CITTA' DEL TARTUFO
Sagra del Tartufo di Sant'Agostino
Bosco della Panfilia
ASSOCIAZIONE TURISTICA SAGRE e DINTORNI
APPUNTAMENTO AUTUNNALE...
...con prenotazione
NOVEMBRE 2008:
venerdì 7 - sabato 8 - domenica 9
venerdì 14 - sabato 15 - domenica 16
venerdì 21 - sabato 22 - domenica 23
Dalle ore 19.00 e
la domenica aperto anche a mezzogiorno
Per informazioni e prenotazioni:
Tel. 345 - 4056189 e-mail: sagradeltartufo@alice.it
o visitate il sito: www.sagradeltartufo.net

Tiro a segno

BAGNOLATTI D'ARGENTO

Ottima la performance del bondenese ai master di Bologna

La Sezione di Tiro a Segno di Bondeno festeggia l'argento conquistato da Benito Bagnolatti nella specialità di Pistola a 10 metri categoria master, ai Campionati di tiro a segno disputatisi a ottobre nel poligono di Bologna. Benito che durante le gare Regionali Federali di qualificazione ai Campionati si è sempre piazzato ai primi posti, ha coronato l'anno sportivo con un meritatissimo secondo posto nella gara più importante totalizzando 373 su 400 punti, a sole due lunghezze dal gradino più alto. Oro per Gian Paolo Carta e bronzo per Efren Dalla Santa.

Ecco le dichiarazioni di Marina Giannini responsabile degli atleti: "Sono felice per il risultato conseguito da Benito poichè oltre ad essere un buon tiratore è ed è sempre stato un socio molto dinamico e disponibile, che ha contribuito attivamente alla crescita della nostra società sportiva."

Sport Comuni ha posto anche alcune semplici domande a Bagnolatti.

Come e quando si è avvicinato a questo sport?

"La prima volta che entrai in un poligono fu nel 1974 all'età di 26 anni. Partecipai con un amico ad una gara promozionale organizzata dal poligono di Bondeno in concomitanza con la Fiera del paese. Vinsi la gara e da quel giorno ho continuato a frequentare."

Qual è la tua specialità di tiro preferita ?

"A dire il vero nasco come tiratore di pistola automatica, specialità dinamica e affascinante. Successivamente mi sono avvicinato alla Pistola Libera 50m e alla Pistola ad aria compressa a 10 metri. Il mio record personale in questa specialità (punti 573) l'ho ottenuto nel luglio del 1993 aTreviso alle spalle dell'Olimpionico Di Donna."

Quali sono le cose che ti affascinano di più in questo sport ?

"Il tiro a segno è uno sport longevo che ti accompagna tutta la vita, mi rilassa molto e mi aiuta ad allontanare lo stress del lavoro. Sono ormai tanti anni che frequento il Poligono di Bondeno è un'ambiente serio e sportivo e lo consiglio vivamente a tutti."

G.M.

Il podio con Benito Bagnolati sulla sinistra

Hockey su prato

BONDENO A CORRENTE ALTERNATA

Settimo posto in classifica, l'Hockey Bondeno

E' un torneo a corrente alternata quello che sta costruendo l'Hockey Bondeno dallo scorso 20 settembre. Il club è ripiombato in A2, dopo il biennio nell'olimpo nazionale, col chiaro intento di salvarsi, senza patemi. Il rinnovo del consiglio direttivo, il cambio tecnico con l'ingresso in panchina dell'ex capitano Marco Pritoni, dopo la parentesi Martin Bruno e il triennio di Umberto Collina, la rinuncia ad alcuni giocatori per l'annata sportiva, tra i quali: Coni, Vicini Chilovi e Andrea Marcellini, gli infortuni occorsi ad Ugo Tassinari e Mirco Tartari, il ritorno del bielorusso Bartneuski a far coppia col connazionale Fedossenko, la rinuncia forzata al russo-kazako Kripak e lo svincolo dell'ucraino Stasiouk tornato a Bologna. Insomma, coach Pritoni, sta facendo il massimo all'esordio assoluto come trainer di una prima squadra coadiuvato in questo frangente da Alvisi, tornato nella mischia per dar man forte ai compagni, soprattutto nella zona nevralgica del gioco. Passano, infatti, da quelle parti i destini del team in fase offensiva e difensiva: fanno la differenza svariate componenti: fisicità, esperienza, temperamento, capacità di lettura e gestione del match, leadership. E i bondenesi hanno necessità di ritrovarle tutte con continuità, senza frammentazioni, lungo l'arco delle partite e del campionato. La società sta facendo di tutto, d'altronde, per potenziare l'organico, permettendo così ad alcuni giocatori di tornare nel loro ruolo naturale. Nel caso d'arrivo di un giocatore extra comunitario – il club s'è impegnato in questo senso – lo stesso Fedossenko potrebbe avanzare il suo raggio d'azione, evitando di stazionare nella posizione di centromediano, sfruttando le sue doti in chiave offensiva, assistendo al meglio Fiocchi o Bartneuski in avanti. L'identikit, pertanto, è quello di un giocatore d'esperienza e temperamento, abile tecnicamente e in zona tiro, specie nelle azioni di corner corto. Nell'attesa che giungano buone nuove in campo internazionale, nel breve termine, e che dal settore giovanile arrivino nuovi apporti – obiettivo primario del club nel lungo periodo – ha fatto il suo ingresso in squadra, intanto, Paul Van Rosmalen, 28 enne olandese, con trascorsi nella Lega Due dei Paesi Bassi – di altissimo livello da quelle parti – ingaggiato a gettone dall'Hockey Bondeno. Il suo debutto è recente. A Roma, il 1° novembre contro il Tevere Eur Roma, nella settima giornata del campionato di A2 (girone B). I matildei sono usciti sconfitti dal match per 2-1, dopo un buon primo tempo chiuso in vantaggio con una rete di Bartneuski, tornato a trafiggere le porte avversarie. Il copione non è una novità, a Roma come a Cagliari, contro il Cus, nella quarta giornata: la sconfitta di 1-0 in casa della capolista, è giunta al termine di gol sbagliati e d' incomprensibili decisioni arbitrali. Nel mezzo le due gare del week end di fuoco, sabato 25 e domenica 26 ottobre, rispettivamente contro il Potenza Picena e il Mogliano. Bondeno ha steccato la prima, beffato da un gol su angolo corto nel primo tempo, fallendo anche una serie impressionante di opportunità in zona tiro. Poi, la partita del riscatto, il memorabile 3-2, col Mogliano, frutto delle reti di Fiocchi, Andreoli e Fedossenko, quest'ultima decisiva per i tre punti, finora, unico bottino pieno casalingo, a cui s'aggiunge quello esterno di Pisa (2-0) nella seconda giornata. La sconfitta e il pareggio interno, rispettivamente, col Butterfly Roma nella prima di campionato e col San Vito Romano nella terza tornata completano il quadro in classifica generale dei bondenesi: sette punti e settimo posto, con qualche recriminazione, ma con la consapevolezza, anche, che il gruppo possa ancora "mordere" le avversarie.

AUGUSTO PARESCHI

PROSSIMI TURNI:

Ottava giornata

Pol. Juvenilia - **Hc Bondeno** (8/11/08, ore 14, campo "Maxia", Cagliari)

Nona giornata

Hc Bondeno - Pol. Ferrini Cagliari (15/11/08, ore 14,30, campo "Giatti", Bondeno)

Classifica generale:

Cus Cagliari e Tevere Eur Roma 18, Butterfly 16, Mogliano 12, Libero San Vito Romano e Potenza Picena 8, **Bondeno 7**, Juvenilia Uras 5, Cus Pisa e Pol. Ferrini 4.

quartotempo

IL CALCIO A BONDENO: OPINIONI E PARERI

La segreteria del IV Tempo ci offre un'analisi su potenzialità ed ambizioni delle quattro squadre del comune di Bondeno partecipanti ai campionati Figc.

Bondenese

All'impegno di Giatti e del suo staff la prima categoria sta stretta. Il paese ed il settore giovanile fanno sperare in un futuro roseo. Già quest'anno, nel ruolo di neo promossa, la compagine matildea potrà togliersi belle soddisfazioni. Non fosse stato per l'improvviso cambio di idea di un paio di giocatori che oggi stan facendo bene a Casumaro, potrebbe fare pensieri più ambiziosi. Una società così importante può e deve avere ambizioni superiori. La banda Giatti ha tutte le carte in regola per sperare in qualcosa in più.

Gavellese

E' la terribile matricola che non ha timori reverenziali nei confronti di nessuno. Hanno voglia di fare un campionato divertendosi ed hanno i numeri per farlo. Nella fase di allestimento estivo, han risposto a chi pensava che senza Atti non c'era squadra, prendendo l'attaccante più forte della categoria, che gioca e segna con una facilità…imbarazzante.

Burana

Ricorda per molti aspetti l'Inter di Moratti di 3 anni fa. La stupenda festa del paese, la grande capacità lavorativa di molti consiglieri fanno di questa squadra la bella incompleta degli ultimi campionati. Con i giocatori a disposizione non si può non vincere una categoria come questa. Quest'anno il livello si è ulteriormente abbassato, ma segnali confortanti non se ne vedono. Forse, mancato l'obiettivo l'anno scorso qualcosa andava cambiato. Il presidentissimo Gavioli è persona caparbia, il suo sogno di salire di categoria, prima o poi si avvererà.

Nuova Aurora

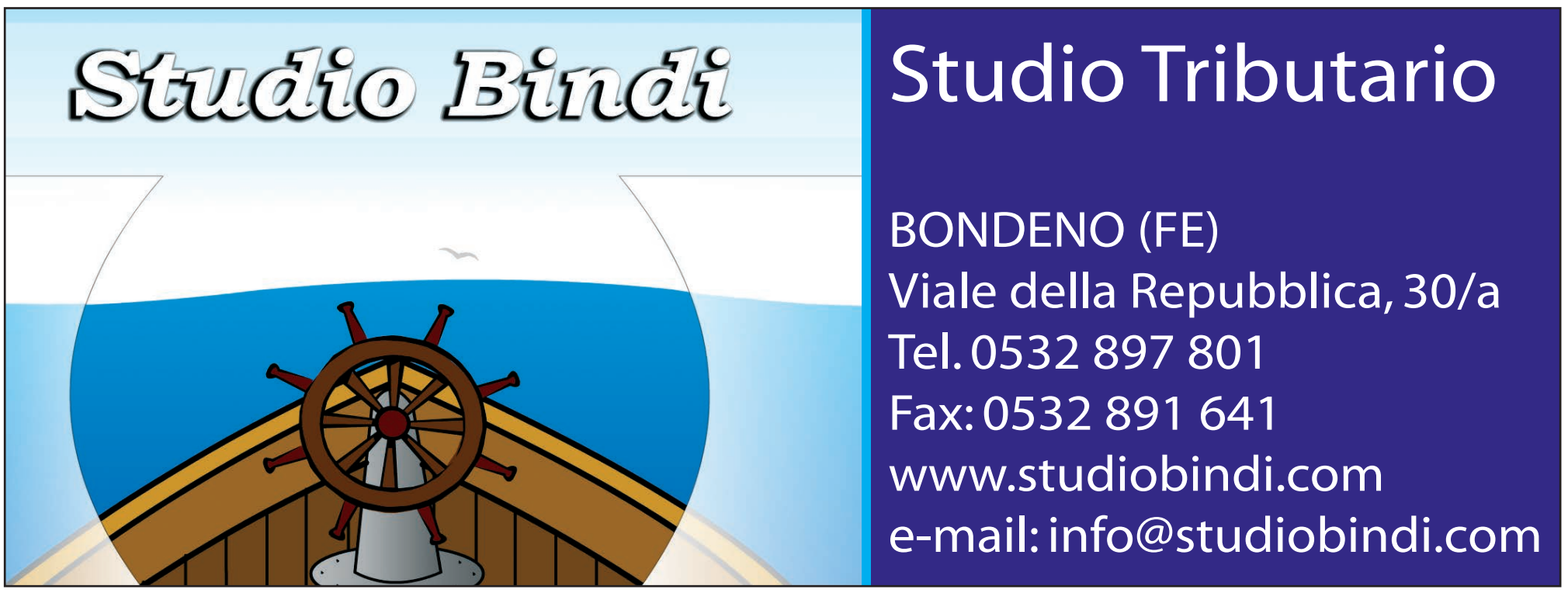
E' ambizione dichiarata della società fare un campionato di tranquilla salvezza e potenziare la struttura gastronomica della "Sagra dal caplàz. Se sotto questo aspetto la società di Scortichino sembra non avere rivali, in ambito calcistico, sembra dover pensare seriamente a qualche innesto nel mercato di dicembre, per evitare spiacevoli sorprese.

Pensiero finale

Con rammarico di tutti i componenti del IV Tempo, un Comune come Bondeno, con tutte le sue frazioni, ci vede a parlare di solo 4 squadre. Non è bello. Ancor meno bello è constatare che tra esse una sola ha il settore giovanile. Forza, e come dice Gianni Morandi, "si può fare di più"!.

APPUNTAMENTO

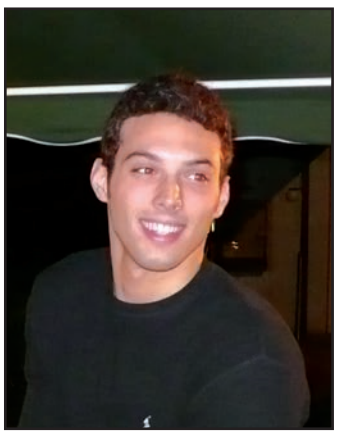
Venerdì 28 Novembre (ore 21.00 Sala conferenze Centro 2000, Bondeno) si svolgerà la presentazione del libro "Oltre la rete" dedicato alla storia del Tennis Club Bondeno giunto all'ottantesimo anniversario dalla data di fondazione.



ALTRI QUATTRO ANNI DI SACRIFICI PER TORNARE ALLE OLIMPIADI

Parla Di Tora, il primatista italiano di dorso durante un incontro con i giovani nuotatori dell'Asd Bondeno Nuoto

Miglior dorsista italiano in circolazione, pluridecorato ai campionati italiani assoluti estivi e primaverili dell'ultimo biennio sui 50 e 100 metri dorso, detentore del record nazionale sulle medesime distanze e protagonista a sorpresa ai Giochi olimpici di Pechino due mesi fa. Sono questi i principali connotati di Mirco Di Tora, 22enne nuotatore ferrarese, in forza al G.S. Fiamme Oro, svezzato dal C.N. Copparo, cresciuto agonisticamente nell'Azzurra '91 di Bologna e salito sul palcoscenico internazionale grazie alle prestazioni ottenute ai Giochi. Doveva nuotare la prima frazione della 4 x 100 mista, composta, nell'ordine, anche da Alessandro Terrin, Mattia Nalesso e Filippo Magnini e, invece, a suon di risultati, alla vigilia del grande appuntamento olimpico, ha strappato un pass anche per la gara individuale sui 100 metri dorso. Memorabile quel 10 agosto al Water Cube/National Aquatics Center di Pechino, quando Di Tora centrava il primato italiano con il tempo di 54"39, qualificandosi alle semifinali e migliorando il suo personale di 36 centesimi. Un escalation che dura ormai da sei stagioni, con continui e costanti miglioramenti cronometrici: dall' 1'01''63 del 2002 al 54''05, fatto registrare nelle batterie di qualificazione della 4x100 mista, il 15 agosto scorso. L'ulteriore ritocco al record nazionale sulla distanza che una dozzina d'anni fa lanciava Emanuele Merisi, ma soprattutto un tempo che ad Atene 2004 valeva l'oro. "Le Olimpiadi sono state l'esperienza più bella della mia vita – ha raccontato Mirco Di Tora a Sport Comuni –. Vale la pena di fare altri quattro anni di sacrifici per provare a farne un'altra (vedi Londra 2012 n.d.r). La vita all'interno del villaggio è qualcosa di speciale. Faccio fatica ad esprimerlo. Quando si dice si respira lo spirito olimpico ossia quell'aurea di solidarietà, fratellanza e amicizia con tutti gli altri ragazzi, con tutti i popoli, accomunati ognuno dalla passione per il proprio sport e dal fatto di avere raggiunto l'obiettivo più grande che ogni sportivo si possa prefiggere, è veramente qualcosa d'immenso". Le sue emozioni, il suo stato d'animo poco prima di ogni prova non lasciano dubbi sulla portata storica dell'avvenimento olimpico. "Nella prima eliminatoria sui 100 metri dorso – ha precisato – ero molto teso, molto più della semifinale, anche perché, obiettivamente potevo rimanerne fuori. Tensione che era data anche dalla cornice di pubblico, davvero spettacolare, l'impianto era uno stadio, e non un una piscina, con spalti gremiti, megaschermi, luci e soffitto illuminato: questa insomma non era una gara qualsiasi, era un Olimpiade. In semifinale, invece, ero più tranquillo. Per le staffette invece ero carichissimo, si è in quattro a rappresentare la nazione col difficile compito di entrare in finale: al termine vi siamo entrati con l'ottavo tempo, acciuffando l'ultimo round per i capelli. Ma per la prima volta nella storia abbiamo reso possibile la qualificazione dell'Italia in finale in tutte e tre le staffette: con la 4x100 e la 4x200 stile libero eravamo già qualificati. La 4 x 100 mista, invece, non aveva mai raggiunto la finale olimpica: gliel'abbiamo invece portata noi per la prima volta. E quindi nel nostro piccolo siamo entrati anche noi nella storia". Per Di Tora, a parte l'amaro verdetto dei giudici nella finale, che ha squalificato la squadra azzurra causa un errato cambio fra la terza e la quarta frazione, un'esperienza comunque memorabile. "Ed incredibile – ha aggiunto –, perché quel 54''05 nelle qualificazioni della staffetta, sarebbe valso la medaglia d'oro ad Atene 2004". Segno tangibile, questo, di un movimento natatorio in continuo sviluppo e miglioramento, non soltanto per l'utilizzo dei tanto decantati costumi, ma soprattutto per le nuove metodologie d'allenamento adottate nell'ultimo quadriennio.



AUGUSTO PARESCHI

TIMONCINI, CAMPIONE DI LOTTA, NELLO SPORT E NELLA VITA

Il lottatore faentino della Forestale, 11° ai Giochi olimpici, è stato ospite al Centro Commerciale "Il Castello" di Ferrara

Daigoro Timoncini, 23 enne atleta faentino di lotta greco-romana (cat. 97 kg.), campione italiano in carica, 5° ai Mondiali di Baku (Azerbaigian) e 11° ai recenti Giochi Olimpici di Pechino, è stato ospite lo scorso 4 novembre presso il Centro Commerciale Il Castello nell'ambito dell'iniziativa "Per Bacco…Il Tartufo" – Profumi, sapori e delizie dei boschi ferraresi", degustazioni di prodotti gastronomici a base di tartufo ed assaggi gratuiti di vino, a cura dell'associazione Sagra del Tartufo di Sant'Agostino e della Cooperativa Giulio Bellini. L'area espositiva e degustativa – che ha riprodotto in 50 mq. l'oasi naturalistica da cui deriva la denominazione della sagra – ha accolto il campione di lotta appartenente al Gruppo Sportivo del Corpo Forestale dello Stato, nel corso di un mini convegno, prima, e durante l'incontro con il pubblico e con qualche aspirante lottatore, poi. "Il Gruppo sportivo della Forestale – ha chiarito Timoncini – mi ha consentito di praticare ad alto livello uno sport che non ha il ritorno mediatico di altri. Da parte mia ho avuto anche i genitori che mi hanno aiutato molto qualche anno fa. Per noi l'evento che conta realmente sono le Olimpiadi. Pechino è stato per me il punto di partenza: la categoria di peso cui appartengo, quella fino ai 97 kg, richiede alcuni anni d'intenso lavoro per giungere alla piena maturità fisica e atletica. Farò sempre in modo di aiutare questi sport per la loro promozione e divulgazione". La lotta – intesa come combattimento corpo a corpo tra due atleti, disciplinato da regole – consta di due varianti, come da programma olimpico: lotta greco romana e stile libero, con un regolamento autonomo e piuttosto recente dedicato alla lotta femminile. L'obiettivo agonistico primario è l'atterramento, spalle al tappeto, dell'avversario o "vincerlo ai punti", come precisa il gergo tecnico, proiettandolo al suolo con grande ampiezza e con azioni particolari tipo: uscita dal campo di gara, caduta e contemporaneo sollevamento, messa in pericolo di schienata. "Nella lotta greco romana – ha precisato il lottatore faentino – è formalmente proibito afferrare l'avversario al di sotto delle anche, fare lo sgambetto e utilizzare le gambe attivamente nel corso di qualsiasi azione. In quella stile libero, invece, è permesso afferrare le gambe dell'avversario, utilizzare attivamente nelle azioni ed effettuare sgambetti. Due sono le fasi principali: lotta in piedi e a terra". La condizione psico fisica dell'atelta è una componente estremamente rilevante per il buon esito di un incontro. Per questa ragione vengono curate minuziosamente forza potenza e resistenza fisica. Caratteristiche che non mancano nell'atleta Daigoro Timoncini. "La lotta incarna determinati valori collegati all'impegno, al sacrificio, alla combattività – ha commentato Domenico Carlini, presidente provinciale FIJLKAM (Federazione Italiana Judo Lotta Karate e Arti Marziali), portando i saluti del mondo sportivo locale –. A Faenza c'è stata e si respira una tradizione, nella lotta, che non è stata possibile riportare a Ferrara, anche se ci abbiamo provato. Timoncini è comunque il risultato di quei programmi di attività fisica e motoria svolti sui bambini che cominciano giocando e poi continuano il loro percorso supportati da società sportive molto strutturate". Daigoro Timoncini ha infine gestito qualche prova dimostrativa con alcuni giovani presenti quel pomeriggio presso il Centro Commerciale Il Castello di Ferrara.

AUGUSTO PARESCHI

SPORT COMUNI È DISTRIBUITO GRATUITAMENTE PRESSO LE MIGLIORI EDICOLE, FARMACIE, CENTRI SPORTIVI (PALESTRE, PISCINE, CAMPI SPORTIVI...) E LE SCUOLE MEDIE E SUPERIORI DI TUTTO L'ALTO FERRARESE

Sportcomuni
Il mensile sportivo del territorio

Registrazione del tribunale di Ferrara n.1 del 03/01/2007 - Iscr. al ROC n. 15004
Editore: Gruppo Editoriale LUMI s.a.s. - Via per Burana, 65 - C.P. 94 - 44012 Bondeno (FE)
Tel. 0532.894142 Fax: 0532.898301 - info@gruppolumi.it - www.gruppolumi.it
Direttore responsabile: Alberto Lazzarini; **Redazione, grafica, stampa:** Via per Burana, 65 44012 Bondeno (FE)
Redazione: redazione@sportcomuni.it; **Grafica:** grafica@sportcomuni.it; **Caporedattore:** Francesco Lazzarini;
Hanno collaborato: Augusto Pareschi, Chrisitan Poletti, Cristina Romagnoli, Daniele Bolognesi, Davide Gilli, Emilio Benetti, Giuliano Barbieri, Federica Camurri, Gino Alberghini, Isabella Masina, Laura Cantelli, Laura Guerra, Laura Rossi, Maria Teresa Cafiero, Manuele Mazza, Marina Giannini, Marisa Antollovich, Monica Caffini, Simonetta Beccari, Riccardo Forni, Antonio Gatti.
Un ringraziamento: Adriano Facchini, Alan Fabbri - Assessore allo Sport Comune di Bondeno, Alex De Angelis, Andrea Borgatti - Assessore allo Sport Comune di Mirabello, Andrea Costa, Andrea e Alessia Zapparoli, Angela Poltronieri -Assessore Sport e Tempo libero, della Provincia di Ferrara e Vice Sindaco del Comune di Mirabello-, Coni Comitato Provinciale di Ferrara, Daniele Boschetti e tutto il Comitato "Chi Gioca Alzi la Mano", Daigoro Timoncini, Daniela Bruzzone, Donato Grechi, Elena Zoboli, Elisa Piacentini, Enza Costa Gabriele Mazzi, Gianni Cassetti, Giuliano Barbieri -Vicesindaco con delega allo Sport per il Comune di Vigarano Mainarda-, Isabella Masina, la Spal, Lauro Perelli, Loreno Ravolini, assessore allo sport del Comune di Poggio Renatico-, Mauro Barbieri, Michele Montori, Mirco Di Tora, Miss Tartufo Sara Rambaldi, Roberto Coletti - Assessore allo Sport Comune di Sant'Agostino, Sauro Cantelli.
Per la tua pubblicità: spot@sportcomuni.it o tel. 0532 - 894142
Questo periodico è aperto a quanti desiderino collaborarvi ai sensi dell'art. 21 della Costituzione della Repubblica italiana che così dispone: "Tutti hanno diritto di manifestare il proprio pensiero con la parola, lo scritto e ogni mezzo di diffusione". La pubblicazione degli scritti è subordinata all'insindacabile giudizio della Redazione; in ogni caso, non costituisce alcun rapporto di collaborazione con la testata e, quindi, deve intendersi prestata a titolo gratuito. Notizie, articoli, fotografie, composizioni artistiche e materiali redazionali inviati al giornale, anche se non pubblicati, non vengono restituiti.
N.B. *Si declina qualsiasi responsabilità per eventuali errori, imprecisioni ed omissioni che potranno essere presenti nella pubblicazione. Qualora dovessero essere segnalati degli errori, si provvederà ad evidenziarli tramite una errata corrige alla prima pubblicazione utile.*

GRUPPO EDITORIALE LUMI

questo giornale è stato stampato interamente su carta riciclata

Questo periodico è associato all'Unione Stampa Periodica Italiana

Sotto l'Alto Patrocinio di: Ministero delle Politiche Giovanili e Attività Sportive, Provincia di Ferrara, Ferrara terra e acqua, Comune di Bondeno, Comune di Cento, Comune di Mirabello, Comune di Sant'Agostino, Comune di Vigarano Mainarda, C.O.N.I. Ferrara, C.S.I. Ferrara

POGAS POLITICHE GIOVANILI E ATTIVITÀ SPORTIVE — Provincia di Ferrara — Comune di Bondeno — Comune di Cento — Comune di Mirabello — Comune di Poggio Renatico — Comune di Vigarano Mainarda — Comune di Sant'Agostino — Comune di Comitato Provinciale Ferrara — Unione Stampa Sportiva Italiana — Ferrara terra e acqua — Comitato Provinciale Ferrara CENTRO SPORTIVO ITALIANO

" LO SPORT INCONTRA LA SCUOLA"

Impressioni, immagini, sensazioni...

Nei giorni 3,4 e 6 ottobre oltre 1000 studenti e studentesse dell'Istituto Comprensivo Teodoro Bonati di Bondeno si sono avvicendati nella Palestra in Via Manzoni per assistere in parte e per poter dimostrare ai propri compagni quanto sia bello e divertente praticare uno sport. Un'occasione davvero unica in tutta la provincia di Ferrara e non solo. Provare a spiegare che cosa stia dietro a questo evento non è sicuramente semplice, ma in ogni caso vi è un fortissimo amore per lo sport. Infatti tutti coloro che hanno lavorato e si sono impegnati per questo progetto hanno nel cuore una lettera maiuscola: S= Sport. E' stato proprio questo grande sentimento che ha spinto da tre anni il Comitato "Chi gioca alzi la mano" a promuovere soprattutto nelle scuole l'attività sportiva con tutte le motivazioni positive che ne conseguono: salute, sani principi, rispetto delle regole e molto altro ancora.

Nino Formenti, incoronato "Zeus dello Sport"

Coordinare e fare funzionare questa macchina fantastica è assai difficile ma tutto è possibile quando il desiderio di stimolare interesse a muoversi e sperimentare attività differenti fa alzare dalle comode poltrone e divani bimbi e ragazzi impegnati spesso a passare pomeriggi solo a guardare tv o a giocare per ore con giochi legati a video più o meno discutibili. Un progetto di dimensioni davvero importanti che ha coinvolto oltre mille studenti e le tantissime persone che hanno collaborato perché tutto potesse funzionare nel migliore dei modi. Le Olimpiadi hanno fatto da filo conduttore con le coreografie legate ai cerchi olimpici, l'inno Olimpico e la bandiera Italiana portata dai bambini rappresentanti di ogni società. E' stato davvero fantastico vedere bimbi e ragazzi catturati ed affascinati dalle dimostrazioni sportive dei propri compagni. Di seguito sono riportate alcune impressioni che lasciano aperte mille porte per entrare nel mondo del movimento fisico e del desiderio di potersi mettere in gioco….

- "Le esibizioni mi sono piaciute moltissimo perché mi hanno fatto venire voglia di provare almeno uno sport"
- "Mi è piaciuto tutto, non mi sono mai annoiato"
- "Sabato siamo andati in palestra tutta la mattinata mi sono divertita davvero tanto; non sapevo che a Bondeno ci fossero così tanti sport!"
- "E' stata una giornata meravigliosa, piena di giochi ed esibizioni straordinarie:un'ottima idea per fare venire voglia di fare sport."
- "Mi sono ispirata…..ma perché non ci ho pensato prima? Fare sport deve essere davvero fantastico, i miei compagni mentre si esibivano erano davvero felici!"
- "Tutte le esibizioni mi hanno coinvolta…si può ripetere per favore?"
- "Sabato nella giornata dello sport mi sono molto divertito e tutti si stupivano. Quando facevo canestro ero molto emozionato ma quando sentivo il tifo dei compagni ce l'ho messa tutta."
- "Ho respirato un'aria piena di energia, bellissimo l'entusiasmo dei miei compagni."
- "Quando sono tornata a casa mi è venuta voglia di provare almeno due sport."
- "E' stato davvero bello. Tutti si sono impegnati per rappresentare la propria disciplina sportiva"
- "Che giornata sabato….quante emozioni ho provato. Non pensavo che i miei compagni fossero così bravi"
- "Andare in palestra è stato bellissimo intanto perché abbiamo saltato la scuola e per vedere che a Bondeno ci sono davvero tanti sport bellissimi….."
- "La giornata in palestra mi ha insegnato ad essere sportivo…."

Cinzia Montanari e Monica Caffini incoronate "Regine dello Sport"

- "I ragazzi erano tutti molto atletici e molto bravi."
- "Davvero bravi ad organizzare delle giornate così .Bellissima l'idea d riunire tutti gli sport.
- "Mi sono stupito di vedere quanti miei amici praticavano sport…."
- "Quando ho saputo che avrei passato cinque ore in palestra ho pensato che non sarebbero mai passate. Mi sono proprio sbagliata perché tutto è stato organizzato in modo così vario da emozionarmi in ogni momento. Grazie di cuore a chi pensa e realizza questi fantastici progetti..p.s spero lo pubblicherete!"
- "A me è veramente piaciuto fare queste attività una mattinata a vedere i miei compagni di classe praticare sport. Ho anche visto sport che non conoscevo e soprattutto non sapevo come si facevano è stato mitico!"
- "Per me tutti gli sport sono belli e utili e tutte le persone dovrebbero praticarne uno."

Uno dei commenti più significativi è stato di un bambino di Ospitale che uscendo dalla palestra ha detto: "Voglio che passi l'anno…… così a ottobre siamo ancora qui!!!"

Allora questa fantastica macchina di nome "Comitato chi gioca alzi la mano" ha lavorato davvero bene.

Atletica: *"Come erano veloci i miei compagni. Anche le ragazze erano molto agili e scattanti. Gli allenatori mi sono piaciuti molto erano simpatici".*

Basket: *"Ho fatto una piccola esibizione di Basket e durante l'esibizione ho provato un'emozione molto forte quando il nostro allenatore Manuele mi ha detto di spiegare un passaggio; in quel momento ho provato fortissimi sentimenti perché ero al centro dell'attenzione".*

Calcio: *"Il calcio è bellissimo; l'arbitro terribile ma bravo ho tifato come ai mondiali…!".*

Break dance: *"Mi è piaciuto molto la break dance perché i ragazzi avevano un modo speciale di ballare …sono rimasto colpito quando giravano con la testa all'ingiù".*

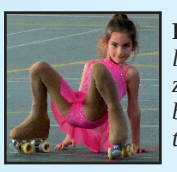
Karate: *"I miei occhi e la mia testa si sono fermati per alcuni minuti. Gli atleti erano fantastici si muovevano decisi con forza ….erano molto belli".*

Volley: *"Sapevo delle mie compagne nel volley ma vederle è stato super …brave e simpatiche sono piaciute anche ai miei compagni maschi".*

Danza: *" La danza è stata super e le ragazze "Le Palestre" di più. Belle e sicure"*

Danza Classica: *" Marika è un vero mito era una fata. Vorrei essere così brava anch'io".*

Ginnastica Artistica: *"Molto simpatico ricordare le Olimpiadi con i cerchi usati dalla ginnastica artistica. Le mie compagne mi hanno davvero coinvolto".*



Pattinaggio: *"Sono stata felicissima nel vedere le ragazze pattinare …i movimenti la bellezza i salti …mi è piaciuto da matti".*

Hockey: *" Ma come era bravo l'allenatore a trattenere la pallina sul campo.. veloce e scattante, vorrei provare".*

Ju Jitsu: *"il Ju Jitsu mi ha particolarmente impressionato perché per eseguire le determinate mosse ci vuole molta bravura e passione".*

Nuoto: *"Mi sono emozionato quando il nostro allenatore ci presentava e raccontava delle vittorie …non c'era l'acqua ma era come in una gara".*

Tennis: *"Che bello il tennis … pensavo fosse solo per i grandi ma il bimbo piccolo un vero fenomeno e la maestra …troppo mitica! Sarò di sicuro dei vostri".*

BASTA SOLO ALZARE UNA MANO...

...per provare uno sport

Nel pomeriggio di sabato 18 ottobre il Comitato "Chi gioca alzi la mano" ha dato appuntamento ai ragazzi delle scuole primarie e secondarie di primo grado nella palestra di via Manzoni di Bondeno.

Questo incontro seguiva le tre giornate di promozione sportiva tenutesi ad inizio del mese di ottobre, dove ogni associazione comunale ha presentato un'esibizione dimostrativa della propria disciplina e mostrando così agli spettatori in che cosa consista e come si svolga una determinata disciplina. Una delle motivazioni che ha spinto il Comitato a lanciare questa promozione è stato un sondaggio fatto nel 2006 che affermava che ben il 60% dei ragazzi del nostro Comune tra i 7 e i 12 anni non pratica alcun tipo di attività motoria, aspetto fondamentale per un fisico che ancora non ha terminato lo sviluppo, per l'irrobustimento dell'apparato scheletrico oltre che muscolare. Non bisogna poi tralasciare nemmeno i benefici dello sport a livello sociale e psicologico: chi fa sport assimila subito l' importanza delle regole che bisogna rispettare…anche nella vita di tutti i giorni! Alla luce di questi allarmanti dati, il Comitato si è mobilitato dapprima "mostrando" ai ragazzi le discipline sportive, successivamente – sabato 18 –, facendole "provare".

Inizialmente è stato proposto un percorso generale che mobilitava gli schemi motori di base quali saltare, correre, rotolare, poi i ragazzi sono stati divisi in gruppi ed hanno ruotato tra insegnanti di tennis, ju-jitsu, pallavolo, danza, pattinaggio, hockey, karate, pallacanestro.

Vedere i ragazzi così coinvolti e divertiti è stata la gratificazione più grossa per gli organizzatori ed insegnanti che, giusto per dare il buon esempio, si sono resi disponibili in prima persona a provare le attività e – diciamo la verità…. – non si sa se siano divertiti più i bambini o gli adulti!!!!

LISA CATTABRIGA

SOLO L'AMORE PER LO SPORT.....

Un ringraziamento a quanti hanno collaborato

Solo se si ama veramente lo sport si è spinti e si desidera entusiasmare stupire e stimolare i bambini e i ragazzi a provare una qualsiasi disciplina sportiva. Queste sono le parole chiave, il motore che fa muovere una macchina tanto complessa come il progetto "Lo sport incontra la scuola". Tutto ciò che i nostri bimbi e ragazzi hanno vissuto nelle tre giornate immergendosi in un'ottica sportiva è stato possibile perché nel Comune di Bondeno ci sono persone che donano parte della propria vita per lo sport autentico sincero, quello che prevede ore di impegno gratuito economicamente ma remunerativo dal punto di vista delle innumerevoli soddisfazioni che ne conseguono. Presidenti, collaboratori, tecnici e allenatori medici, campioni vecchi e nuovi dello sport hanno studiato e progettato tre giorni dedicati allo Sport. I commenti più che positivi dei nostri ragazzi sono stati la ricompensa più bella per chi ha lavorato a continuare in questa strada faticosissima ma fantastica.

E' doveroso ringraziare il Sindaco, l' assessore allo sport Alan Fabbri e l'assessore per la promozione al Territorio Simone Saletti, oltre alla Sig.ra Cinzia Bianchini e alla Pro Loco per i supporti tecnici. Un grazie sincero per il coordinamento della palestra dell'ufficio scuola è rivolto al dott. Paolo Marchetti. Grazie anche al Comando della Polizia Municipale di Bondeno per l'assistenza nei tre giorni in particolare al Comandante Dott Ansaloni. Un grazie doveroso alle tre ditte di autotrasporti Cor Bus, Autonoleggi Cornacchini e Servizi Sarasini per aver offerto gratuitamente i servizi di trasporto per i bambini dei plessi. Grazie alla Croce Rossa per la costante presenza in palestra. Un grazie ancora al Sig.Fabrizio Vecchi per l'allestimento floreale dell'Alba Verde…ha reso la nostra palestra un vero palazzetto dello sport… Grazie di cuore al Prof Carlo Tassinari per la funzione di speaker e di coordinamento delle esibizioni sportive. La manifestazione si è svolta grazie all'importante apporto delle insegnanti Cinzia Montanari e Monica Caffini che hanno svolto il lavoro organizzativo con le scuole. Un grazie sincero a Chiara e Dimer: i nostri fidati custodi delle palestre sempre disponibili ed efficienti. Grazie ancora a Nino Formenti per tutti i piccoli e grandi servizi resi al Comitato .

Un particolare ringraziamento va rivolto alla nuova Dirigente Scolastica dell'Istituto Comprensivo Dott.ssa Franceschina Antonuccio che seppur sommersa dalle mille difficoltà del nuovo incarico, è venuta a salutare i bambini nelle palestre per portare il suo generoso contributo di Preside che crede nei progetti sportivi.

Tirando le somme sono circa un centinaio le persone che hanno donato tempo e lavoro per fare nascere il desiderio nei nostri bambini e ragazzi di mettersi in gioco non una non due ma cento e mille volte….usando un'espressione tipica dei nostri ragazzi… mitici!

IL COMITATO CHI GIOCA ALZI LA MANO

Nuoto

"APERITIVO E CENA CON...L'OLIMPIONICO"

Di Tora è stato ospite dell'A.S.D.Bondeno Nuoto e del Circolo "La Nuova Casina"

L'Ass. allo sport Alan Fabbri mentre consegna la targa a Di Tora

Un aperitivo con Mirco di Tora. E' accaduto a Bondeno, dinanzi l'ingresso del centro natatorio di via Gardenghi lo scorso 24 ottobre. L'Asd Bondeno Nuoto, presieduta da Massimo Boselli, ha così reso possibile un momento d'aggregazione e confronto attorno al nuotatore ferrarese. Sotto i gazebo, Di Tora ha catturato l'attenzione dei giovani allievi, attirando su di sé anche lo sguardo dolce delle numerose ragazze accorse all'appuntamento. L'Asd Bondeno Nuoto, realtà in costante sviluppo sul fronte agonistico, ha già colto brillanti risultati su vari fronti da nove anni a questa parte, riattivando una cultura natatoria quasi centenaria. Gli allenatori in carico sono circa una decina, molto attenti e motivati al miglioramento tecnico e professionale: la sera stessa dell'incontro con Di Tora rientrava da Roma, Sandra Mazzucchelli, reduce dai corsi ufficiali di allenatore FIN (Federazione Italiana Nuoto). Un anno fa, precisamente il 24 novembre 2007, l'Asd Bondeno Nuoto risultava firmataria dell'accordo intersocietario provinciale comprendente anche Centro Nuoto Copparo, Estense Nuoto, Putinati Ferrara, Polivalente Futura Finale Emilia, Delfino '93 Portomaggiore, finalizzato al potenziamento unitario del settore agonistico per la fascia d'età 14-20 anni. Piccola curiosità: Bondeno vanta l'unico centro tecnico provinciale di nuoto sincronizzato.

Di Tora con alcuni fans

Di Tora mentre posa con un piccolo fan

Foto di gruppo con il campione

***Da sx a dx:** Massimo Boselli, Marco Bergamini, Mirco di Tora, Davide Verri, Alan Fabbrimentre consegna la targa a Di Tora*

La serata conviviale con Mirco Di Tora è stata espressamente richiesta dai soci de "La Nuova Casina", attivissimo circolo ricreativo bondenese, in collaborazione con l'Asd Bondeno Nuoto. Erano presenti in veste ufficiale Davide Verri e Alan Fabbri, rispettivamente, sindaco e assessore allo sport del Comune di Bondeno. Ha fatto gli onori di casa Marco Bergamini, in nome e per conto del consiglio direttivo del circolo, composto anche da: Renato Pasqualini (presidente), Lio Mazzi (presidente), Carlo Bonini (segretario), Aldo Galliera, Gastone Beltrami, Aurelio Tulipanti e Franco Bragaglia con Nello Gulinati e Franco Pola (revisori dei conti). "Ho avuto modo di apprezzare Mirco Di Tora – ha osservato il sindaco Verri – per due belli insegnamenti che in questi pochi minuti ci ha subito dato: il primo, dimostrando che si può partire da una piccola realtà come Bondeno, e lui ha iniziato a Copparo, per poi raggiungere risultati di rilievo mondiale; la sua seconda testimonianza invece riguarda la possibilità di coniugare insieme sport e studio dimostrando come l'equazione sia possibile. Qui, dinanzi a noi, abbiamo uno splendido esempio di tutto ciò. Grazie Mirco".

Di Tora mentre risponde ai giovani nuotatori dell'Asd Bondeno all'interno de "La Nuova Casina"

AUGUSTO PARESCHI

L'Associazione Sportiva Dilettantistica C.S.R. Ju-Jitsu Italia, palestra di Bondeno, in collaborazione con il Centro Zenit Professione Benessere e con il Patrocinio del Comune di Bondeno, Organizza un CORSO GRATUITO di DIFESA PERSONALE. Il corso tenuto dai Maestri Christian Poletti (c.n. 5° DAN) e Luca Cervi (c.n.4° DAN) avrà la prima lezione Venerdi 7 Novembre dalle 19,30 alle 21 presso il Centro Zenit via E. Rossaro 12 Bondeno (Fe), e proseguirà tutti i venerdì fino alla fine del mese di Dicembre con gli stessi orari. Per informazioni : Centro Zenit 0532-893927 o Christian Poletti 347-3200583.

Danza Jazz

DOPO IL BALLOONS FESTIVAL, LA SERATA DI GALA!!

Le Palestre Danza al Cibar&Show

La numerosa partecipazione degli allievi della scuola di danza "Le Palestre" alla manifestazione "Balloons Festival" al Parco Urbano di Ferrara, si è rivelata un grande successo. Anche le più piccole ballerine si sono esibite con coraggio ed entusiasmo accompagnate dagli ormai esperti ragazzi dei corsi più avanzati, intrattenendo il pubblico con la direzione artistica di Laura Cantelli e Cinzia Bonfatti.
Sono stati di nuovo gli allievi più grandi a divertirsi danzando alcune coreografie in occasione del "Gala della Danza" in data 30 ottobre per il Cibar&Show al Centro Fiera di Bondeno.

L'ormai solida collaborazione di Cinzia Bonfatti con il "Porky's Beer" ha permesso la realizzazione di una serata a tema, all'insegna della danza nei diversi stili, alla quale hanno partecipato altre scuole del territorio e dintorni.
Da qualche anno a questa parte, la manifestazione invita gli allievi de Le Palestre Danza a presentare nuove coreografie per intrattenere il pubblico; dopo l'evidente successo si è deciso di ingrandire l'aspettativa, e di nuovo i ragazzi hanno saputo divertirsi animando il loro momento con impegno e passione. Sono state presentate alcune coreografie estrapolate dagli spettacoli teatrali, che la scuola organizza nel mese di maggio, ed altre, invece, sono state preparate per l'occasione, mettendo in evidenza una forte passione da parte di molti alla danza come arte.
E' intenzione della scuola "Le Palestre Danza" di continuare ad offrire intrattenimento in diverse occasioni, per dimostrare la crescita dei più piccoli ed il perfezionamento dei più grandi, con il principale scopo di divertire tutti in modo sano e gioioso.

"PATTINI IN FIERA"
Per animare la festa di Pilastri

Ancora una volta le atlete del Pattinaggio Artistico la fanno da padrona nella serata di svoltasi nel "Dancing Arena" di Pilastri, organizzata in collaborazione con il "Comitato Festeggiamenti Pilastri" in occasione dell'annuale fiera paesana. Il drastico calo della temperatura non ha aiutato di certo le pattinatrici, che infreddolite hanno però affrontato con impegno e bravura le performances. Sulle note di una canzone degli Aerosmith è stata presentata l'intera società formata da ragazze che già da tempo si impegnano in questo sport a livello agonistico, ottenendo ottimi risultati: Martina Leonelli, Deanna Volpi, Debora Cornacchini, Martina Rossi, Sara Cornacchini, Pamela Palma, Vanessa Meriggi, Lucia Brancaleoni, Martina Bregoli e Lisa Bragaglia. In questa occasione sono state poi presentate anche le nuove atlete, che da poco si sono affacciate al pattinaggio e che ancora non hanno sostenuto gare, ma si allenano con impegno per farlo al più presto: Caterina Guandalini, Ilaria Fornasari, Eugenia Cornacchini, e le più piccole e coccolate del gruppo Linda Ferrari di 6 anni e Marianna Cornacchini di 3.
L'intera serata è stata un susseguirsi di esibizioni, sia di gruppi che si singoli di gara, diverse l'una dall'altra per le musiche scelte, per le coreografie ricercate e per gli abiti scintillanti adatti ad ogni melodia. Il pubblico ha potuto così assistere ad esibizioni di gruppo sulle note della classica tarantella napoletana, ritmata dal suono dei tamburelli; alcune atlete si sono "risvegliate" dal sonno sulla musica di Bjork, altre ancora hanno riportato gli spettatori nel mondo del vecchio west con i Cowboy e le belle saloon. C'è spazio anche per l'antitesi fra l'universo magico e incantato delle fatine Winx ed il clima cupo e pauroso ricreato dalle belle bambole assassine. Una coppia di piccole streghette ha volato, armata di scope sulle note della sigla del cartone animato "Sugar sugar", mentre un'atlra coppia di ragazze ha divertito e coinvolto il pubblico accompagnata dalla canzone "Mr Bombastic". Ospiti della serata sono state,l inoltre, alcune atlete della società di pattinaggio "La Futura" di Finale Emilia, che hanno incantato i presenti con i singoli di gara sulle colonne sonore di "Sister Act2, "Il re Leone" e "Il Gladiatore", mentre un gruppo di piccole atlete ha ideato una coreografia sulla musica "New York New York". Lo spettacolo è terminato con incoraggianti manifestazioni di entusiasmo ed approvazione dei presenti verso le atlete, che ahnno saputo dimostrare laloro bravura e far risaltare uno sport elegante e coinvolgente che non tutti conoscono.

Autocarrozzeria Faccenda
Auto - Moto
Lavorazioni Moderne con mini Benk
Verniciatura a Forno
Via G. Bruno, 10/A - Bondeno (FE) - Tel. / Fax: 0532 894275

Badminton

BENE LE GIOVANILI

Buono l'esordio dei giovanissimi nel Circuito Under 13 Interregionale

È iniziata domenica 5 ottobre dal Palacinghiale di Ponte Rodoni la prima tappa del Circuito Under 13 Interregionale (Emilia – Romagna / Marche) di badminton.

I giovani atleti di casa del Badminton Bondeno, molti alla prima gara agonistica, si comportano tutti bene, ma meglio di tutti Andreas Contri modenese di Casinalbo classe 1998 il più giovane anagraficamente ma ormai un veterano del campo di Badminton alla sua seconda stagione col Badminton Bondeno, conquista il podio più alto che premia il suo impegno in questo sport.

Continua anche per i più grandi l'attività agonistica con la doppia tappa del calendario Regionale e Interregionale in programma domenica 9 novembre a partire dalle 9.30 al Palacinghiale di Ponte Rodoni, dove gli atleti di casa del Badminton Bondeno sono chiamati a confermare i successi di Fidenza (PR) dove avevano vinto tutto.

GINO ALBERGHINI

Il professionista

L'IMPORTANTE È MUOVERSI

Tra squash e fitness, Gianni Cassetti intervistato a tutto tondo

L'esercizio fisico è come un farmaco, perchè sia efficace deve essere assunto nelle dosi e nelle modalità giuste. Questo, anche e soprattutto, per i soggetti cardiopatici. La riflessione è di un noto medico dello sport ferrarese, in sede di presentazione di un seminario di studio, svoltosi il 15 ottobre scorso presso il Centro Studi Biomedici applicati allo sport di via Gramicia a Ferrara.

Gianni Cassetti, imprenditore nell'area fitness da anni, commenta il dato attraverso la sua esperienza: "Parlando con uno dei migliori medici dello sport di Ferrara, sono recentemente venuto a sapere che ci sono maggiori rischi cardiovascolari per persone che siano magre non fumatrici, ma sedentarie, rispetto a persone che siano sovrappeso e fumatrici, ma che praticano regolarmente attività fisica. Questa notizia è importantissima perché rende gli addetti del settore molto responsabili, in quanto bisogna rendersi conto dell'importanza del bene e dei benefici che possono portare alla gente. Non è quindi tanto importante il tipo di allenamento che si propone, quanto piuttosto la ricerca di un sistema per motivare la gente a togliersi le cattive abitudini della sedentarietà. Ogni volta che l'operatore individua un'attività fisica che toglie dal divano un individuo, ha ottenuto un successo ed ha svolto in modo professionale il proprio lavoro."

Tra le tante attività che una palestra può offrire, anche la tua ovviamente, qual è la più attinente a questo tipo di visione? Oppure non ce n'è una precisa?

"Non ce n'è una precisa. Ti rispondo dicendo che di recente proprio su Sport Comuni era stato indicato che è possibile ottenere buoni risultati solamente con una attività in sala pesi, tale da comportare anche un aumento della massa muscolare. Secondo me questo è un messaggio sbagliato e nella nostra palestra abbiamo un esempio concreto: all'interno del nostro centro, un nostro cliente è dimagrito di 54 kg senza mai mettere piede in sala pesi. Questo risultato è stato possibile ottenerlo solamente perché lo abbiamo motivato quotidianamente con attività differenti. Questa persona ha iniziato a seguire le attività che proponevamo, e a controllare la sua alimentazione dietro chiaramente le indicazioni di persone competenti, che le hanno fornito corretti suggerimenti alimentari."

Quale rapporto tra attività fisica nelle palestre e alimentazione?

"Periodicamente vengono proposte nuove diete che diventano di moda: si è passati dalla dieta mediterranea a quella a zona, a quella all'indice glicemico. Ogni volta sembra che tutto quello che andava benissimo fino al giorno prima, improvvisamente diventi sbagliato. Non credo sia un messaggio corretto, perché l'importante è venir seguiti da persone competenti e seguire una dieta solamente dietro i consigli di professionisti. Detto questo, tutte le diete, se fatte con costanza e con rigidità, danno risultati. Questo è dimostrato ampiamente."

Quali suggerimenti dare ai praticanti di attività sportiva specialmente di calcio che spesso frequentano le palestre?

"E'importante praticare attività differenziate. Come esiste una piramide alimentare, si può fare una piramide delle attività fisiche. Consiglierei di praticare attività differenti: da quelle aerobiche come nuoto, spinnig, corsa ed altre, ad attività di potenziamento, come quelle praticate in palestra con i pesi e con le macchine, per sviluppare un lavoro di completamento ed infine attività che sviluppano la velocità come può essere lo squash, sport che richiede molta reattività e capacità di avere una pronta e immediata reazione. Queste cose combinate assieme danno un risultato ottimale, mentre è sbagliato proporre un'unica attività perché crea un atleta monouso, che sviluppa molto per esempio la resistenza, ma è diventato lento, oppure uno che si allena solo in sala pesi diventa ipertrofico, molto forte, ma perde la capacità di essere resistente e veloce. E' quindi importante fare attività differenti e complementari.

Bondeno può vantare una squadra di Squash in forte crescita. Quali sono le prospettive?

"Abbiamo ottenuto un risultato strabiliante classificandoci secondi ai campionati nazionali, dove abbiamo eliminato squadre come Bologna e Milano. Ora ci stiamo concentrando per far crescere alcuni giovani che proprio adesso dovrebbero fare il salto di qualità. Si stanno allenando con i "nostri vecchietti", atleti con quindici anni di esperienza, coloro che ci hanno permesso di ottenere risultati eccezionali."

AUGUSTO PARESCHI

Podismo

LA CARICA DEI 600

Alla XVII edizione de "Na Spadzada par Bunden" hanno partecipato molti bambini delle scuole primarie

Ismail Adim (Atletica Estense)

Una passeggiata o una corsa podistica per le vie del centro e della periferia, a stretto contatto con la natura e coi percorsi naturali del fiume Panaro. Il fascino della competizione aperta a ogni tipologia di partecipante resta intatto anche nella 17ª edizione della "Na Spadzada par Bunden",

nonostante la sottile pioviggine della mattinata. La manifestazione – che ha ospitato 620 iscritti – è stata organizzata dall'Asd Atletica Bondeno lo scorso 1° novembre, in collaborazione col Porky's Beer di Casumaro ed il patrocinio del Comune di Bondeno. Due le novità in assoluto più rilevanti: l'arrivo e la partenza dislocati presso il polo fieristico di viale Matteotti, da una parte, e l'istituzione del Memorial Franco Reggiani,

unitamente a quello già intestato da tempo all'altro compianto sportivo locale Marco Ramponi. Il percorso si snodava lungo 9 km. per la corsa valida sia come ultima prova del campionato provinciale Uisp 2008, sia come gara regionale Fidal, ma comprendeva pure due "mini podistiche": l'una sulla distanza di 2 km (nati dal 1991 al 1996), l'altra, invece, sui 1000 mt. (nati dal 1997 in poi). Sulla massima distanza successo

per Ismail Adim (Atletica Estense) in campo maschile col poggese Andrea Zapparoli e il bondenese Nicolò Berlato a ridosso del primo, e per Manuela Cremonini (Victoria S.Agata) in campo femminile, con la bondenese Elena Martinozzi e la poggese Alessia Zapparoli piazzatissime sul podio. Piccole e grandi emozioni durante le premiazioni sia per la consegna dei trofei alla memoria, sia per il giusto tributo ai gruppi sportivi più disparati, sia per i premi assegnati alle scolaresche sull'onda dello slogan "Fai atletica e non farai panchina".

CLASSIFICHE:

Classifica per società:
Zenit Palestra Bondeno (80 partecipanti); Pol. Ova Centese (66 partecipanti); Pol. Il Quadrilatero (51 partecipanti); Pod.Finale Emilia (47); Argine Berra (30); Pod. Salcus (30); Pol.Doro (25); Pizzeria Pippo (25); Invicta Copparo (18); Pol.Ferrariola (17); Matilde Basket (18); Gennari Schinevoglia (15)

Classifica Scuola- Istituto:
Elementare II TP (18); Scuola Materna Statale (12); Elemetare III TP(11); Elementare IV Tp (9); Elementare V Tp (5)

Ordine arrivo categoria H (maschile dal '90 al '58)
1)Ismail Adim (Atletica Estense); 2) Andrea Zapparoli (Sef.Virtus Emilsider Bo); 3)Fabio Biodi (G.S.Gabbi); 4)Nicolò Berlato (Atl.Ferrara); 5)Marjouane Abdel Salil (Atl.Estense); 6)Massimo Tocchio (G.S.Gabbi); 7)Luca Balboni (Pol.Doro); 8)Federico Antoniolli (G.S.Gabbi); 9)Lorenzo Calza (Pol.Nonantola); 10) Fabio Finotelli (Salcus) seguono altri 41 atleti.

Ordine arrivo categoria H (Femminile '90 e precedenti)
1)Manuela Cremonini (Victoria S.Agata); 2)Elena Martinozzi (Atl.Estense); 3)Alessia Zapparoli (Cus Sef.Ripresa Bo); 4)Roberta Abbondanti (G.S.Gabbi); 5) Daniela Menegatti (G.S.Gabbi). Seguono altre 7 atlete).

LA CAMPESTRE AL CAMPO URBANO

E' in programma per il 30 novembre il 46° Trofeo "Città di Ferrara"

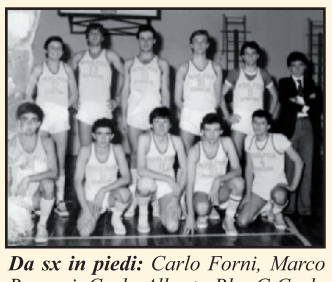
Il parco urbano di via della Fornace a Bondeno sarà sede domenica 30 novembre di una delle cinque prove di corsa campestre in calendario nel 2008 per il 46° Trofeo "Città di Ferrara". La Lega Atletica Leggera del comitato provinciale Uisp (Unione Italiana Sport per Tutti) ha infatti assegnato all'Asd Atletica Bondeno l'organizzazione della gara. Le altre quattro sedi prescelte sono Ferrara (Parco Urbano), Ro Ferrarese, Occhiobello (Argine Po), e Portomaggiore.

C'Era Una Volta

IL REGNO DELLA MATILDE BASKET

La società nasce nel 1971 e viene ricostituita nel 1995. Primo presidente: Attilio Benetti con Antonio Pozzati, primo coach e attuale presidente del Comitato Nazionale Allenatori della Federbasket - Seconda parte

La pallacanestro bondenese suscita un ampio seguito. Le imprese vincenti del team maschile C.S.I. Bondeno e di quello femminile targato COOP si riproducono fino ai primi anni '60. Dopodichè comincia la breve parabola discendente a livello organizzativo di questo movimento cestistico. La passione che anima ancora numerose persone è sempre elevata ma impegni di studio, lavoro e famiglia rendono arduo il coordinamento dell'attività sportiva e agonistica. Il fabbisogno di una struttura sportiva adeguata per la pratica della pallacanestro ingigantisce indubbiamente il problema. La rinascita del basket viene tuttavia posticipata soltanto di qualche anno. Alla fine degli anni '60, in concomitanza con la costruzione della nuova scuola media e dell'annessa palestra si aprono nuovi scenari per la pallacanestro bondenese. Merito anche dell'allora preside Gallini. Il campetto della sezione staccata del Liceo Scientifico Roiti (precedente denominazione dell'istituto scolastico superiore bondenese) diviene punto di ritrovo dagli studenti della I A, grandi amanti del basket e unitamente ai compagni e alle compagne dell'ultimo anno delle scuole medie manifestano il desiderio di rinverdire antichi fasti. Con la disponibilità di alcuni adulti, fra cui Franco Naldi, Mario Benea e Attilio Benetti, si creeranno poco dopo i presupposti per la costituzione di una nuova società. Di recente, Antonio Pozzati, attuale presidente del Comitato Nazionale Allenatori della Federbasket, ha ricordato che il professor Benetti fu elemento trainante per l'insegnamento dei fondamentali ai numerosi ragazzi che gli chiesero aiuto e sostegno per il ripristino della pallacanestro a Bondeno. Le difficoltà di natura tecnica, organizzativa e finanziaria pongono qualche ostacolo ai desideri di quegli ardimentosi adolescenti, ma la loro tenacia mescolata alla magnanimità di qualche generoso sostenitore contribuiranno presto alla costituzione della Società Sportiva Matilde Basket. Gli atleti stessi decidono infatti di autotassarsi pur di poter giocare e il 10 novembre 1971 nasce ufficialmente la nuova società presieduta da Attilio Benetti. Il professor Pozzati, coach di livello nazionale, è il prescelto nel ruolo di allenatore. "Fui chiamato dal professor Benetti" ha ammesso Pozzati, tecnico conteso da club più titolati. Riparte così la storia della pallacanestro a Bondeno. Nevio Bonini, Massimo Malaguti, Gian Carlo Ferrari, Paolo Caselli, Fabio Sabbioni, Romano Gamberini, Giovanni Grazzi, Paolo Castaldini, Sergio Benea, Daniele Galliera, Carlo Forni, Marco Ragazzi, Carlo Alberto Blò, Daniele Scapinelli, Roberto Resca: sono questi i nuovi alfieri della Matilde Basket guidata da mister Pozzati con Luciano Panicati vice. La società iscrive una squadra, rispettivamente, nella categoria Cadetti e Ragazzi. Il primo biennio è assai tosto, ma i ragazzi sono estremamente motivati, hanno voglia di crescere e migliorarsi sotto svariati punti di vista. Nascono parecchi centri di minibasket nella zona. E il terzo anno arriva così l'abbinamento sportivo: si tratta dell'Amaro Piter, la denominazione di un prodotto di distilleria elaborato dalla ditta Carli. Scattano in questo periodo i primi successi agonistici, anche con la prima squadra. La palestra di via Giordano Bruno poi via Manzoni, diventa così un fortino inespugnabile in cui cadono Zabov Ferrara, Benedetto XIV Cento, Mobili Zanella e 4 Torri. Nel 1974 la squadra maggiore conquista il passaggio in Prima Divisione, al termine di un torneo chiuso al secondo posto dietro il Zabov Ferrara. Buoni risultati giungono anche l'anno seguente, nonostante il salto di categoria della Seniores mentre gli Allievi e i Ragazzi agguantano la finale di zona. Prende nel frattempo corpo anche l'apertura della sezione femminile, anch'essa griffata Amaro Piter, i cui punti fermi sono: Claudia Pasqualini, Anna Guida, Marina e Paola Venturi, Alina Merighi, Anna Ancillotti, Gianna Bergamini, Lina Catapano, Laura Panzani, Daniela Calzavarini, Raffaella Mattioli e Licia Leprini. A metà degli anni '70, la società sportiva scioglie l'abbinamento con l'Amaro Piter e lascia libero coach Pozzati. I dirigenti, con in testa Attilio Benetti, danno fiducia ai giovani, soprattutto nei ruoli tecnici. Nel periodo 1977-1981, i trainer sono dapprima Sergio Benea e Giovanni Grazzi, poi Daniela Calzavarini e Gabriele Grazzi che guidano le giovani leve. La conduzione tecnica passa infine a Luca Folchi (attuale coach 4 Torri Ferrara, ex Benedetto XIV e Giovanili Basket Club) quindi a Sergio Sarasini (tecnico formatosi alla scuola della Benedetto XIV) nel triennio 1985-1987. L'attività cestistica prosegue alla fine degli anni '80 sotto la guida del professor Daniele Galliera con la leva 1975-1976. Sarasini riprende l'attività nel 1992, sempre con l'attività di base a livello di minibasket. Nel 1995, Sergio Sarasini e Luca Folchi ricostituiscono la Matilde Basket, al fine di dare continuità al centro di minibasket. Gabriele Grazzi è il nuovo presidente con Sergio Benea vice, Enrico Zambelli prima e Roberto Boccafoglia poi, segretari dell'associazione sportiva. Un ulteriore salto di qualità a livello organizzativo è stato compiuto nella stagione 2002-2003. La prima squadra disputa i campionati di Prima divisione. Si sono succeduti alla guida tecnica: Andrea Succi, Valerio Melloni, Marco Marchetti, Alessandro Vassalli. Attuale presidente è Alessandro Sita.



Da sx in piedi: *Carlo Forni, Marco Ragazzi, Carlo Alberto Blo, G.Carlo Ferrari, Giovanni Grazzi, Sergio Benea (coach)*
In basso: *Massimo Malaguti, Roberto Malaguti, Daniele Scapinelli, Nevio Bonini, Roberto Resca*

Da sx in piedi: *Claudia Pasqualini, Anna Guida, Marina Venturi, Alina Merighi, Anna Ancillotti, Gianna Bergamini, "Cike" (coach)*
In basso: *Lina Catapano, Laura Panzani, Daniela Calzavarini, Paola Venturi, Raffaella Mattioli*

Da sx in piedi: *Luca Folchi (coach), Livio Veronesi, Marco Marchetti, Andrea Succi, Enrico Negri, Daniele Pisa.* ***In basso:*** *Carlo Sitta, Daniele Galliera, Antonio Luciani, Valerio Melloni*

Tifosi nella palestra di via Manzoni

APPUNTAMENTO

La Matilde Basket ha organizzato una partita rievocativa sabato 22 novembre (ore 17.00), presso la palestra di Via Manzoni. In serata, tutti i partecipanti presenzieranno alla consueta cena sociale.
Per informazioni tel. 0532-893129.

BENTORNATO CICLISMO!

Nascerà ufficialmente a novembre l'"A.S.D. Bondeno Free Bike"

C'era una volta…"Il pedale bondesano", un'associazione sportiva che per molti anni ha permesso a tanti appassionati ciclisti di praticare sport, oltre ad avviare qualche ragazzino all'agonismo. Tra i tanti che hanno ottenuto risultati si ricordano i nomi di Caselli, Poltronieri e Massimo Grechi; quest'ultimo ha fatto parte della Nazionale giovanile. Varie vicissitudini hanno poi portato allo scioglimento del gruppo sportivo. E scese il buio…Sembra che finalmente questo buio stia per avere i giorni contati: al numeroso gruppo di discipline sportive praticabili a Bondeno, dovrebbe aggiungersi ufficialmente una nuova società di ciclismo denominata "A.S.D. Bondeno Free Bike". A proporre il ritorno del nobile sport delle due ruote tre appassionati: Andrea Costa, Gabriele Mazzi (con esperienza di tecnico per la società di Calderara di Reno) e Mauro Barbieri, assistiti dallo staff di Good Bike, la cui area circostante è da tempo il punto di incontro di tanti ciclisti della zona. L'associazione sarà presieduta da Emanuela Boschetti. Naturalmente il ciclismo amatoriale ha continuato in questi anni sotto diverse forme. Tutt'ora si possono contare almeno due gruppi: uno legato all'Avis Bondeno ed un altro a Scortichino. Tuttavia, molti bondenesi sono tesserati e partecipano alle attività di altre società di cicloturismo di comuni limitrofi. Manca quindi per molti di loro un punto di riferimento locale, tale da poter raccogliere un nutrito numero di ciclisti. Appare importante quindi incoraggiare e seguire i progetti della nuova associazione, in quanto sembrano fondati su basi concrete e dettate dall'entusiasmo di chi vuole crescere in fretta: sarebbero diverse le aziende locali interessate ad una sponsorizzazione; hanno anche già aderito una trentina di persone. L'avallo del Comune di Bondeno è un'ulteriore dimostrazione della serietà del progetto, che proprio nella sua sede verrà prossimamente presentata. Forse, col tempo si concretizzerà il "sogno" di Gabriele Mazzi (uno degli ultimi atleti del Pedale Bondesano): ricreare il settore giovanile matildeo di ciclismo. Utopia? Difficile dirsi, ma sicuramente si inserirebbe in un contesto che in questi ultimi anni sta perdendo verve. A livello provinciale, infatti, l'attività di settore giovanile è ristretta a tre società, Stella Alpina di Renazzo, Sancarlese e Santa Maria Codifiume. L'inserimento di un'ulteriore gruppo gioverebbe quindi all'intero movimento. Oltre al settore giovanile Bondeno Free Bike si propone di organizzare manifestazioni ciclistiche e di formare personale qualificato per far fronte alle necessità dell'associazione, frequentando ad esempio i corsi per diventare direttore di corsa, o direttore tecnico, oppure apripista…

FRANCESCO LAZZARINI

coopgiuliobellini
COLTIVIAMO INNOVAZIONE

ALBAVERDE

- Manutenzione e gestione Impianti Sportivi
- Fattoria Didattica Corte Zanluca per visite, meeting e conferenze
- Progettazione e manutenzione verde pubblico e privato
- Conduzione terreni propri e di terzi
- Garden per la vendita di piante
- Punto vendita di Ortofrutta
- Commercializzazione dei Vini della Tenuta Garusola

Sala Conferenze - Corte Zanluca

Corte Zanluca

Domenica 16 Novembre, Corte Zanluca
Festa d'Autunno
Un pomeriggio di gusto dedicato alla scoperta dei frutti di questa stagione, con musica, giochi, esposizione di funghi e soprattutto tanta voglia di fare festa

TENUTA GARUSOLA

Garden e Punto Vendita Ortofrutta: Via Virgiliana, 319 B - Burana di Bondeno (FE) - Tel. 0532.880730

Automobilismo

TEAM MONTORI...UNA FORMULA VINCENTE

Per il secondo anno consecutivo il vigaranese Michele Montori vince il campionato di Formula Driver.

Continua il ciclo vincente del pilota Michele Montori, che ha conquistato per il secondo anno consecutivo il campionato italiano di Formula Driver dell'Uisp. In questa stagione è stato imbattibile in regolarità, dato che ha ottenuto tre primi posti e moltissimi podi, ed il titolo è arrivato con tre prove di anticipo. Il prossimo 8 dicembre, in occasione della premiazione finale a Reggio Emilia, potrà festeggiare nel migliore dei modi. Alla domanda quale sia stata la ricetta per vincere, Montori ha risposto "il mio team", composto da tutte quelle persone che lavorano dietro le quinte dei box, mettendo a punto ogni particolare degli assetti dell'auto, un'Abarth, il cui modello è stato prodotto in pochissimi esemplari. I tecnici sono Paolo Succi è il "braccio destro" e Vittorio Franchini segue la parte meccanica. Al team si aggiungono anche due figure femminili: la parte culinaria, che è gestita con passione e successo dalla madre di Montori, abile nel proporre di volta in volta, lasagne, pasta asciutta e carne alla griglia, mentre la parte logistica ed economica è seguita da Mirella Zardi. Lavoro di team, affidabilità e regolarità in pista, conditi da buona cucina casalinga sono quindi le basi dei successi del pilota vigaranese. Montori ha anche un sogno nel cassetto: portare a Vigarano, nella prossima stagione, una gara di Formula Driver, che potrebbe concretizzarsi con l'interessamento dell' amministrazione comunale.

FRANCESCO LAZZARINI

Michele Montori nel suo bolide

Podismo

IN 9 ALLA NEW YORK CITY MARATHON

Nutrita la partecipazioni di vigaranesi alla corsa piu' affollata del mondo

Sono nove i podisti vigaranesi che, domenica 2 novembre alle 9,40, hanno partecipato alla New York City Marathon. I maratoneti hanno corso con una maglia che riporta lo stemma del comune di Vigarano Mainarda per testimoniare come un piccolo comune, appena 7200 abitanti, riesca a mandare ben nove suoi atleti alla maratona più importante del mondo. In pratica un maratoneta in gara ogni ottocento abitanti ed è un rapporto che, quasi sicuramente, non trova uguali tra i 37.000 partecipanti alla NYC Marathon. Il fatto non è sfuggito alle autorità della "grande Mela" e, in questi giorni, indirizzato al sindaco Daniele Palombo, è arrivato un messaggio da parte del sindaco di New York, Michael Bloomberg,dove a nome suo, della Commissione degli Stati Uniti della città di New York e del servizio di protocollo sportivo, esprime i suoi complimenti e la sua piacevole sorpresa per come una comunità cosi piccola riesce ad esprimere ben nove partecipanti alla maratona Newyorkese."Il piacere è stato tutto mio", spiega il sindaco Daniele Palombo, "quando ho letto il messaggio. Sono anche stato invitato a New York per vededre in diretta questa importante maratona ma, purtroppo, con dispiacere ho dovuto rinunciare per gli impegni istituzionali che, proprio il 2 novembre, mi hanno visto impegnato. Comunque sul posto avremo chi ci rappresenta al meglio seguendo quello che è il nostro spirito nell'allacciare nuove amicizie. Lo facciamo con due canali privilegiati, la scuola e, come in questo caso, lo sport e nello specifico la maratona". I magnifici nove, come li chiamano in paese, sono Maria Cristina Vallieri, Dante Bregola, Carlo Carletti, Luca Cavazzini, Renzo Savi, Antonio Franchi, Emanuela Bottazzi, Eugenio Artioli e Clara Gaiani.

G.B.

Pallacanestro

UNA PARTENZA COL BOTTO!

5 Vittorie su sei gare è il prezioso bottino della Vassalli Vigarano basket

Anche nella nuova impegnativa realtà della B1, di basket femminile, la Vassalli Vigarano si sta comportando al meglio. Cinque vittorie su sei gare giocate confermano che il team di coach Raffaele Ravagni ha già abbandonato gli abiti di timida matricola per indossare quelli di chi è deciso a svolgere un ruolo di primo piano in campionato. Poter accedere alla fase dei Play Off, che alla vigilia sembrava un sogno, comincia a diventare una splendida realtà. La squadra in

campo appare solida e quadrata ed è frutto del giusto dosaggio che si è seguito nel formare l'organico dove l'esperienza si completa con le forze fresche della gioventù. Dell'organico dello scorso anno sono rimaste solo Francesca "mitraglia" Marchioni, l'ala Stefania "tigre" Campana, la guardia "tascabile" Luisa Fontana e la "vecchia guardia" formata da capitan Emanuela Benatti e Serenella Boschetto, entrambe con trascorsi nella massima serie. Ma anche le "nuove" sono ormai entrate nel cuore del sempre numeroso pubblico che riempie il Palavigarano. Marta "furia" Savelli è maestra nel trascinare il tifo, Lorena Venzo è la "saggia" del gruppo mentre Federica "dido"

Carugati è sempre pronta a dare una mano a tutte. In costante crescendo anche le "giovani terribili"; Marialisa Petrucci, Giorgia Balboni,Valeria Silvestrin e Carla Fabris. In sostanza un organico ampio e di qualità che permette, nel corso delle partite, di avere un'ampia rotazione in campo, senza perdere di qualità,ed è forse questo l'aspetto che si sta dimostrando vincente. Quest'anno fin

dalla prima di campionato si sta giocando nel nuovo e moderno Palavigarano, costruito a tempo di record in soli nove mesi, e la stupenda cornice di pubblico che si vede ad ogni partita autorizzano a dire che a Vigarano è veramente arrivato il grande Basket.

GIULIANO BARBIERI

LAVORAZIONE ARTIGIANA
salumificio Ercole Gottardi
SALUMI TIPICI
Il Sapore della Tradizione
Via Cucco 59/A - 40010 Galliera (BO)
Tel. 051.814058 - Fax: 051.814077

Associazione Sportiva Dilettantistica
VIGARANO DANZA
Danza classica, moderna per vari livelli di studio.
Si organizzano corsi di gag, step, fit boxe e pilates
Per informazioni:
Prof.ssa Anna Rita Smai 339-5728515
Via Barboni, 35 - Vigarano Mainarda (Fe)

A MILLE
INFORTUNISTICA
RECUPERO DANNI DA INCIDENTI STRADALI
INCIDENTI COME TRASPORTATO
INCIDENTI SUL LAVORO, IN CASA O SPORTIVI
La nostra Agenzia Vi offre:
Assistenza medico specialistica, Riabilitazione da infortunio
Officina e Carrozzeria di fiducia
Consulenze tecniche di parte medico-legali
IL TUTTO SENZA SOSTENERE ALCUN COSTO DA PARTE VOSTRA!!!
Viale Repubblica, 16 - Bondeno (FE)
Tel. e Fax 0532.89.78.42

L'Evento

UNA FESTA IN DIRETTA

Vigarano Mainarda partecipa a "Mezzogiorno in famiglia"

Sport e gastronomia sono stati gli ingredienti che hanno visto il comune di Vigarano Mainarda protagonista su Rai 2 nella trasmissione "Mezzogiorno in famiglia" condotta da Adriana Volpe e Giancarlo Magalli. Per tutta la comunità è stato un evento coinvolgente in quanto mai prima

d'ora il Comune ha goduto di tanta visibilità in campo nazionale. Il primo grosso impatto con il mondo televisivo c'è stato giovedì 23 ottobre quando, in piazza Giovanni XXIII° si sono effettuate le riprese "registrate", dei collegamenti con la piazza che poi sono state trasmesse nella diretta di sabato 25 e domenica 26 dalle 11,25 alle 13. Nella "registrata" sono state splendide le scene dove la bella conduttrice, Roberta Gangeri, è arrivata prima su una carrozza del 1861 trainata da due cavalli bianchi, e condotta da Lorenzo Loberti, poi su una slitta, piena di bambini, trainata da un cavallo meccanico condotto da Alfonso Tosi. Molto tifo quando due giocatori della Vigaranese, Matteo Toselli e Alessio Menegatti, sotto gli occhi delle telecamere si sono esibiti in una lunga serie di palleggi di testa. Per quanto riguarda lo sport "mamma Rai" ha anche intervistato alcuni dei nove maratoneti vigaranesi che erano in partenza per partecipare alla New York City Marathon. Sullo sfondo le splendide ragazze della Vassalli Vigarano Basket e Alessandra Lodi Navarra che si esibiva nel gioco delle mele. Da far venire l'acquolina in bocca, al solo vederla, la distesa di salumi nostrani presentata da Giuseppe Magnoni mentre, in contemporanea, i norcini Riccardo Ferraresi, Roberto Gardenghi, Patrizio Berto e Paolino Zanetti dimostravano in diretta come "nasce la Salamina da Sugo". Simpatica anche la raccolta di campane di Luciana Valesani mentre il pasticcere, Andrea Bosi, ne ha creata una di cioccolata con l'immagine della bella Adriana Volpe. Le telecamere di Rai 2 hanno anche ripreso i bimbi mentre, alla guida di macchinine elettriche, percorrevano un circuito con tutti i segnali stradali seguendo le direttive del comandante della Polizia Municipale Carmela Siciliano. Molta emozione, e con qualche lacrima da parte dei "grandi" che formavano il numeroso pubblico, quando 52 bimbi della scuola materna Sacro Cuore hanno dato vita, da navigati attori, ad un laboratorio di pittura con la guida delle istruttrici Marika Bonora, Alessandra Sanna, Michela Saetti e Virna Patracchini. Sabato 25 e domenica 6 tutta Vigarano si è messa davanti al televisore per rivedere le scene, registrate in precedenza, e per assistere in diretta alle prove alle quali è stata sottoposta, negli studi a Roma, la squadra capitanata da don Graziano Donà e che comprendeva Carlo Piccinini, Gianpaolo Mingozzi, Simone Palombo, Barbara Paron, Matteo Bertoia, Marta Maragno, Chiara Gamberoni, Valeria Poltronieri e Caterina Rizzioli. Si trattava di una sfida tra due Comuni, l'avversario era il comune Calabro di Mormanno, ed ha visto la compagine vigaranese perdere per 4 a 3. Ma nel televoto Vigarano Mainarda ha "steso" gli avversari vincendo per il 60% contro il 40% degli avversari.

Ginnastica Ritmica

"IN PEDANA QUANTE EMOZIONI!"

Intervista ad Elena Zoboli, autentica campionessa e promettente allenatrice

Si può dire che Elena Zoboli sia cresciuta con la ginnastica ritmica: fin da bambina ha gareggiato con i colori delle squadre ferraresi, poi, ancora giovanissima, ha iniziato ad allenare le ragazzine della Palestra Ginnastica Ferrara, ed ancora a ventiquattro anni si è riproposta nelle vesti di atleta, andando a vincere ben tre titoli italiani in tre differenti attrezzi. Ora segue un'ottantina di giovanissime sparse appartenenti alla PGF di Ferrara ed alla palestra di Vigarano Pieve, dove, da pochi anni, segue un nutrito gruppo di atlete. "Ho iniziato a sei anni – racconta Elena – frequentando i corsi classici e ludici di avviamento alla ginnastica, spinta da mia madre. A sette anni e mezzo ho iniziato l'attività preagonistica e ad otto mi sono subito cimentata con gli esercizi obbligatori. Ho cambiato tre società: dalla Duca d'Este mi sono trasferita alla Palestra Putinati ed ancora alla Palestra Ginnastica Ferrara." Elena, ragazza riflessiva e riservata, si anima quando inizia a raccontare la sua disciplina.

Cosa ti affascina della ginnastica ritmica?

"Non so dire… è impagabile! Non si tratta della solita danza e neppure di una disciplina esclusivamente mascolina…Mi ha appassionato da subito mettere i piedi sulla pedana per gareggiare! Sono stata poi costretta a controllare le mie emozioni. Questo è un aspetto importante del mio carattere, che mi ha fatto crescere come persona, migliorato giorno per giorno, anche perchè le gare erano frequentissime."

Cos'altro ti ha insegnato questo sport?

"Ad essere disciplinata e metodica. La ginnastica ritmica è uno sport fatto di tante regole e di duro sacrificio. Allenarsi è stancante, ma amo ricordare alle mie allieve ciò che era già stato trasmesso a me: <<le ginnaste devono essere tali anche fuori dalla pedana>>. E'necessario un comportamento idoneo al grande sforzo che la disciplina richiede, e quindi sono importanti dedizione, pazienza, regolarità"

Come hai iniziato ad insegnare la ginnastica artistica?

"La ginnastica è uno sport che si può praticare ad alti livelli per pochissimi anni. Arrivata ai diciotto ho dovuto fare una scelta: o smettere completamente, oppure rimanere nel mondo della ginnastica artistica come insegnante... Sono ancora qui, perchè sono stata aiutata molto anche dalla PGF, che mi ha considerato da subito la <<punta di diamante>> della ritmica. Ho così iniziato a frequentare corsi ed ottenere i titoli adeguati all'insegnamento. Ma forse non bastano...E' infatti importante che un gruppo di ginnaste sia unito anche fuori dalla palestra. Così è stato per me quando gareggiavo e così succede con le splendide ragazze che alleno: tra di loro sono amiche, talmente amiche che sono spesso vengono coinvolti anche i loro genitori!... In pedana, però, sono avversarie, con un seguito di tifo…speciale, perchè si autoalimenta: l'essere squadra si dimostra anche così!!"

A 24 anni hai ripreso a gareggiare e a 25… il finale col botto! Ci puoi raccontare un po' questa scelta?

"Tutto è nato dalla voglia di rimettermi in competizione assieme alle bambine che allenavo. E' stato rischioso, avevo paura di sbagliare sul più bello, proprio davanti alle mie allieve. Infatti il problema più grande da superare è stato il controllo delle emozioni. Ma le soddisfazioni sono arrivate con le gare vinte (tre titoli italiani e regionali n.d.r.). Si è trattata veramente di una immensa soddisfazione…"

Di fatto sei tornata sulla pedana 5 anni dopo il tuo primo ritiro, all'età di 25 anni, in uno sport in cui a 20 si rischia già di essere considerate "vecchie"…Quanto è stato difficile per te riprendere?

"Difficile sicuramente… In molti mi avevano avvertito di quanto fosse complicato, ma la voglia di tornare sulla pedana a gareggiare era superiore! In realtà, allenando, non ho mai perso completamente la forma fisica e non ho dovuto riprendere tutto daccapo!"

Hai concluso quindi nel migliore dei modi la tua cariera agonistica...

"Si, ho lasciato l'attività agonistica senza rimpianti..."**... da vincente!**

FRANCESCO LAZZARINI

RITORNA IL PROGETTO "GIOCOSPORT"

L'attività motoria protagonista entra nella scuole primaria

Da questo mese, sino a maggio, ritornerà nelle aule scolastiche poggesi il progetto "Attività motoria e giocosport nella scuole primaria" promosso dal Coni – Comitato provinciale di Ferrara. L'Amministrazione comunale ha per il quarto anno aderito all'iniziativa, che coinvolgerà ben 251 alunni: 179 giovani studenti delle nove classi terze, quarte e quinte della primaria di Poggio Renatico e 72 scolari di quattro classi del plesso di Gallo. Un insegnante di educazione fisica, laureato in scienze motorie, sarà presente nelle classi per un'ora di lezione settimanale e contribuirà alla programmazione di manifestazioni a carattere ludico-sportivo. Questo operatore qualificato affiancherà dunque gli insegnanti, che in questi anni hanno particolarmente apprezzato tale collaborazione, capace di innalzare la qualità dell'offerta formativa: l'obiettivo è quello di favorire, attraverso la dimensione ludica, l'integrazione del movimento nel processo di maturazione dell'autonomia personale dei bambini. «Tale progetto – spiega l'assessore allo Sport Loreno Ravolini – si inserisce perfettamente nella più ampia e compiuta progettazione concepita da questa Amministrazione nell'intento di valorizzare, incrementare e diffondere lo sport e la sua cultura, con un occhio di riguardo per l'educazione e l'accesso alla pratica sportiva. E' fondamentale rivolgersi prima di tutto ai più giovani, per concorrere, attraverso lo sport, alla loro crescita complessiva e armonica, fatta di sviluppo fisico-strutturale, formazione emotiva, divertimento e socializzazione». Sono molteplici infatti gli scopi della proposta educativa "Attività motoria e giocosport nella scuole primaria": valorizzare la motricità come elemento essenziale per la crescita integrale della persona; favorire lo sviluppo delle "capacità" motorie; prevenire l'insorgenza di patologie causate da carenza di movimento; educare alla legalità attraverso il rispetto delle regole; promuovere lo spirito di sana competizione, di equilibrio psichico ed emotivo; far raggiungere ai bambini la padronanza dei movimenti, la maestria motoria, la sicurezza di sé, la capacità sociale; promuovere la scuola come centro di aggregazione sportiva, culturale, sociale e civile del territorio.

CRISTINA ROMAGNOLI

L'ASSOCIAZIONE SPORTIVA EL VIVE COMPIE 10 ANNI

Il traguardo sarà festeggiato domenica 16 novembre

L'A.S.D. El Vive compie dieci anni. Un traguardo particolarmente significativo, che verrà celebrato domenica 16 novembre con una funzione religiosa e una mostra fotografica, che racconterà per immagini la storia e le storie di questo primo decennale. L'associazione è nata in seno alla Parrocchia di San Michele Arcangelo nel 1998, appunto, da un gruppo di giovani spinti dal desiderio di favorire l'incontro e l'aggregazione fra i bambini, cercando di sviluppare in loro la passione per il gioco e per lo stare insieme. Il gruppo, che condivide una visione dello sport nei suoi significati più profondi e autentici e nella sua funzione etica e formativa, è costituito da un direttivo e da numerosi soci, che ogni anno rinnovano con gioia

la loro adesione all'associazione: del consiglio fanno parte don Giovanni Albarello, in qualità di assistente religioso, il presidente Stefano Panareo, il vicepresidente Martino Berveglieri, la segretaria Stefania Garuti, l'amministratore Fabrizia Spisani, il referente sportivo Diego Toso, i consiglieri Francesca Perrone, Manrico Pesci e Michele Volpi. Questa realtà, particolarmente impegnata e vitale, si dedica alla pallavolo e al calcio a cinque, con una squadra che disputa il campionato provinciale CSI, e propone diverse attività ludico-ricreative rivolte a bambini e ragazzi. Per i più giovani

organizza "Oratoriamo", per trascorrere tutti insieme in allegria le domeniche invernali nella palestra delle scuole elementari (i pomeriggi di "Oratoriamo" riprenderanno proprio dal 16 novembre, dalle ore 14.30 alle ore 17.30); "Cinema Insieme", la rassegna di proiezioni cinematografiche per tutta la famiglia, realizzata "in versione estiva e invernale", con il patrocinio del Comune; collabora inoltre alla realizzazione, nel mese di agosto, del centro estivo parrocchiale "Estate Ragazzi". Numerose sono anche le collaborazioni di El Vive con altre associazioni: con Telefono Azzurro, per la raccolta di fondi a sovvenzione dei progetti e dei punti di ascolto; con la Onlus Associazione Interparrocchiale Missionaria Croce Coperta di Imola, per l'adozione a distanza di bambini disagiati; con le Piccole Suore di S. Teresa del Bambin Gesù, che svolgono un'intensa e importantissima opera missionaria in Brasile, in Kenya e in Messico; con i gruppi presenti sul territorio poggese, come Avis e Aido. I ragazzi di El Vive, con lo stand che offre i gustosissimi gnocchini fritti farciti, partecipano inoltre ai principali appuntamenti della vita aggregativa della comunità: dall'Antica Fiera di Merci e Bestiame alla Fiera di San Michele, dal Carnevale dei Bambini alla Festa del Volo. A questa splendida associazione poggese, dunque, buon compleanno e, davvero, cento di questi giorni.

CRISTINA ROMAGNOLI

ZAPPAROLI CONQUISTA LA CAMPESTRE REGIONALE

Andrea vince il titolo Uisp

Andrea Zapparoli, poggese , ha vinto il campionato regionale UISP, svoltosi a Ferrara lo scorso 19 ottobre. Il circuito, lungo 8 km, non ha creato particolari problemi al mezzofondista, che è riuscito a controllare i movimenti dei suoi diretti avversari. Andrea, iscritto alla manifestazione con l'Atletica Bondeno, e tesserato FIDAL con SEF Virtus Emilsider, sta svolgendo un'intensa attività che lo vede impegnato sui

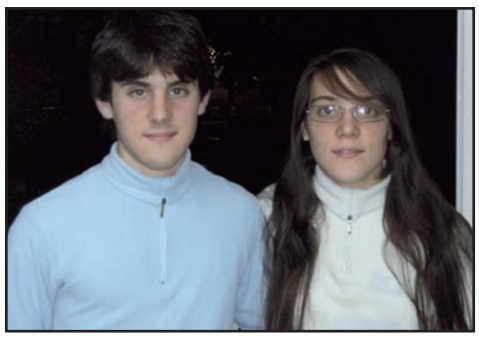
campi di atletica tutti i giorni: durante l'estate svolge attività su pista, mentre nel periodo invernale si dedica alle corse campestri. In questa stagione ha sofferto di tendinite, tanto da rimanere fermo per 3 mesi. Questo lungo periodo di inattività non gli ha tuttavia impedito di selezionarsi per gare di livello nazionale come i campionati individuali e di società nel cross lungo e corto ed in pista.

FRANCESCO LAZZARINI

ATTENTI A QUEI DUE!

Chi ferma il mezzofondista Andrea e la marciatrice Alessia Zapparoli?

Tra gli atleti poggesi spiccano per impegno e risultati ottenuti i gemelli Zapparoli: Andrea – tesserato Fidal per la Sef Virtus – è un promettente mezzofondista, mentre Alessia – tesserata Fidal per il Cus Bologna – si sta facendo strada nella marcia. All'impegno quotidiano nello sport aggiungono – è il caso di dirlo – quello per lo studio: entrambi, infatti, stanno frequentando attivamente la facoltà di Informatica. Fino all'anno scorso hanno gareggiato con la maglia dell'Atletica Bondeno. Per quanto riguarda i risultati sportivi nel 2007 Alessia è arrivata quinta ai campionati italiani individuali a Bessanone, ed ha partecipato a meeting internazionali, mentre nel 2008 è giunta sesta a Torino, dopo uno stop causato da dolori al ginocchio, mentre a Modena il 12 ottobre ha ottenuto un secondo posto nei campionati italiani di società under 23. A Lodi ai



campionati italiani assoluti di società, nella finali "oro" è giunta quarta, permettendo alla sua squadra di piazzarsi al terzo posto in Italia. Ha poi fatto parte della rappresentativa regionale a Legnago, dove è giunta prima ed a Chiuro sesta.

Per quanto riguarda Andrea, è arrivato quinto agli italiani nel 2007, mentre nel 2008 non ha partecipato a causa di un infortunio. Per quanto riguarda i campionati regionali di società, a Carpi è giunto terzo assoluto e primo tra le promesse, mentre a Castelnuovo Monti, nella seconda fase è arrivato secondo assoluto e primo tra le promesse. Alle Finali nazionali di società, nei 5000m è giunto decimo assoluto. Nei campionati universitari è giunto ottavo sui 5000m. Questi risultati sono un chiaro segnale delle potenzialità dei gemelli Zapparoli.

Ristorante Mannalisa
Menù degustazione a partire da € 25.00

• Specialità ferraresi e toscane
• Carne alla griglia
• Pasta e dolci preparati a mano
• Ampie sale per banchetti e cerimonie
• Sala congressi da 150 posti
• Piscina ed ampio parco
Via Tortiola, 15 - Località Tortiola - Vigarano Mainarda (FE)
Tel. 0532.737037 - cell. 392.9782552

FARMACIA Dott. Pasti
FARMACIA PASTI S.n.c.
delle dott.sse
Pasti Maria e
Pasti Elisa
P.zza Garibaldi, 38/40
Bondeno (Fe)
Tel. 0532 / 89 31 97
e-mail: farm.pasti@libero.it
http://farmaciapasti.googlepages.com

EDICOLA LORENZO
piazza del popolo, 26
POGGIO RENATICO (FE)
Tel/Fax 0532 825049
giornali, libri, giocattoli,
cartoleria, articoli da regalo ...

PANIFICIO ROVERSI
PASTICCERIA·GASTRONOMIA
Oltre quarant'anni di gestione familiare per offrire pane, prodotti da forno, pasticceria, pasta fresca, e un servizio completo di rosticceria, sempre nel rispetto di genuinità e tradizione.
Via Argine Ducale, 325 - Ferrara - Tel. 0532 - 762451

Società

ENTRA NELLE CASE POGGESI "INFORMASPORT"

Un progetto comunale per fornire opportunità di pratica sportiva e di attività motoria a tutti i cittadini

Un progetto di ampio respiro volto a fornire opportunità di pratica sportiva e di attività motoria a tutti i cittadini, intervenendo su strutture, promozione e formazione: è quello attivato dal Comune di Poggio Renatico, a partire dall'indagine conoscitiva "Come vivono i giovani lo sport a Poggio Renatico". Parte integrante e componente fondamentale di tale progetto, ideato dall'assessorato allo Sport in collaborazione con Amedeo Marcello Vancini, è l'informazione: in questa prima fase, in particolare quella relativa alle odierne possibilità di sport offerte sul territorio comunale. Sarà dunque inserito all'interno della pubblicazione municipale Pagine Aperte, che nei prossimi giorni arriverà in tutte le abitazioni poggesi, l'inserto da staccare, conservare e consultare "InFormaSport". Vi si potranno trovare tutte le indicazioni riguardanti gli impianti, la loro ubicazione e i loro recapiti, e le associazioni sportive, quali attività svolgono e dove e come contattarle. Sarà inoltre interessante leggere i contributi sui temi dello sport e del fare sport: gli effetti benefici, il bisogno di attività motoria, le esigenze ludiche e l'azione consapevole. «Divulgare lo sport come forma educativa, contribuire attraverso esso a formazione, salute e crescita dei ragazzi; valorizzare lo sport come momento di aggregazione e di rispetto delle regole, di svago e socializzazione per i cittadini di ogni età, nonché di integrazione in una comunità in continua crescita. Questi – spiega Vancini nella pubblicazione - sono gli obiettivi del progetto poggese». «Il nostro impegno – rimarca l'assessore Loreno Ravolini – è indirizzato a far crescere il mondo sportivo e valorizzare le potenzialità educative e formative dello sport».

CRISTINA ROMAGNOLI

Impianti sportivi

ARRIVA IL NUOVO CAMPO COPERTO

In programma per sabato 8 novembre la cerimonia di inaugurazione

E' programmata per sabato 8 novembre l'inaugurazione della nuova struttura coperta presso l'impianto del Tennis Club Poggese. Il taglio del nastro, cui parteciperanno il sindaco Paolo Pavani e l'assessore allo Sport Loreno Ravolini e a cui presenzierà l'assessore provinciale allo Sport Angela Poltronieri, si terrà al Centro Sportivo Polivalente di via San Carlo con inizio alle ore 16.30. Nel corso del pomeriggio, accanto alla cerimonia ufficiale, sono previste le esibizioni di alcune delle realtà che fruiscono del nuovo campo coperto: i piccoli calciatori della società di solo calcio giovanile Le Torri, i tennisti in erba della scuola del Tennis Club Poggese, le promesse del minivolley del circolo sportivo Tra Terra e Cielo, le ragazze del calcio a cinque della Polisportiva Coronella. Il nuovo campo coperto, la cui gestione e il cui utilizzo sono regolamentati da una convenzione fra Comune di Poggio Renatico e Tennis Club, guadagna nuovi spazi non solo al circolo tennistico, ma anche alle altre società poggesi: la sua attivazione infatti ha consentito di riportare sul territorio tutte quante le attività svolte dai gruppi sportivi. Quest'opera contribuisce dunque a rispondere alle aumentate esigenze delle associazioni e consente di razionalizzare e integrare l'utilizzo delle palestre, accrescendone la disponibilità oraria.

CRISTINA ROMAGNOLI

L'"AEROSOL ART" ENTRA IN STAZIONE

Tra murales e raccolta differenziata è stato realizzato un progetto per rendere più vivibile questo spazio pubblico

Durante l'inaugurazione

E' stato inaugurato sabato 11 ottobre il progetto di riqualificazione della stazione ferroviaria di Poggio Renatico "Spazio vivibile", che ha visto la sinergia fra Comune Ferrovie dello Stato e Area Giovani del Comune di Ferrara. Poggio Renatico, sulla linea Bologna – Ferrara, è una delle piccole stazioni in cui il progresso tecnologico ha gradualmente ridotto la presenza degli operatori e i viaggiatori si sono concentrati prevalentemente nelle fasce pendolari dei giorni feriali. Per evitare che la stazione perda la propria identità, si trasformi

La stazione dopo l'intervento

in un luogo impersonale, vulnerabile e oggetto di episodi di vandalismo, Ferrovie e Amministrazione comunale hanno deciso di puntare sul linguaggio dell'arte murale, per restituire gradevolezza e senso di sicurezza ai numerosi spazi deturpati da scritte. Alla base dell'idea la volontà di trasformare il volto della stazione ferroviaria attraverso un'opera di arte murale affidata a professionisti, ma con il coinvolgimento di giovani del territorio. L'Area Giovani del Comune di Ferrara l'ha infatti inserita nel progetto GRAFFIaFe, nato per dare risposta alla necessità dei giovani di avere spazi e luoghi autorizzati dove poter disegnare e per regolamentare il fenomeno delle "scritte sui muri" e delle azioni creative dei graffitari, favorendo così la mediazione fra i punti di vista dei giovani e degli adulti e offrendo al territorio un'occasione di riqualificazione urbanistica e di valorizzazione dell'arredo urbano. L'aerosol art è entrata pertanto in stazione, ma lo ha fatto legalmente, per lasciare il segno con un'opera d'arte insolita in grado di renderla un luogo più gradevole per tutti, cittadini e viaggiatori. Non a caso il titolo scelto è stato "Spazio vivibile". "Spazio" inteso come non-luogo che si riappropria della dignità di luogo e "spazio" inteso come insieme di pianeti, stelle, galassie dove immaginare forme di vita ancora sconosciute ma non per questo meno reali. Ferrovie dello Stato e Comune hanno realizzato, inoltre, interventi migliorativi: ritinteggiatura dei fabbricati di stazione, riqualificazione della sala d'attesa, rifacimento dell'impianto d'illuminazione del sottopasso e installazione di nuove panchine e bacheche informative. Da oggi, poi, anche quella di Poggio Renatico è entrata nel circuito delle stazioni che realizzano la raccolta differenziata dei rifiuti. Cestini di diverso colore – bianco per la carta, giallo per la plastica e azzurro per l'alluminio – richiamano l'attenzione dei viaggiatori su questo comportamento virtuoso, mentre speciali posacenere – collocati solo lungo i marciapiedi – ricordano che le sigarette sono bandite dagli spazi chiusi, nel rispetto della salute e della libertà di tutti. All'inaugurazione erano presenti Orazio Iacono, direttore compartimentale Movimento Bologna di Rete Ferroviaria Italiana (Gruppo FS), Paolo Pavani, sindaco di Poggio Renatico, Mascia Morsucci, assessore alle Politiche per i Giovani del Comune di Ferrara e Angela Poltronieri, assessore alla Pubblica Istruzione, Sport e Tempo libero, Associazionismo e Politiche giovanili della Provincia di Ferrara.

La squadra dei pendolari Bologna

Poggio Renatico, da sempre terra di confine e di grande mobilità, ha visto manifestarsi il fenomeno pendolarismo, che ha caratterizzato a un certo punto la comunità non come motivo di disunione, ma, appunto, di aggregazione, che si è trasferito anche sul piano sportivo. Di qui le partite fra pendolari verso Ferrara e pendolari verso Bologna.

«La linea ferroviaria accompagna la vita della comunità poggese dal lontano 1862 – ha ricordato Paolo Pavani -. Da quella inaugurazione essa costituisce, oltre che un nodo infrastrutturale strategico, un elemento di grande vitalità per la nostra comunità: in treno i ragazzi si recano alle scuole superiori e alle università, gli adulti raggiungono i loro posti di lavoro e persone di ogni età si spostano verso altre località per fruire di particolari servizi o per svago. A tutti loro si rivolge il progetto di riqualificazione e di rivitalizzazione della nostra stazione. Migliorando la qualità degli spazi e valorizzandoli, grazie a una soluzione artistica di straordinaria originalità, li riconsegnamo ai nostri cittadini più accoglienti, sicuri e vivibili: trasformati da luoghi di passaggio in piacevoli aree capaci di un ruolo socializzante e aggregante».

La squadra dei pendolari Ferrara

LO SPORT PER LA SAGRA, LA SAGRA PER LO SPORT

Daigoro Timoncini, campione di lotta greco-romana, e la Spal, protagonisti dell'iniziativa promozionale "Per Bacco ...Il Tartufo"

Il Centro Commerciale "Il Castello" di via Giusti 4 ospita da alcuni giorni l'inziativa "Per Bacco…Il Tartufo! – Profumi, sapori e delizie dei boschi ferraresi", degustazioni di prodotti gastronomici a base di tartufo ed assaggi gratuiti di vino a cura dell'associazione Sagra del Tartufo di Sant'Agostino. Fino a sabato 8 novembre sarà così in vetrina la Sagra del Tartufo di Sant'Agostino e del Bosco della Panfilia che

L'incontro con l'olimpionico Daigoro Timoncini

si svolgerà nei giorni 7-9, 14-16, 21-23 novembre 2008 presso il Centro Ricreatorio"Don Isidoro" in via Provinciale (ang. Corso Roma) a Sant'Agostino (Ferrara).
Nel contempo l'area espositiva – che riproduce in 50 mq l'oasi naturalistica del Bosco della

Panfilia, da cui deriva la denominazione della sagra – funge da supporto per giochi, eventi ed incontri con personaggi del mondo sportivo e non e, infine, per la divulgazione di tematiche riguardanti il rispetto dell'ambiente, la tutela dei boschi, la prevenzione degli incendi boschivi attraverso varie proposte.

Il sindaco, Claudia Balboni, consegna simbolicamente le "chiavi del bosco della Panfilia" a Timoncini

4 novembre L'area ha accolto la visita di Daigoro Timoncini, 23 enne atleta faentino di lotta greco-romana (cat. 97 kg.), campione italiano in carica, 5° ai Mondiali di Baku (Azerbaigian) e 11° ai recenti Giochi Olimpici di Pechino, componente del Gruppo Sportivo Forestale dello Stato.
All'iniziativa erano presenti per un mini convegno sul tema sport, ambiente e promozione del territorio: Elisabetta Mantovani, dirigente del Servizio Protezione Flora e Fauna della Provincia di Ferrara, Davide Stabellini, assessore allo Sport del Comune di Ferrara, Claudia Balboni e Roberto Coletti, rispettivamente, sindaco e assessore allo Sport del Comune di Sant'Agostino, Barbara Paron, assessore all'Ambiente del Comune di Vigarano Mainarda, Franco Bardasi, responsabile sezione W.W.F. – Alto Ferrarese, Domenico Carlini, presidente provinciale FIJLKAM (Federazione Italiana Judo Lotta Karate e Arti Marziali) e alcuni rappresentanti del Corpo Forestale dello Stato, coordinamento provinciale di Ravenna e Ferrara.

6 novembre – Il buon momento della Spal in Prima Divisione non lascia indifferente il cuore dei suoi tifosi, che hanno avuto modo di ritrovarsi insieme ai loro beniamini.

Da sx a dx: *Luca Capecchi, portiere, Gibi Fabbri, ex allenatore della Spal, Alessandro Cazzamalli, centrocampista, e Alessandro Gottardi, difensore.*

Erano così presenti all'aperitivo pomeridiano coi propri sostenitori Aldo Dolcetti e Renato Schena, rispettivamente, allenatore e team manager della Spal 1907, con Alessandro Lazzarini, medico sociale, Lidio Melis, preparatore atletico, Luca Capecchi, portiere, Alessandro Gottardi, difensore, e Alessandro Cazzamalli, centrocampista del team biancazzurro e autore domenica scorsa del gol del successo nel ma-

Alcuni giovani del settore giovanile biancazzurro con i giocatori della prima squadra

tch interno contro il Padova.
All'appuntamento era presente anche Roberto Labardi, trainer della formazione Giovanissimi nazionali, con alcuni giocatori del vivaio biancazzurro, simbolo della rinascita del settore

giovanile. "Bisognerà fare un gran lavoro sulla provincia – ha sempre promesso Cesare Butelli, presidente della Spal 1907 –. I ragazzi che nascono qui intorno devono avere il sogno d'indossare questa maglia e di vivere questa storia e noi dovremo essere bravi a invogliarli".

E proprio dal comitato organizzatore della Sagra del Tartufo del Bosco Panfilia, presieduto da Lauro Perelli, massimo dirigente del Sant'Agostino Calcio, nasce una proposta che ha quale filo conduttore la valorizzazione del territorio ferrarese, con tutte le sue eccellenze,

anche sportive. Lo sport, infatti, è sempre un rilevante veicolo di sviluppo del senso d'appartenenza, a cui contribuisce ogni società: da

quella professionistica all'associazionismo di base. Spal 1907 e Sant'Agostino Calcio 1910, in questo caso, rappresentano per la Provincia estense la longevità in campo calcistico.

MISS TARTUFO INCANTA FERRARA

L'epilogo della rassegna finalizzata alla promozione della Sagra del Tartufo di Sant'Agostino presso il Centro Commerciale Il Castello s'è svolto invece sabato 8 novembre in concomitanza con l'annuncio della finalissima del concorso di bellezza "La + Bella di Ferrara". Lo staff della popolare rassegna organizzata dalla Franco Casoni Management ha infatti annunciato che l'edizione 2008 vivrà il suo momento clou domenica 7 dicembre al College (ex Pelledoca) di via Arianuova a Ferrara. E chi meglio di Sara Rambaldi, Miss Tartufo 2008, eletta regina della tappa santagostinese lo scorso settembre, poteva tenere a battesimo l'annuncio, dispensando sorrisi e quel pizzico di cordialità che in queste occasioni non guastano mai. Durante il pomeriggio l'area espositiva e degustativa ha continuato a promuovere la rassegna enogastronomica autunnale collegata al tartufo del Bosco della Panfilia.

NUOVO CENTRO FITNESS
LE PALESTRE
www.lepalestreonline.com
Via Pironi, 66/C
BONDENO (FE)
Tel. 0532-892003
Via Statale, 228
SANT'AGOSTINO (FE)
Tel. 0532-350537
Presenta : DOUBLE TONIC SYSTEM
Vuoi un allenamento... RAPIDO (dura solo 40 minuti)
EFFICACE (premiato miglior allenamento dimagrante RiminiWellness 2008)
TONIFICANTE (senza far crescere la massa muscolare)
La nuova attività fisica studiata solo per la Donna
VIENI A PROVARE GRATUITAMENTE IL DOUBLE-TONIC SYSTEM PRESSO LE PALESTRE A BONDENO
INFO: 347 9558579

Ciclismo

SANCARLESE, UN 2008 PIENO DI SODDISFAZIONI

Bilancio positivo per l'attività agonistica appena conclusa

E' terminata per tutte le categorie la stagione ciclistica agonistica. Nella nostra provincia, ormai da anni, sono solamente tre le Società che praticano attività con ragazzi e ragazze; giovani atleti che, ad un certo punto, per continuare a coltivare la loro passione dovranno "emigrare" in altre province o regioni.

Negli ultimi anni la Stella Alpina di Renazzo ha schierato atleti dalla categoria Giovanissimi (7-12 anni) alla categoria juniores (17-18 anni), ma per vari motivi dal prossimo anno ridimensionerà gli organici. La S.M. Codifiume attingendo atleti dalla provincia di Bologna sta gareggiando egregiamente nelle categorie esordienti (13-14 anni) ed allievi (15-16 anni).

Infine la A.S.D. Sancarlese da alcuni anni gareggia dalla categoria Giovanissimi alla categoria Allievi, ma anche lei il prossimo anno ridimensionerà il proprio organico correndo solamente con una squadra di Giovanissimi. Si aspettano all'orizzonte 2-3 nuove Società, tra le quali la gloriosa Comacchiese: il 2009 dirà se si è passati dalle intenzioni ai fatti.

Per quanto riguarda la Sancarlese, ha concluso la sua 61° stagione agonistica. I migliori risultati sono stati conseguiti dalla ventina di Giovanissimi. La Società ha conseguito il 15° posto al Campionato Regionale in un lotto di una sessantina di squadre ed ha successivamente partecipato, con una rappresentanza ridotta, al Meeting Nazionale svoltosi a Predazzo, dove è riuscita a salire sul 3° gradino del podio con l'atleta della categoria G4 Leonardo Lodi. La Società è stata inoltre invitata alla sfilata di apertura del G.P. d'Europa, gara per donne professioniste svoltasi sul circuito Cento - Pieve di Cento, con la vittoria della veterana Ziliute e all'apertura del Memorial Viviana Manservisi, gara per professionisti con partenza da Sant'Agostino ed arrivo a Comacchio con vittoria di Petacchi.

L'attività svolta da Aprile a Settembre ha consentito alla squadra di raccogliere 3 vittorie per numero di partecipanti, a Poggio Rusco, Vigarano Mainarda e Copparo ed 1 vittoria molto importante, a punteggio, sempre a Copparo, arrivando davanti alla fortissima squadra del Calcara, sua eterna rivale. Da segnalare inoltre altri 8 podi ottenuti grazie ai piazzamenti dei suoi atleti. Decine sono stati i piazzamenti nei primi tre con alcune vittorie conseguite da Elia Pedini, Nicholas Tonioli, Leonardo Lodi, Dario Mottini, Marina ed Elisa Vecchiato. Altri numerosi piazzamenti in ambito regionale sono stati raggiunti da Francesco Bosi, il più giovane con i suoi 7 anni, Matteo Baraldi, Paolo Pritoni, Francesco Sacchi, Simone Gallerani e Luca Salvi. Hanno completato l'organico altri ragazzi/e che hanno consentito di "far gruppo": Marcello Nicola, Filippo Lodi, Patrick Pola, Tatiana Tonioli, i fratelli Kamili, Maurizio Querzoli, Rodolfo Ottolini e Cristian Sulemani. Nel corso dell'annata hanno gareggiato anche alcuni Esordienti ed Allievi. Alcuni piazzamenti di Antony Vezzani e Francesco Grechi fanno ben sperare per il loro futuro che si concretizzerà in altre Società. La Sancarlese nel corso dell'annata ha organizzato due manifestazioni che, di anno in anno, acquistano sempre maggior prestigio.

In Marzo per il 2° anno consecutivo 100 ragazze under 21 hanno gareggiato nella gara nazionale circuito San Carlo – Sant'Agostino; 2° vittoria consecutiva per la futura campionessa d'Europa Valentina Scandolara. In Settembre si è riproposto il Memorial G. Bianchi per Giovanissimi. Sul circuito cittadino di San Carlo: 200 ragazzi/e si sono sfidati in un'atmosfera di festa, grazie anche alle mamme della Sancarlese che hanno improvvisato uno stand gastronomico risultato molto gradito. Non andrebbero dimenticati vari atleti lanciati dalla Sancarlese nel corso degli anni; atleti che hanno gareggiato in varie categorie e per diverse squadre regionali; ma questa è un'altra storia che vi racconteremo nel prossimo numero.

MARCO MARGUTTI

Calcio

PROSEGUE LA MARCIA DEL SAN CARLO...

Grazie al contributo degli abitanti della frazione

Il San Carlo Calcio alla sesta giornata del campionato di terza categoria, occupa il primo posto in classifica: 5 vittorie , 1 pareggio, miglior attacco con 14 rete fatte, miglior difesa con 5 gol subiti. Sono questi alcuni numeri vincenti, che portano la società ad avere ambizioni e fiducia per il futuro.

Il gruppo sportivo del San Carlo calcio, rinato da zero nella stagione 2001-2002, per iniziativa di alcuni amici del paese, grazie alla collaborazione di alcuni sponsor e della gente del paese, quest'anno è risuscito a portare avanti i suoi programmi nella stagione 2008-2009 di terza categoria.

Il contributo generosamente offerto dai residenti, nella raccolta porta a porta nel paese di San Carlo, a favore del calcio è stato di 3.500,00 €. Questi soldi saranno utilizzati per qualche piccola spesa, e per coprire qualche costo di gestione ."A nome di tutto il gruppo sportivo – afferma il vice presidente Manferdini-, ringrazio tutti i residenti della frazione di San Carlo per il loro contributo, e naturalmente gli sponsor che ci sostengono da diversi anni.

La nostra società, nata per gioco alcuni anni fa, ci sta regalando forti emozioni, per ora la classifica ci vede al comando, ma la strada è ancora lunga, in ogni caso le nostre ambizioni sono di fare un campionato da vertice, ma fino a quando i giochi non si chiuderanno, è meglio non cantare vittoria". Quali sono le squadre che l' hanno maggiormente impressionato? "Tra quelle incontrate l'Ospitalese e l'Ugo Costa, ma anche il Santa Maria Codifiume riserverà delle sorprese anche se non lo abbiamo ancora sfidato". Che futuro bisogna aspettarsi dal Gruppo Sportivo ? "il futuro sono gli eventi a crearlo, fino ad ora le cose sono andate molto bene, noi siamo fiduciosi e speriamo di potere dare soddisfazioni alla categoria e alla gente del paese ".

LA ROSA VEDE AL SUO INTERNO:

Portieri: *Massimiliano Pincelli e Fabio Alberghini.*

Difensori: *Nicola Cavicchi, Andrea Baccilieri, Manuele Vezzani, Marco Ferioli, Riccardo Ghezzi, Francesco Pistillo, Sergio Zambrini e Giorgio Rodolfi.*

Centrocampisti: *Gianfranco Vitali, Matteo De Col, Stefan Roveri, Nicola Mura, Marco Sciaguri, Alessandro Stevanin, Stefano Guernelli, Federico Bonzagni.*

Attaccanti: *Massimo Atti, Mattia Campana, Simone Lodi, Tommaso Lodi e Andrea Pezzini.*

Staff: *allenatore Gianluca Fedozzi, vice allenatore Cristian Gallerani, preparatore Nico Gilli, presidente Stefano Como, vice presidente Marco Manferdini .*

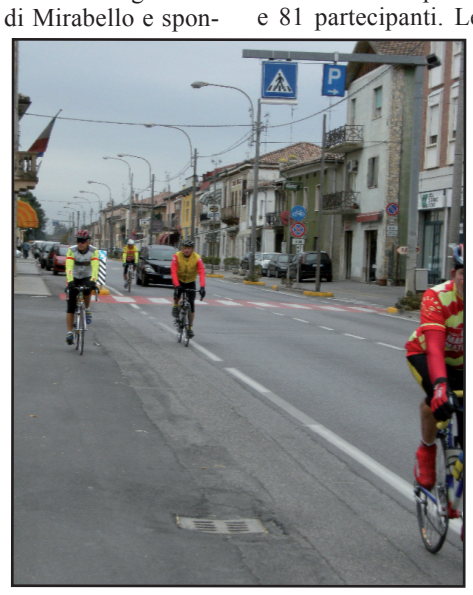
MARIA TERESA CAFIERO

Eventi Sportivi

CONCLUSO IL TRITTICO DI SAN SIMONE

Seconda la squadra di casa "Gambale Mirabello"

Lo scorso 18 ottobre, nonostante i capricci del tempo, si è svolta la terza prova del Trittico di San Simone. Il cicloraduno è stato organizzato dal Gruppo ciclistico di Mirabello e sponsorizzato quest'anno dalla ditta Gambale, ha visto la partecipazione di 269 cicloturisti provenienti da tutto il ferrarese e dalle province limitrofe. A vincere la terza prova per numero di iscritti i 35 del Mondolegno di Vigarano Mainarda, seguiti dai 29 di Berco, dai 28 Gambale Mirabello, a seguire un'altra ventina di squadre . Nella classifica finale sono state premiate 35 società: vince Mondolegno di Vigarano Mainarda con 3550 punti e 116 partecipanti, seguita da Gambale Mirabello con 3350 punti e 90 partecipanti. Al terzo posto si classifca poi la Berco con 2950 punti e 81 partecipanti. Le statistiche della manifestazione dicono che sono 831 i partecipanti totali, con una media di 277 presenze. Durante le premiazioni della Fiera di San Simone, svoltasi lo scorso 26 ottobre sono state premiate le società che hanno partecipato, ed è stato ricordato il compianto Bruno Bianchi. Il prossimo appuntamento con il Gruppo ciclistico di Mirabello è previsto per il 23 novembre, quando si svolgerà la festa sociale con relativo pranzo.



F.L.

Cicloamatori

...LA TRADIZIONE CONTINUA

Anche quest'anno la gara di San Simone ha riscosso successo grazie ai cospicui premi in natura!

Domenica 26 ottobre si sono svolte nell'ambito della fiera di San Simone le premiazioni della omonima gare di pesca, diventata ormai una tradizione ed attesa da tantissimi appassionati. Qualche anno fa si svolgeva sul Cavo napoleonico a coppie ed era caratterizzata dai premi: era possibile vincere…un suino intero. Nelle ultime edizioni, invece, i premi ancora abbondanti sono diventati prodotti in natura: si tratta, naturalmente, carne rigorosamente di suino. In questa edizione sono stati distribuiti ben 52 kg di prosciutto, pancetta, salama da sugo…Le gare si sono svolte presso il lago di Poggio Renatico, tradizionale punto di ritrovo dei pescatori della zona. La S.P.S. pescatori di Mirabello è presieduta da Giuliano Boldini e da Gianluca Malaguti e conta su 37 soci, tra cui anche molti ragazzini.

F.L.

Curiosità

IL MERCATINO

Si svolge il terzo sabato di ogni mese il mercatino di Mirabello, organizzato da Gianfranco Casoni, con l'avvallo del Comune. E' giunto ormai al suo sesto anno. Gli espositori provengono dall'area emiliano romagnola, dal mantovano e da quella veneta ed offrono oggetti di antiquariato, come biclette, radio, elettrodomestici, luci, mobili e fumetti, tutti originali e nulla di contraffatto, come tiene a sottolineare Casoni, contento di aver riscosso il consenso della Guardia di Finanza durante i frequenti controlli.

Associazionismo

E' INIZIATA L'AVVENTURA DI "TEAM 6"

E' nata una nuova realtà di cicloamatori

Alcuni soci di "Team 6" in una delle tante uscite sui colli bolognesi

Prima stagione per un team di energia. Da un'idea nata da 6 persone che hanno visto nascere la loro amicizia grazie alla bicicletta è sorto un nuovo gruppo ciclistico denominato "Team 6". Il sestetto fondatore con sponsor principale Vassalli Bakering è composto da gran fondisti che da circa un decennio percorrono – oltre a tanti km macinati nelle nostre zone – le più impervie salite dell'alta Italia; a parte qualche vero e proprio cicloamatore anche gli altri componenti del team amano cimentarsi sulle cime che ogni anno vengono afforntate anche dal Giro d'Italia. Come primo anno si può dire che le divise di questi team si sono fatte notare – e non poco - in manifestazioni come la gran fondo dei Dieci Colli di Bologna, il Giro del Friuli (Italia – Slovenia e Croazia), il Giro dell'Emilia (il circuito romagnolo), la Gran fondo Pantani (Gavia, Mortirolo, Santa Cristina) ed altre senza contare le partecipazioni a raduni e ad escursioni, come la giornata allo Stelvio. I ciclisti di "Team 6" (senza ambizioni di classifica, puramente animati da grande passione per il loro sport) hanno formato una squadra di amici con iscritti che spaziano da Gabicce mare a Sermide (Mn) sino a Bologna, coprendo così un'area molto ampia di manifestazioni. Nei prossimi mesi i componenti del team si riuniranno per impostare la stagione del 2009, anche alla luce delle numerose richieste a provare nuovi circuiti. E' bene precisare che Team 6 non è nato per antagonismo al Gruppo Ciclistico, già esistente a Mirabello, ma solo per esigenze ed obiettivi completamente diversi.

Team 6 coglie l'occasione per ringraziare tutti coloro che hanno collaborato e continueranno a collaborare per dare un futuro a questa nuova realtà.

DAVIDE GILLI

Nel mese scorso si sono svolti i funerali di Bruno Bianchi, noto dirigente sportivo della Fortitudo Nuoto e della locale associazione di cicloturisti. Per un banale errore abbiamo pubblicato nel numero scorso una foto che non appartiene al compianto Bruno. La redazione si scusa con gli interessati.

Da più di 50 anni la più grande rete dell'Emilia Romagna dedicata all'Edilizia
S.I.L.L.A.
www.silla.it
Porte - Finestre - Ceramiche
Materiali Edili - Arredo Bagno

Bondeno (FE)
Via per Zerbinate,7
Tel. 0532.893043 Fax: 0532.892652
e-mail: bondeno@silla.it

Finale Emilia (MO)
Via per Cento, 24/a
Tel. 0535.92614 Fax: 0535.93788
e-mail: finaleemilia@silla.it

Cento (FE)
Via Seminario, 2
Tel. 051-902559 Fax: 051.901665
e-mail: cento@silla.it

UN CESTO PIENO DI EMOZIONI

L'esordio casalingo della Carife Basket Club nella serie A mette in luce enormi potenzialità comunicative

Ferrara in serie A. Roba da capogiro. Il calcio l'aveva già assaporata con Paolo Mazza oltre quarant'anni fa. Così come il volley targato Giulio Barbieri, in tempi più recenti. Ma la pallacanestro mai. Il basket vanta una lunga tradizione a Ferrara, ma il primo allunaggio della palla a spicchi tutta professionistica lo si ebbe nel 1982. Merito della promozione acquisita sul campo dall'allora Moto Malaguti San Lazzaro di Marco Calamai e che scelse la piazza estense per un campionato di vertice, condito dalla promozione in A2. Anni indimenticabili. Mangiabevi prima, Succhi G poi. John Ebeling e Charles Jordan (ex Fortitudo Bologna) primi stranieri, in mezzo ad una selva di grandi combattenti: Sanguettoli, Maccaferri, Monari, Panzini, Benelli, Albertazzi. Le prime dirette Rai, con le telecronache di Ennio Vitanza, il nuovo "palas" bollente di passione, con molte tifose al seguito. Ebbi la fortuna di seguire da vicino quelle vicende. Con gli amici di III A dell'Istituto commerciale "V.Monti" o con quelli del mio paese natale, con le automotrici diesel fino a Ferrara e con le navette speciali dell'Atam: la zona artigianale di via Bologna, all'epoca, non era popolata come adesso. Le dirette radiofoniche su R.E.I. (Radio Estense Informazioni) targate Dario Salvadego: quella memorabile dello spareggio vinto a Livorno contro la Cover Jeans Roseto degli Abruzzi. Ancora più incredibile l'anno seguente: col compianto Bruce "Sky" King a far coppia con John Ebeling. Le partite casalinghe contro le Cantine Riunite Reggio Emilia di Dado Lombardi o lo Yoga Bologna di coach Di Vincenzo. E quel tabellone incrinato, andato in frantumi nel match interno col Vigevano, dopo una super schiacciata di Vernon Smith, quand'ancora i canestri sganciabili erano solo l'emblema del campionato statunitense NBA e delle tivù private che l'irradiavano, con Ferrara, comunque, ancora in salvo. Anni d'oro quelli per il basket che ebbi la fortuna di apprezzarlo grazie ai legami di parentela che conservo ancora a Pesaro, nelle Marche. Dapprima sul piccolo schermo. Primi anni '70, il periodo dei duelli Varese-Milano. La tivù di Stato trasmetteva la diretta della partita Max Mobili Pesaro-Forst Cantù, con la telecronaca di Aldo Giordani, fra i brianzoli giocavano Della Fiori, Farina, Recalcati, Marzorati e Lienhardt. Pesaro disputò una partita memorabile. Era Davide contro Golia. I parenti marchigiani miei ospiti non stavano più nella pelle. Grazie alla tivù lo sport veicolava uno straordinario messaggio di senso d'appartenenza. Ma l'emozione di una partita "live", rigorosamente dal vivo, supera quella del tubo catodico. Essere presenti in una Palazzo dello Sport insieme a 5 mila e 500 persone, in una bolgia infernale – qual era l'impianto di via dei Partigiani a Pesaro – alla vigilia della palla a due fra Scavolini e Billy Milano, storiche e acerrime rivali, con Dan Peterson in panchina, e D'Antoni, Kupec e Sylvester in campo coi milanesi, dava grandi emozioni. Qualche anno dopo prendeva corpo anche il sogno scudetto della Scavolini: Petar Skansi, coach, con Magnifico, Zampolini, Sylvester, Bouie. Ma ci sono voluti almeno sei anni per assaporarlo. Ero presente alla fine anni '80 in quella tavolata tricolore ininterrotta di quasi 4 km in viale Trieste, nel lungo mare pesarese, l'emblema del primo scudetto della Victoria Libertas Pesaro, allenata da Valerio Bianchini. Un episodio storico da Guinness dei primati. Una ventina d'anni dopo Ferrara fa il suo esordio casalingo nella massima serie, domenica 19 ottobre 2008. Il calendario propone il duello con la Scavolini Spar Pesaro. La città entra così nell'olimpo, una buona opportunità per la promozione del basket ad ogni livello e per la diffusione di un'immagine del territorio più vincente ed efficace.

AUGUSTO PARESCHI

UN CLUB CON SUPPORTERS DA...SERIE A!

Dal Palasegest: impressioni e commenti sulla prestazione della Carife

Ferrara ha iniziato la sua avventura in serie A. L'avvio per Carife è stato difficile, ma la costanza nello svolgere un duro e quotidiano lavoro ha iniziato a dare i suoi frutti. Dopo due incontri con altrettante sconfitte, ecco il momento del riscatto, che avviene nell'incontro casalingo con una delle storiche regine del basket nazionale: la Benetton Treviso. Si è trattato di un match estremamente spettacolare, con tanti tiri da tre punti…andati a segno. E' stata una partita importante perché ha mostrato il carattere della squadra, disposta a sacrificarsi per la causa bianconera e ben determinata, a non vestire i panni della cenerentola di turno. Ecco quindi all'opera l'intera squadra attaccare e difendersi all'unisono: il gruppo supplisce alle (eventuali) carenze dei singoli, ma sa anche esaltare le potenzialità di un certo Andre Collins, il miglior giocatore del match, autentico leader, spesso mostratosi letale per la difesa avversaria. Per amor di cronaca bisogna rilevare che la Benetton non è stata certo a guardare, ma è andata subito sotto di più di dieci punti, ha poi portato in parità il match ed è andata avanti di poche lunghezze in un paio di occasioni, ma dal terzo tempo… la Carife si è trasformata: con molti tiri da tre punti andati a segno ed alcune giocate estremamente efficaci in difesa, ha mantenuto e rafforzato il proprio vantaggio, offrendo a tutto il Palasegest una serata di emozioni e di bello spettacolo, ricambiato dalle dichiarazioni d'amore da parte dei propri tifosi. Il pubblico di casa è stato caloroso e trascinante: al termine del tempo regolamentare è esploso in un grande applauso liberatorio. Avanti così, perchè la strada della salvezza è ancora lunga!!!

FRANCESCO LAZZARINI

SPORT E FEDE, UN BINOMIO POSSIBILE

Ne hanno parlato Antonio Rossi, Alessandro Duran e Oreste Perri

Fede e sport? Magari superficialmente e basandosi solo sugli echi di certa stampa potrebbero sembrare antitetici. Poi vai più a fondo, magari incontri gente che interpreta appieno sia l'una che l'altro e allora ti accorgi che il binomio può diventare travolgente. Lo ha dimostrato l'eccellente incontro che si è svolto nella chiesa di Quacchio e che ha visto protagonisti tre campioni del mondo: il ferrarese e parrocchiano di Quacchio Alessandro Duran (boxe), il cremonese Oreste Perri e il lecchese Antonio Rossi (entrambi canoa). Cosa li accomuna? I favolosi risultati ottenuti nello sport ed una fede autentica, semplice, profonda ed espressa con uno stile di vita sobrio quanto improntato ai valori autentici della vita. Con loro, al tavolo dei relatori, un altro personaggio, il dottor Gianni Mazzoni, ferrarese, medico e "gancio" dei canoisti, a sua volta interprete, fra i migliori, dello sport sano, di alto livello, permeato dei valori della fede.

Sollecitati dalle domande di don Massimo Manservigi, direttore della Voce, i tre campioni non si sono risparmiati raccontando di sé, delle tante vittorie, degli ancor più numerosi sacrifici, delle indimenticabili emozioni, della preghiera sempre presente nei loro cuori e delle infinite esperienze per le quali, hanno commentato, "ringraziamo sempre il Signore". Giustamente soddisfatto il patron dell'incontro, l'attivissimo parroco don Romano Caon che ha voluto offrire ai parrocchiani e alla cittadinanza un esempio concreto ed utile di come sia possibile cercare e trovare la fede nelle varie espressioni dell'attività umana, nel caso specifico lo sport. Seguiranno, ha annunciato, altri incontri nel corso dei quali la fede sarà "raccontata" secondo ottiche lavorative diverse.La responsabilità. Già, la responsabilità: "La sentite?" ha chiesto, in apertura, ai campioni, don Massimo. "Certamente", hanno riposto in coro. Rossi (due ori alle olimpiadi di Atlanta e tre titoli mondiali) ha anche citato due momenti particolari in cui l'ha…incontrata. Quando è diventato papà e ha capito che lo stile di vita avrebbe avuto un ruolo ancora più importante, e di recente vestendo i panni di portabandiera dell'Italia Pechino: "E' stato un motivo di orgoglio, certo, ma, appunto, anche di responsabilità. E poi, ha aggiunto, mi sono sentito tornare bambino, con tanta forza dentro, una forza che mi era venuta anche dalla messa alla quale avevo assistito con tanti altri amici poco prima della sfilata". Sorridente, solare e umile, come ha sottolineato il grande Oreste Perri suo allenatore, quattro volte campione del mondo, Rossi è anche testimonial di varie importanti organizzazioni umanitarie. E a proposito di Perri, la sua testimonianza si è rivelata profonda, anch'essa senza fronzoli, capace di andare al cuore delle cose: "Lo sport mi ha dato molto; ad esempio l'amicizia: con molti atleti sono ancora in contatto. Nelle otto Olimpiadi alle quali ho partecipato mai una volta ho visto emergere discriminazioni di razza, religione o altro. L'avversario è sempre stato tale, mai un nemico. E poi l'avversario vero, in fondo, è dentro noi stessi perché siamo costantemente chiamati a migliorarci. Il vincente, alla fine, è colui che sa di aver fatto tutto il possibile sacrificandosi e studiando ogni particolare". Mazzoni ha al riguardo rivelato la meticolosità di Perri nel comprendere i motivi alla base dei risultati meno eclatanti; un atteggiamento, questo, mai accompagnato (fatto rarissimo nell'ambiente) da sospetti circa possibili scorrettezze dell'avversario. "Non ha mai recriminato su un evento sfavorevole". Lo stesso Perri, d'altra parte, ha detto a chiare lettere che prima di tutto viene il rispetto degli altri: non è la "traduzione" della fede, questa?Quanto al rapporto sport-bambini, spesso "drogato", oggi, da una visione largamente distorta, i tre campioni non hanno avuto dubbi: i genitori devono lasciar liberi i figli di scegliere secondo le loro inclinazioni. Ma lo sport è anche sacrificio, si è detto. Ne sa qualcosa Alessandro Duran "La boxe è dura ma offre tanto", ha ammesso. "La vittoria è la conseguenza di un processo, di un allenamento intenso, costante. Il combattimento è all'insegna della lealtà e dell'onestà. Chi bara, vedi il caso del doping, inganna innanzitutto se stesso". Ma la boxe ha anche una forte componente psicologica: il campione è tale quando sa superare il momento difficile". E' in fondo la metafora della vita. Anche per lui l'avversario merita grande rispetto: "Ha fatto i miei stessi sacrifici, ha i miei stessi sogni". Anche Sandro (campione d'Italia, d'Europa e del mondo, vincitore più volte del "miglior incontro dell'anno") è convinto, e lo dice con la semplicità del campione, che "Tutti possiamo dare agli altri, fare del bene". In definitiva, come ha osservato Mazzoni, "I campioni sono tanti e in tutti i campi della vita, sono coloro che lavorano, si sacrificano e danno tanta disponibilità"

ALBERTO LAZZARINI

CONGRATULAZIONI DANIELA!

La nostra Daniela Bruzzone ha ricevuto il Premio Furore di Giornalismo sabato 11 ottobre scorso nell'incantevole scenario di Furore, perla della Costiera Amalfitana.

Il Premio Furore di Giornalismo ha tagliato il traguardo della XIII edizione e si fregia quest'anno dell'Alto Patronato della Presidenza della Repubblica. Il drappello dei premiati di quest'anno è stato così composto: Daniela Bruzzone, giornalista romana di Rai e Globo Sport, per la sezione "Periodici Sportivi"; Laura Campo, della rivista tedesca "Adesso" di Monaco di Baviera, per la sezione "Stampa Estera"; Vinicio Coppola, della Gazzetta del Mezzogiomo di Bari, per la sezione "Quotidiani Nazionali"; Laura Franco, de "Il Giornale - Mete d'élite", per la sezione "Stampa Turistica"; Enzo Landolfi, di Telecolore - Salerno, per la sezione "Televisioni Locali". La storia di questo premio annovera firme prestigiose: Donatella Bianchi, Attilio Romita, Beppe Bigazzi, Antonella Clerici, Bruno Gambacorta, Gianfranco De Laurentis, Vittorio Paliotti, solo per citarne alcuni." Resta un dato: il Premio, più che assegnarlo, Furore Io riceve – spiega il sindaco Alfonso Avitabile - Nel senso che protagonisti della cerimonia non sono i premiati ma il paese. Una realtà in continua crescita anche grazie al contributo dei tanti amici giornalisti e che è diventata in pochi anni una delle destinazioni turistiche emergenti della Divina Costiera". La cerimonia di premiazione è stata condotta come sempre dal brillante Nino D'Antonio nei saloni del Furore Inn Resort. Un premio di giornalismo, che spazia dai quotidiani ai grandi settimanali alla Rai alle televisioni private e alla stampa turistica. Un nome per ogni sezione, cinque nomi per ogni edizione da quella ormai lontana del 1996. A consegnare la targa alla nostra Daniela l'Onorevole Angelo Villani, Presidente della Provincia di Salerno. Dopo una breve intervista, ricevuto il riconoscimento, la Bruzzone ha pubblicamente dedicato il Premio alla mamma, presente alla cerimonia. La premiazione è stata trasmessa da Sky e da Telecolore e ne ha dato grande risonanza tutta la stampa locale.

UNA SCUOLA DI CALCIO E DI VITA

Partito il progetto della Scuola Calcio Centese, che ha ospitato il primo incontro con i responsabili della Juventus Soccer Accademy

La conferenza stampa di presentazione della Scuola Calcio Centese

Si è svolto lo scorso 20 ottobre presso il Loris Bulgarelli, lo storico stadio di Cento, il primo raduno delle squadre giovanili della Scuola Calcio Centese con Alessandro Ramello, uno dei responsabili della Juventus National Accademy. Si è trattato di un pomeriggio di gioco per i più piccoli e di introduzione alla metodologia sviluppata dalla Juventus Soccer Accademy per gli allenatori e per tutti i collaboratori della scuola centese. Ben tangibile l'entusiasmo degli oltre duecento giovani calciatori che hanno partecipato allo stage, molti dei quali pronti ad improvvisare porte per dare due tiri al pallone, prima e dopo l'allenamento. A loro volta anche i tanti genitori presenti mostrano interesse per il progetto della nuova società sportiva– sorta a fine luglio – e della sua affiliazione al progetto bianconero, garanzia per la crescita dei propri figli. Alessandro Ramello ha spiegato a Sport Comuni in cosa consiste la Juventus National Accademy: "si tratta di un progetto divenuto ormai internazionale e che raccoglie in tutta Italia oltre cinquanta scuole di calcio. I metodi introdotti sono finalizzati alla crescita armonica dei bambini, come potenziali atleti, ma soprattutto come persone. Il progetto parte dalla considerazione che solo 1 giocatore su 23000 giocherà a livello professionistico in squadre di seria A, B o C. Nasce quindi spontanea una domanda: come far vivere questa avventura sportiva alla stragrande maggioranza di coloro che si avvicinano al calcio? La ricetta proposta prevede molto divertimento, tanto gioco e la costante presenza di personale qualificato, in grado di svolgere un programma adeguato ai ragazzi a seconda dell'età e delle proprie attitudini, senza mai esasperare – soprattutto nella fascia d'età dai sei ai dodici anni – l'agonismo". Lo

Alessandro Ramello

sport vissuto in squadra, fa vivere a tutti i neo calciatori forti momenti di condivisione, come partite, allenamenti e trasferte; offre esperienze formative esemplari, che esaltano valori positivi come la condivisione degli obiettivi, l'umiltà ed il sacrificio. Il grande sforzo di ricreare un settore giovanile nel calcio centese consentirà nei programmi della dirigenza della Scuola di calcio e della sua prima squadra la U.S. Centese un continuo ricambio interno, in grado quindi di disperdere qualche ragazzo in meno e soprattutto, di offrire un indispensabile punto di arrivo per gli aspiranti neo calciatori.

FRANCESCO LAZZARINI

CENTO, CAPITALE DELLE ARTI MARZIALI

Si è recentemente svolto l' ''International Taikai 2008'', organizzato dal Csr Ju jitsu Italia

Sport internazionale, appuntamenti mondiali, insegnamenti di alti livelli, medaglie d'oro e cavalieri. E' la sintesi di un intenso week end del Csr ju Jitsu Italia. Il 25 e 26 ottobre scorso infatti all'Hotel Castello di Cento si è svolto l' ''International Taikai 2008'' con i responsabili dell'Hakko Denshin Ryu Ju Jitsu per il Nord America ed Europa, appuntamento che solitamente si teneva in Belgio e che in terra italiana ha dato modo di assistere a dimostrazioni, insegnamenti e perfezionamenti di tecniche che saranno a loro volta dottrina per i rispettivi allievi delle varie scuole. Assieme al maestro Piero Rovigatti, 8o dan Ju jitsu, ed i suoi allievi, tutti pluriblasonati e campioni di alto calibro a tenere lo stage di comunicazione, formazione ed aggiornamento c'erano i maestri Antonio Garcia dalla Spagna, La Monica dall'americano Ohio nonché Rovigatti, , Jacek Wysocki 7o dan Aikido dalla Polonia, i 7o dan Dujardin e Berkmans e numerose cinture nere oltre che un centinaio di esperti che hanno raggiunto Cento da tutta Europa, un mix di lingue, ''divise'', arti e tipi e velocità che hanno davvero dato spettacolo e innalzato Cento a capitale delle arti marziali. Durante la serata, poi, è stata anche occasione per assistere ad un rito molto particolare, ovvero l'investitura di un cavaliere dell'ordine ''Domus Theutonicorum De Akkron'', un'associazione internazionale che ha origini nel 1118 e che tutt'oggi in Italia è retto dal gran maestro generale Alfredo Bitelli di San Pietro in Casale che, in linea maschile, sceglie i cavalieri a seconda di ben precisi valori. Una bella cerimonia, con spada, rito, mantelli e segni distintivi che ha visto Rovigatti portare a cavalierato Davide Conti, avvocato ed atleta del Csr. Se già poteva sembrare un week end da incorniciare, la ciliegina sulla torta è arrivata dalla Slovenia con la notizia di due belle medaglie nel Duo System.

Michele Vallieri e Vito Zaccaria hanno vinto con punteggi record mentre, per un solo punto, Linda Ragazzi e Sara Paganini si sono dovute accontentare dell'argento; unici italiani convocati, hanno fatto valere il ju jitsu del Csr a livello internazionale aggiungendo punti per la classifica europea ma soprattutto vincendo sui prossimi avversari del mondiale di novembre in Svezia.

LAURA GUERRA

TACCONI e IDRIS OSPITI DE ''LA PAGELLA D'ORO''

Hanno partecipato alla tradizionale premiazione dei migliori studenti centesi

In occasione della "Pagella d'oro" – tradizionale manifestazione organizzata dalla Fondazione della Cassa di Risparmio di Cento nel corso della giornata dell'economia e che ha visto premiati i migliori studenti delle scuole dell'obbligo centesi – grazie alla collaborazione

con "Scuola Calcio Centese" sono stati invitati, come testimonial d'eccezione, il giornalista e uomo di spettacolo Idris e Stefano Tacconi, uno dei più forti portieri italiani degli ultimi venticinque – trent'anni. Il primo è famoso per il suo tifo sfegatato per la Juventus e per aver

partecipato a programmi come l'''Isola dei famosi 3''. Tacconi è, invece, l'ex sportivo per eccellenza, un portiere che ha scritto la storia del calcio a cavallo degli anni'80 e '90. Nel 1992 ha terminato una carriera sportiva piena di soddisfazioni e di trofei vinti: 2 scudetti (1983/84, 1985/1986), 1 Coppa Italia (1989/90), 1 Coppa dei Campioni (1984/85), 1 Coppa delle Coppe (1983/1984), 1 Supercoppa Europea (1984), 1 Coppa Intercontinentale (1985) ed una Coppa Uefa (1989/90), e 7 presenze con la Nazionale. Incontrato prima dell'inizio della manifestazione, risponde con simpatia alle tante domande dei giornalisti e degli addetti ai lavori. Spiega che il calcio è diventato un vero business, soffermandosi anche sulle scuole calcio, descritte come poco efficaci e gestite con criteri troppo finalizzati alla selezione di campioni e poco rivolti alla crescita dei ragazzi. Poi parla del calcio moderno:"Molti mi

chiedono – attacca Tacconi – le differenze tra me e Buffon. Rispondo che prima di poter fare un confronto, Gigi dovrebbe vincere ancora un po'!...". Spiega anche la sua carriera con la maglia dell'Italia. "Quando ero in Nazionale ho purtroppo giocato poche volte, preferivano Zenga. Peccato, l'Italia avrebbe vinto qualche trofeo in più!".

Ma cosa sta facendo in questo periodo Stefano Tacconi? "Niente! Sto creando un canale televisivo che si occuperà di spettacolo…e presto vedrete anche il mio film sul mondo del calcio. Si tratta di una storia che ho interamente scritto io e…riguarda non tanto la vita sul campo da gioco, quanto la vita privata dei calciatori". Spiega volentieri i contenuti trattati, con una trama che si preannuncia densa di episodi… verosimili e dai nomi e cognomi rigorosamente inventati.

FRANCESCO LAZZARINI

E'NATA METEOR BASKET

...per promuovere lo sport di frazione

E' nata da pochi mesi una nuova associazione sportiva, "Meteor Basket". Nata da cinque veterani della pallacanestro, l'iniziativa è rivolta a tutti i bambini delle frazioni di Renazzo, Bevilacqua e Corporeno. Si sono già iscritti in una trentina e sono nati tra il 1996 e il 2003. Meteor Basket ha una prima squadra che milita nella prima divisione. A settembre è stato organizzato un mese di avviamento gratuito, che consisteva in due allenamenti settimanali sotto la stretta sorveglianza di due allenatori. Si tratta di un concreto esempio di come l'associazione si impegni a favore della comunità locale, cercando di coinvolgere anche le famiglie. A tal proposito ha creato una speciale carta valida anche per le famiglie degli iscritti all'associazione, che permette interessanti sconti con alcuni esercizi commerciali convenzionati di Renazzo, .

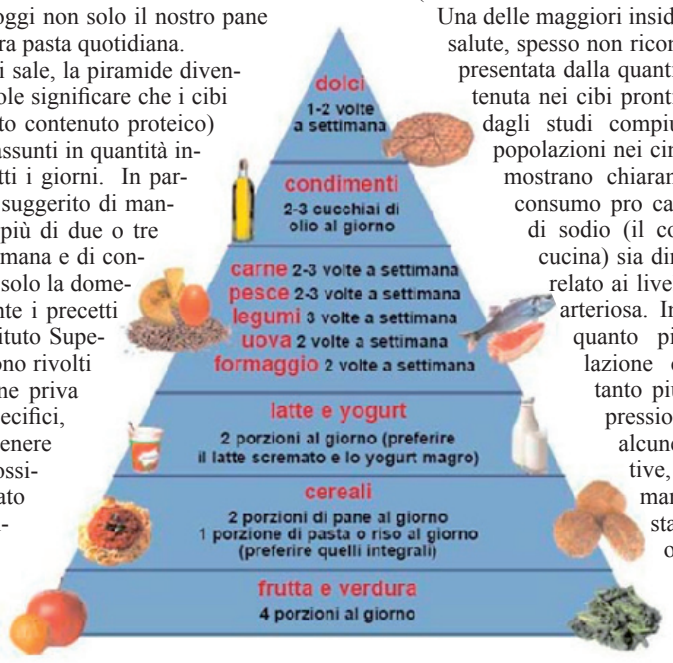
ALIMENTAZIONE E SALUTE, UN FENOMENO CHE VA DI PARI PASSO

Poche settimane fa quasi tutti i quotidiani nazionali hanno riportato la notizia della pubblicazione sul British Medical Journal di uno studio che documenta come la dieta mediterranea contribuisca a preservarci dalle malattie cardiovascolari e dai tumori. Addirittura il Corriere della Sera è uscito con un titolo di grande effetto: "la dieta mediterranea salva la vita". In realtà non si tratta di una notizia particolarmente rivoluzionaria. I più attenti fra quanti sono interessati a un'alimentazione di tipo salutistico, o quanto meno a un mangiare non dannoso, sanno bene che un'alimentazione basata principalmente sul consumo di pane, pasta, frutta e verdura, è di gran lunga da preferirsi rispetto ad una dieta che privilegia il consumo di uova, pancetta, carne di manzo e che usa il burro quale condimento principale. La novità nel lavoro scientifico presentato, è costituita dalla metodologia impiegata. Si tratta infatti di una meta-analisi delle principali ricerche in materia di alimentazione. Ciò significa che i ricercatori dell'università di Firenze, dopo aver analizzato tutti gli articoli scientifici inerenti gli effetti della dieta mediterranea comparsi sulla letteratura specializzata, hanno elaborato un database comprensivo dei singoli pazienti reclutati nei lavori presi in esame. In tal modo hanno potuto disporre di una casistica ricca di oltre 500 mila individui, che rappresentano un campione statistico assai corposo, in grado di offrire valori assai più solidi e attendibili rispetto a quelli di uno studio nel quale sono reclutati poche centinaia di volontari. I risultati ottenuti hanno permesso non solo di confermare ciò che sapevamo già: gli effetti benefici della dieta mediterranea in termini di minore incidenza di malattie dell'apparato cardiovascolare, ma anche di quantificarne il beneficio. E' stato pertanto possibile calcolare che l'impiego di questa alimentazione riduce del 9% la mortalità per infarto o ictus. Il dato più sorprendente emerso da questa analisi approfondita, è che quanti mangiano prevalentemente pasta, frutta e verdura hanno una mortalità per cancro inferiore del 6% ma soprattutto hanno una probabilità di ammalarsi di Parkinson o di Alzehimer inferiore del 13%. Si tratta di percentuali rilevanti, che devono spingere da un lato i consumatori, e dall'altro le autorità governative, a mettere in atto strategie per diffondere e incrementare le abitudini alimentari basate su questo tipo di dieta. Purtroppo anche nel nostro Paese, al contrario, va prendendo piede un modo di mangiare importato dai paesi anglosassoni, vuoi perché legato alle mode culturali, vuoi perchè maggiormente confacente all'organizzazione del nostro stile di vita, sempre più incentrato sulla necessità di aumentare la produttività individuale, con la conseguente riduzione dei tempi di riposo e di svago. Da qui il concetto di fast food, che riduce al minimo i tempi di attesa e di consumo di un pasto, senza dare troppa importanza a ciò che si ingerisce.

Una delle obiezioni sollevate all'impiego di cibi che fanno parte della cosiddetta dieta mediterranea, è che i prodotti (freschi) da utilizzare sono assai costosi e in tempi di crisi le famiglie, quando fanno la spesa, non possono guardare troppo per il sottile e concedersi di scegliere i prodotti maggiormente pregiati. In realtà la qualità paga, anche in termini di costi. Alcuni ricercatori dell'università della Monash University di Victoria, in Australia, in collaborazione con i colleghi del centro di Nutrizione, Invecchiamento e Malattie cardiovascolari di La Tronche, in Francia, in uno studio apparso sul Journal of Nutrition nel 2006, hanno calcolato che il risparmio ottenuto con la riduzione di eventi cerebro e cardio vascolari ottenuto con la dieta mediterranea, è di gran lunga maggiore rispetto alla differenza di costo fra questo modello alimentare e quello più prettamente anglosassone. In altri termini, ancora una volta trova conferma il detto della tradizione popolare tante volte ricordato dalle nostre nonne: chi più spende meno spende.

La piramide alimentare elaborata dall'Istituto Superiore di Sanità, è la rappresentazione grafica dei consigli per una corretta alimentazione. Alla sua base stanno frutta e verdura, da consumarsi quattro volte al giorno, e, subito sopra, sono collocati il pane e pasta, il cui consumo è raccomandato rispettivamente due volte e una volta al giorno. Lungi dal voler essere irriverenti, potremmo dire che nel Padre Nostro dovremmo invocare nostro Signore a darci oggi non solo il nostro pane ma anche la nostra pasta quotidiana.

Man mano che si sale, la piramide diventa più stretta: vuole significare che i cibi raffigurati (ad alto contenuto proteico) debbono essere assunti in quantità inferiore, e non tutti i giorni. In particolare ci viene suggerito di mangiare carne non più di due o tre volte in una settimana e di concederci un dolce solo la domenica. Naturalmente i precetti elaborati dall'Istituto Superiore di Sanità sono rivolti a una popolazione priva di problemi specifici, che vuole mantenere il più a lungo possibile il proprio stato di salute, sforzandosi di evitare le cosiddette "malattie del benessere": ipertensione arteriosa, infarto miocardico e via elencando. E' doveroso sottolineare che quanti soffrono di diabete, gotta, o altre malattie legate al metabolismo non possono accontentarsi di queste indicazioni generiche ma devono seguire una dieta precisa, possibilmente elaborata caso per caso da uno specialista.



La più prestigiosa società scientifica cardiologica americana, la American Heart Association nel 2006 ho ritenuto opportuno elaborare un documento che, fondando le proprie affermazioni sui risultati di inoppugnabili studi scientifici, indica i nove punti principali per una corretta alimentazione. Si pone l'accento sul beneficio di assumere alcuni cibi più frequentemente di altri, o di moderare alcune abitudini, come quella d bere bevande alcoliche o, se analcoliche, con zuccheri aggiunti.

- Bilancia l'assunzione di calorie e l'attività fisica per ottenere un peso corporeo salutare
- Consuma una dieta ricca di frutta e verdura
- Scegli cibi che contengono grano intero e molte fibre
- Consuma pesce, specialmente pesce azzurro, almeno due volte la settimana
- Limita il tuo apporto di grassi saturi a < del 7% di energia e colesterolo <300mg/die
- Scegliendo carni magre
- Scegliendo latte e derivati a basso contenuto di grassi
- Riducendo al minimo l'assunzione di grassi idrogenati
- Riduci il consumo di bevande o cibi con aggiunta di zucchero
- Scegli e prepara cibi poveri o privi di sale
- Se consumi alcol, fallo con moderazione
- Quando mangi fuori casa segui i consigli dell'AHA (American Heart Association)

Una delle maggiori insidie per la nostra salute, spesso non riconosciuta, è rappresentata dalla quantità di sale contenuta nei cibi pronti. I dati emersi dagli studi compiuti su diverse popolazioni nei cinque continenti mostrano chiaramente come il consumo pro capite di cloruro di sodio (il comune sale da cucina) sia direttamente correlato ai livelli di pressione arteriosa. In altri termini, quanto più una popolazione consuma sale, tanto più è alta la sua pressione arteriosa. In alcune società primitive, quali gli Ynomamo della foresta amazzonica, o i Pukapukas delle Isole Salomone dell'Oceano Pacifico, a un consumo minimo o quasi del tutto assente, si associa un livello di pressione arteriosa ottimale (120/80) anche nelle decadi di vita più avanzate.

Se da un lato e tutti è noto che il cloruro di sodio è un elemento talora indispensabile nella conservazione di numerosi cibi (in primo luogo le carni), forse molti non sanno che scienziati di diversi paesi negli ultimi anni hanno formulato suggerimenti e proposte alle autorità governative per promuovere misure, anche di tipo normativo, con il fine dichiarato di ridurre l'apporto di sale nel confezionamento delle preparazioni alimentari. Ciò allo scopo di contribuire al contenimento del numero di individui con ipertensione arteriosa, oggi stimati intorno al 30% della popolazione adulta e anziana dei paesi occidentali. Le misure proposte dagli studiosi non sempre appaiono facilmente praticabili. Per esempio un gruppo di scienziati inglesi del dipartimento di salute pubblica della prestigiosa università di Oxford hanno suggerito di tassare le confezioni di alimenti in base alla quantità di sale da cucina in essi contenute. Alcuni loro colleghi del Council on Science and Public Health, dell'American Medical Association , sostengono che sono necessari appositi strumenti legislativi per limitare l'utilizzo del cloruro di sodio da parte del'industria alimentare. Si tratta di atteggiamenti impositivi che possono risultare poco compresi tanto dai consumatori, quanto dagli industriali del settore.

Anche in Italia c'è attenzione al problema. Considerando che il pane è l'alimento più diffuso, e che ciascuno di noi lo consuma quotidianamente, il Ministero della Salute ha avviato contatti con le principali organizzazioni di panificatori per giungere a un accordo che prevede una limitazione del 30% circa di impiego di sale nella preparazione sia del prodotto fresco, sia di quello a più lunga conservazione.

In attesa che le parti giungano a stilare un protocollo ufficiale, alla Fiera del pane (denominata Pan Area), che si è tenta a Bondeno dal 10 al 14 ottobre, è stato presentato dall'azienda ferrarese Vassalli Bakering un prodotto di alto contenuto salutistico, non solo con poco sale, ma anche arricchito di fibre e di acidi grassi omega 3, di cui è noto l'effetto di protezione sull'albero coronarico. Quanti l'hanno assaggiato hanno riconosciuto che è possibile coniugare ingredienti utili per la nostra salute con un gusto gradevole e sapido. Anche dalla provincia e dalle iniziative locali talvolta possono nascere progetti di grande valore, che, ci auguriamo, potranno avere sviluppi di notevole portata.

ALVARO VACCARELLA
Medico Cardiologo

GLI ALIMENTI: SALUTISMO O GRATIFICAZIONE?

La collocazione storica degli alimenti ci porta a considerare come si sia passati dall'atavica esigenza di soddisfare primariamente le necessità nutrizionali in termini quantitativi a quella attuale dove l'esigenza primaria è rappresentata dalla gratificazione quali-quantitativa del cibo. In tal modo è iniziata una nuova era dove l'alimento è diventato una moda e/o un pregiudizio ma, soprattutto, le nuove abitudini alimentari e la fretta abbiano determinato l'incremento di allergie e/o patologie cosiddette del benessere. Le tendenze future saranno quindi orientate verso la ricerca di "cibi con" o di "cibi senza" in relazione alle reali necessità alimentari e alle nuove conoscenze sui contenuti degli alimenti che potrebbero diventare in tal modo dei "functional foods".

Dal punto di vista farmaceutico, l'utilizzo di composti fitochimici isolati e selezionati è stato associato alla prevenzione e/o al trattamento delle patologie che rappresentano nella nostra società le principali cause di morte (cancro, diabete, malattie cardiovascolari e ipertensione) nonché alla prevenzione e/o al trattamento di altre malattie, incluso turbe psichiche, osteoporosi, disfunzioni intestinali e artriti. Gli effetti benefici di questi composti sulla salute si possono ottenere anche attraverso una dieta variata e bilanciata. A questo proposito da molto tempo si stanno studiando le proprietà di vitamine e minerali come antiossidanti, antinfiammatori ed antiallergici, antivirali ed antimicrobici, anticarcinogenici, protettori del fegato, ipotensivi, antitrombotici, in sistemi in vitro ed in vivo. Queste azioni biologiche potrebbero proteggere l'organismo in molte condizioni patologiche: infiammazioni e disordini immunitari, infezioni da microrganismi, malattie del fegato, trombosi, disturbi vascolari, disturbi delle arterie coronariche, induzione del cancro, protezione da sostanze chimiche tossiche e disordini ormonali.

A causa del numero limitato di studi non esistono tuttavia stime precise sull'apporto giornaliero individuale necessario ad esplicare l'attività benefica. Sebbene molto utilizzati in preparati dietetici ed integratori, essi non fanno parte delle nostre abitudini alimentari. Al contrario i cereali a paglia (ed in particolare frumento e orzo) costituiscono la base della dieta mediterranea ed hanno un ruolo di primissimo piano nel contesto produttivo italiano. I cereali, sotto il profilo nutrizionale, hanno un alto contenuto calorico, sono ricchi in carboidrati hanno un buon tenore in proteine, ferro, magnesio, fosforo e zinco, vitamina E e complesso B. Le cariossidi di questi cereali sono inoltre un'importante fonte di composti fitochimici che la ricerca ha indicato come sostanze benefiche per la salute. Il nostro studio sperimentale rappresenta una tappa essenziale per rivitalizzare l'utilizzo di cereali in un'ottica di impiego nutraceutico.

Infatti i dati relativi a questo studio devono essere intesi come un punto di partenza per la messa a punto di tecniche di processo industriale miranti all'ottenimento di preparati nutraceutici.

Con la collaborazione della Vassalli Bakering è stato affrontato il problema della realizzazione di questi alimenti funzionali tramite la messa a punto di miscele di ingredienti edibili, finalizzati alla valorizzazione di prodotti innovativi con caratteristiche particolari. La ricerca è stata indirizzata verso la selezione di fibre, antiossidanti e/o minerali, per realizzare nuove proposte formulative che, grazie all'esecuzione di indagini strumentali raffinate, potessero continuare a garantire sia i piaceri del palato, sia che questi nuovi prodotti da collocare sul mercato mantengano le caratteristiche salutistiche e nutraceutiche desiderate.

VINCENZO BRANDOLINI
Ordinario di Chimica degli Alimenti
Università di Ferrara

I BENEFICI PSICOLOGICI DELLA CORSA

E' noto a tutti che praticare uno sport, o semplicemente fare regolarmente del sano moto, fa bene alla salute del corpo. Alcuni non sanno invece che la pratica sportiva porta dei benefici anche alla mente e allo stato d'animo, in alcuni casi diventa una vera e propria terapia contro l'ansia, la depressione non grave, gli sbalzi di umore, e tutti i disagi che solitamente vengono definiti psicosomatici.

Una pratica sportiva che si presta in modo particolare a questo processo salutare è la corsa.

Non c'è niente di più naturale per l'uomo che camminare, correre, saltare, perché sono azioni strettamente legate alla sua storia e all'ambiente in cui vive, è per questo che vengono definiti "gesti antichi", perché i nostri antenati per sopravvivere dovevano essere per forza degli abili atleti; questo significa anche che reagivano ai segnali di pericolo o di paura in modo principalmente motorio, scaricando fisicamente la grande tensione emotiva.

Per fare un esempio, l'uomo primitivo attivava una reazione immediata alla paura e rispondeva attaccando o fuggendo di corsa. Riusciva in questo modo a scaricare immediatamente le conseguenze fisiche della sua paura e del terrore.

Anche in noi ogni volta che ci sentiamo minacciati o che viviamo uno choc improvviso, si attiva la medesima reazione di "attacco" o di "fuga" che abbiamo ereditato geneticamente; anche noi attiviamo una forte dose di "adrenalina" ma non potendola scaricare immediatamente a livello fisico, come facevano i nostri antenati, reagiamo in modo simbolico o "intellettualizzato". In questa maniera tutta la "carica nervosa" rimane interiorizzata nel corpo e se non la scarichiamo, col passare del tempo rischiamo di ammalarci. Per questo è importante fare attività fisica.

Alcuni ricercatori inglesi già all'inizio del '900 scoprirono che un solo quarto d'ora di corsa immette nella circolazione del sangue una buona dose di endorfine (sostanze chimiche prodotte dal nostro cervello, dotate di proprietà analgesiche) portando una leggera sensazione di benessere fisico e mentale in chi corre, definita per questo motivo "l'estasi del podista" Da qui nacque l'idea di prescrivere la corsa integrandola nelle cure e nelle terapie per disagi emotivi e psicologici come la depressione e l'ansia, ottenendo degli ottimi risultati.

In sostanza questi ricercatori capirono che l'equazione corpo-mente vale anche all'incontrario. Per capirci, se è vero che i problemi irrisolti e vissuti a livello emozionale possono gravare sulle nostre funzioni fisiche, dando origine a disturbi somatici, dall'altro lato è anche vero che un corpo inattivo e trascurato può dare origine a veri e propri disagi emotivi, mentre un copro attivo e dinamico influisce positivamente sullo stato mentale ed emotivo.

La buona notizia di queste ricerche è che la corsa fu identificata come la pratica motoria più indicata per attivare queste sostanze dette del "benessere".

Chi pratica sport o comunque chi corre regolarmente sa che quanto viene affermato da questi ricercatori è vero, anche senza le conferme delle ricerche scientifiche.

I benefici psicologici della corsa: distrazione dai problemi e dalle idee fisse.

Spesso nella nostra vita quotidiana siamo assillati da preoccupazioni e da pensieri. Ora sappiamo che tutto questo ha un suo carico non solo a livello mentale ma anche a livello fisico, i cattivi pensieri, diciamo così, incattiviscono il corpo e lo fanno soffrire. Le idee fisse spesso nascono da paure e da ansie che coviamo nel nostro interno e bloccano ogni altro pensiero o azione, inibendoci di agire e di pensare costruttivamente. In questi casi vorremmo poter fare qualche cosa ma non sappiamo cosa, a questo punto basterebbe cominciare a fare un piccolo progetto da realizzare possibilmente subito e a livello pratico. Uscire di casa e camminare o anche correre, all'inizio lo potremmo ritenere inutile, ma subito dopo ci rendiamo conto che anche se non abbiamo trovato la soluzione alle nostre preoccupazioni o le nostre idee sono ancora lì, dopo aver fatto alcuni minuti di attività fisica o dopo aver corso almeno un quarto d'ora, ci sentiamo ugualmente meglio, il nostro corpo è più rilassato, la nostra mente più serena, la "fatica" della corsa è stata salutare. Quando decidiamo di calzare le scarpe da corsa e di uscire di casa, abbiamo già fatto un primo passo per contrastare il cattivo umore, perché abbiamo attivato un progetto mentale che in breve diventa operativo a livello fisico, gratificandoci quasi immediatamente. Durante la nostra corsa attiviamo non solo i muscoli ma anche i nostri pensieri, in questo modo le nostre idee fisse negative vengono rimpiazzate da un fluire leggero di pensieri e di idee distraenti dai nostri problemi; tutto comincia ad apparire più chiaro e comprensibile. Molte persone che praticano con costanza la corsa riferiscono che dopo aver corso riescono ad affrontare con maggiore lucidità mentale i loro problemi.

Socializzazione

Si può correre da soli o in compagnia, in entrambi i casi ne traiamo del benessere.

In compagnia, si sa, tutto viene affrontato meglio, ci si distrae dalle preoccupazioni e anche dalla fatica fisica, la corsa diventa una occasione per stare in compagnia, si trovano vecchi e nuovi amici, si condividono le gioie e le fatiche degli allenamenti, poi possono nascere i primi tentativi di affrontare qualche garetta, fissando così degli obiettivi attraenti e stimolanti. Nella vita abbiamo bisogno di fare progetti di avere degli obiettivi senza sentirci sopraffare dalle difficoltà o dalla paura di non farcela, lo sport in generale e quindi anche la corsa ci da questa possibilità.

Antidepressivo

Tra le diverse cause che originano gli stati depressivi, si è constatato che la depressione può anche essere causata da qualche forma di rabbia o di ostilità non espresse, quindi ciò che non rivolgiamo verso l'esterno lo rivolgiamo verso noi stessi.

La corsa è un modo per agire "in positivo" portando fuori la tensione ricaricandoci di nuova energia.

La corsa dà la sensazione di poter scappare, di allontanarsi o di accorciare le distanze, questo fa abbassare anche il livello di ansia o di paura. Praticando la corsa, con il tempo aumenta la fiducia nelle proprie capacità di affermazione e di decisione, si ha più coraggio di affrontare i problemi della vita, o di chiedere aiuto.

Non si vuole dire che la depressione si cura con la corsa, ma soltanto che esistono diverse cause di depressione e diversi modi per affrontarla, le cure mediche e psicoterapiche sono utili ma anche gli aiuti che una sana attività fisica possono dare sono preziosi. Bisogna affidarsi sempre a persone esperte, la medicina e la psicologia in questi casi possono fare molto.

Difficoltà di concentrazione

La fatica mentale è la nemica della creatività, della concentrazione e del buon rendimento intellettuale. Ricordiamoci del detto "mente sana in corpo sano".

Dedichiamo quindi parte del nostro tempo di studio o di lavoro anche al corpo, sciogliere la tensione facendo un po' di moto, una passeggiata o una corsa leggera, ci aiuta a "buttare fuori la tensione" in questo modo la mente non più affaticata dal disagio fisico può riprendere a funzionare a pieno ritmo.

Suggerimenti utili

Quando si inizia una pratica sportiva come anche la corsa, è bene non improvvisare,

quindi è consigliabile una visita medica per constatare il nostro reale stato di salute e farci consigliare dal medico cosa è meglio fare Quindi affidiamoci ad un allenatore per non sbagliare tempi e modi di allenamento, è vero che tutti sappiamo correre, ma è anche vero che ci portiamo appresso molti vizi di postura, soprattutto se non facciamo attività fisica da diverso tempo.

Facciamoci consigliare il tipo di abbigliamento e il tipo di scarpa più adatti a noi, non sottovalutiamo l'importanza delle scarpe, non tutte sono adatte, come ognuno di noi ha un proprio "stile" di corsa, così ognuno di noi ha anche un proprio tipo di piede, sbagliare calzatura può essere dannoso.

Non ci si può improvvisare neanche psicologi, se sentiamo il bisogno di farci aiutare dobbiamo sapere che c'è la figura dello psicoterapeuta-psicologo dello sport, che quando serve ci può aiutare a seguire un vero e proprio percorso di aiuto e di cura. Esistono degli specifici programmi e tecniche psicologiche applicate allo sport e alla corsa, per permetterci di aiutare la mente e il corpo. Ricordiamoci che gli atleti di professione ormai lo fanno regolarmente, oggi per ottenere dei buoni risultati non si allena più soltanto il corpo ma anche la mente.

Chi volesse contattarmi per maggiori spiegazioni può farlo al mio indirizzo, e buona corsa!!

MARISA ANTOLLOVICH
Psicologa dello sport
antollovich@libero.it

Il Forno
di Coni Marco

Pane e Pasticceria
Specialità Pane Ferrarese
PANE PER CAMPIONI
Via XX Settembre, 10 - Bondeno - Tel. 0532 892188

VENDITA - NOLEGGIO - RIPARAZIONI
AUTOVETTURE E VEICOLI COMMERCIALI

AUTOCCASIONI COMPRAVENDITA di Baricordi R. e Ferrari D. snc

Acquistiamo Auto Usate da Privati
Passaggio di proprietà immediato

NOLEGGIO Rent Car E VENDITA
Auto, Pulmini, Furgoni
nuovi e usati con garanzia
Finanziamenti personalizzati
Convenzionato
europ assistance
VAI 24h L'Auto quando serve

Officina Meccanica
Mingozzi Franco & C. s.a.s.

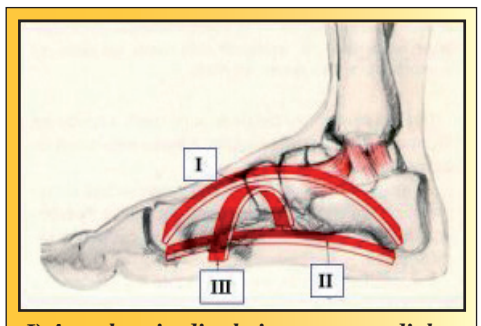
- centro revisioni autorizzato bollino blu
- tagliandi multimarche
- montaggi impianti gpl-metano
- servizio gomme
- fatturazione trasparente
- check-up completo
- auto sostitutiva

servizio autorizzato
BOSCH Service

Via Bologna, 189 - 44100 Ferrara - Tel. Fax: 0532.94999 - Via Poletti, 14/b - 44100 Ferrara - Tel. 0532-769412 - Fax: 0532-791063

IL PIEDE PIATTO DEL BAMBINO

"E' un piede caratterizzato dall'appiattimento della volta plantare normalmente formata dalla forma articolata delle ossa del piede, dalla capsula articolare ,dai legamenti e dai muscoli, a formare gli "archi della volta plantare.



I) Arco longitudinale interno o mediale
II) Arco longitudinale esterno o laterale
III) Arco traverso o anteriore

Quando il bambino inizia a camminare, l'immaturita' del tessuto connettivo e lo scarso sviluppo dei muscoli permettono un ampia escursione dei movimenti ammortizzanti del piede, con l'appiattimento della volta ad ogni passo.
Questo fenomeno iniziale non e' un segno patologico, ma un importante elemento di apprendimento.
La volta che si appiattisce permette infatti di toccare o di sfiorare il suolo ad una serie di elementi posti nella pianta del nostro piede, i quali inviano informazioni cosiddette propriocettive ai centri nervosi che a loro volta azionano per via riflessa spinale i muscoli deputati alla creazione e al mantenimento della volta informandoli della quantita' e della forma che ad essa devono conferire.
Quando per cause ancora non perfettamente note si verifica un rallentamento o un inceppamento di questi meccanismi, per cui la volta plantare tarda ad assumere la sua forma e dimensione normale o non si forma
affatto, ci troviamo allora di fronte ad un piede piatto.

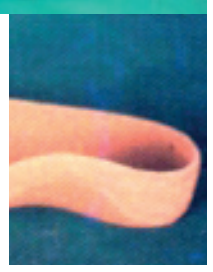
ESAME CLINICO

Esistono due forme di piede piatto infantile: **flessibile e rigido**

• **il piede piatto flessibile** e' la varieta' piu' comune, (95%), frequentemente associato a lassita' articolari generalizzate.
E' una forma benigna, sempre asintomatica , spesso associata ad altri disturbi posturali (ginocchio valgo, passo intrarotato).

• **Il piede piatto rigido**, caratterizzato da rigidita' e dolore del piede.

A seconda dell'entita' della deformazione distinguiamo inoltre 4 gradi di deformita' , caratterizzati da diverse impronte plantari osservabili al podoscopio .



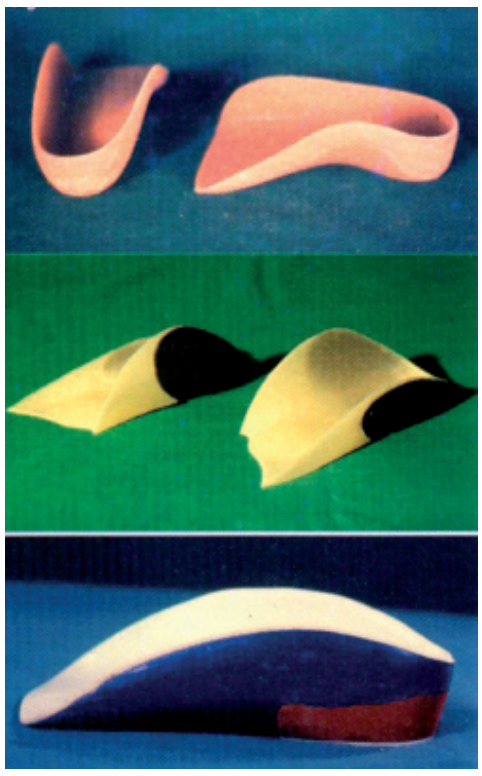
ESAME CLINICO

•Classifica il grado di deformita'del piede del bambino ed escludecondizioni piu' severe.
Fondamentale infatti e' la diagnosi precisa , effettuata da un medico specialista mediante l'osservazione diretta e il ricorso a strumenti che permettano di visualizzare la volta
Con l'esame clinico si effettua una valutazione globale dell'apparato muscolo scheletrico in modo da cogliere alterazioni posturali contrastabili con la scelta di esercizi e sport idonei.
Il piede piatto non deve mai essere mai infatti considerato come un'affezione isolata ma va sempre inquadrato in un contesto posturale, valutando globalmente il bambino e ponendo attenzione ai disturbi associati come le alterazioni della colonna o del ginocchio.
Si può nel tempo valutare l'evoluzione della deformita', seguendo il bambino nel periodo della crescita, aiutando la natura nella correzione spontanea dei difetti di allineamento posturali.

TERAPIA

• **Non chirurgica**

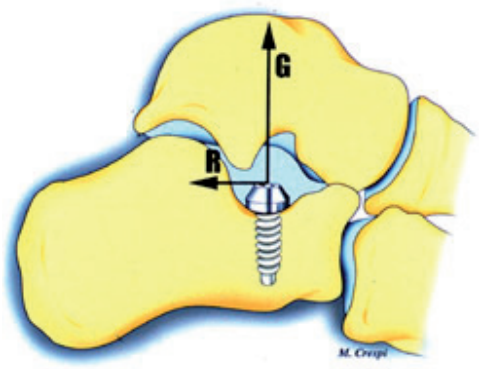
Consiste in piccole regole di vita quotidiana suggerite dal medico ai genitori, e nella eventuale prescrizione di plantari specifici.



• L'uso di un plantare corretto puo', a mio parere risultare importante, in quanto anche qualora non riuscisse a correggere la deformita', esercita in ogni caso un'azione passiva, facendo assumere al piede un'allineamento posturale corretto in modo da non creare squilibri allo scheletro e alle articolazioni soprastanti, lo trasforma cioe' in un piedistallo ottimale, cosa che in un'organismo in crescita come nel bambino e' di fondamentale importanza.
Esistono altre illustri scuole di pensiero che non attribuiscono ai plantari alcuna proprietà terapeutica, in quanto addirittura ostacolerebbero lo sviluppo armonico del piede.

• **Trattamento chirurgico**

Nei bambini di 11 -12 anni con piede piatto di 3° o 4° grado, con severa valgizzazione del retropiede che giungono all'osservazione dello specialista per la prima volta o in cui il trattamento con plantare non ha dato miglioramenti, e' sicuramente indicato il trattamento chirurgico.E' comunque una evenienza rara.
Questo consiste nell'introduzione di una semplice vite per via percutanea attraverso un forellino della cute, al'interno del seno del tarso.
Il seno del tarso è quello spazio normalmente esistente tra calcagno e astragalo tra le articolazioni della sottoastragalica la cui escursione eccessiva in pronazione e' responsabile come abbiamo visto precedentemente, della deformita'.
L'introduzione pertanto di una vite ad incastro in questo spazio (calcaneo stop), limita ed impedisce lo scivolamento dell'astragalo sul calcagno.



Tale correzione e' inizialmente di natura meccanica ma successivamente assume una natura propriocettiva, in quanto lo stimolo meccanico esercitato dalla vite a livello dei recettori presenti nei tessuti del seno del tarso stimola per via riflessa i muscoli deputati al mantenimento della volta la cui tensione viene adattata alla nuova situazione e perpetua la correzione anche dopo la rimozione della vite che generalmente avviene dopo tre anni.

RISULTATI

La correzione e' immediata.
L'esame radiografico evidenzia subito il riallineamento dell'arco interno,mentre clinicamente si apprezza la completa correzione della valgizzazione del calcagno.La assoluta non invasivita' della tecnica, la semplicita' e la rapidita' di esecuzione,
la convalescenza brevissima, e la efficacia della correzione rendono pertanto indicata la correzione chirurgica del piede piatto grave del bambino".

Bibliografia

- M Drommi. Il piede piatto
- I.A. Kapandji: "Fisiologia articolare volume 2. Arto inferiore.", 5 - Edizione.Maloine, Monduzzi Ed.1966
- A. Viladot, et al.: "Fisiopatologia del tarso posteriore". Podologie; Vol II
- A: Viladot: "Dieci lezioni di patologia del piede."Ermes Medica Ed. 1981
- B. Bricot "La riprogrammazione posturale globale" Satipro Ed. 1998

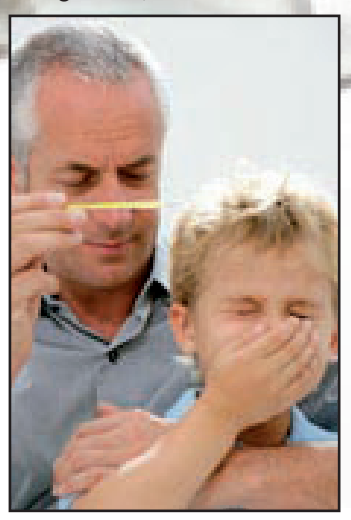
DANIELE BOLOGNESI
Medico Chirurgo
Specialista in Ortopedia
danbolo@libero.it

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Ferrara

ARRIVA L'INVERNO MA NON L'INFLUENZA...SE FAI IL VACCINO

Anche quest'anno, a partire dai primi di novembre, inizia la campagna di vaccinazione contro l'influenza che il Servizio Sanitario Regionale offre gratuitamente a specifici gruppi di persone: quelle maggiormente a rischio di sviluppare complicanze in caso di contatto con i virus influenzali e quelle che, per la loro attività lavorativa, devono essere protette dal rischio di contratte l'influenza.

L'influenza, come tutti ormai sanno, è una malattia infettiva che si trasmette per via respiratoria. Il virus si presenta ogni anno durante l'inverno provocando epidemie che, in Italia, colpiscono il 10% della popolazione. Generalmente il picco si registra tra la fine di dicembre e la fine di febbraio.
I sintomi principali sono: febbre alta, mal di gola, tosse, male alla testa, dolori muscolari e brividi accompagnati da un senso di malessere generale; solitamente la malattia si risolve nel giro di pochi giorni, al massimo una settimana.
L'influenza, nella maggioranza dei casi, ha decorso benigno ma può essere responsabile di serie complicanze in persone anziane o con patologie croniche.
Evitare il diffondersi del virus è possibile con una estesa copertura vaccinale.



La vaccinazione è il mezzo più efficace e sicuro per prevenire l'influenza e per ridurre il rischio di complicanze. La protezione si sviluppa circa due settimane dopo la somministrazione ed assicura una copertura per almeno sei mesi. Per la situazione climatica di Ferrara e per l'andamento dimostrato dalle ultime epidemie **la vaccinazione va effettuata nel mese di novembre e fino alla fine di dicembre: una vaccinazione tardiva potrebbe non garantire un'efficace protezione.**
È vero che la vaccinazione non protegge completamente dai nuovi virus dell'influenza che possono comparire nel corso della stagione, ma è altrettanto vero che le persone vaccinate avranno sintomi più lievi e minor rischio di complicanze.

Nonostante l'utilità della vaccinazione e gli ottimi risultati raggiunti in termini di copertura vaccinale negli ultimo anni, specie per la popolazione anziana, nel 2007/08, si è verificata un'inversione di tendenza, a livello locale e nazionale, con diminuzione del tasso di copertura. Il fenomeno è dovuto, verosimilmente, alla diminuzione del rischio percepito dalla popolazione provocato anche allo scarso impatto dell'epidemia influenzale negli ultimi due anni. Ricordiamo, tuttavia, che ogni anno la composizione del vaccino viene modificata per aumentarne l'efficacia nei confronti dei diversi ceppi virali in circolazione, per questo motivo, ripetere la vaccinazione antinfluenzale ogni anno è necessario per avere la miglior copertura possibile.

LA VACCINAZIONE È CONSIGLIATA E GRATUITA PER...

Adulti e bambini con condizioni di rischio per la salute:
- **malattie croniche a carico dell'apparato respiratorio e cardio-circolatorio;**
- **malattie del sangue;**
- **insufficienza renale;**
- **diabete mellito ed altre malattie del metabolismo;**
- sindromi da malassorbimento intestinale;
-malattie congenite o acquisite che causano diminuzione delle difese immunitarie;
- patologie per le quali sono programmati interventi chirurgici importanti;
-persone ricoverante in strutture per lungodegenti;
- bambini con patologie neurologiche e neuromuscolari;
- **donne al secondo e terzo trimestre di gravidanza nel periodo epidemico** (fine dicembre - fine febbraio)
- **Persone con 65 anni e più**

Personale di assistenza:
- medici, personale sanitario e di assistenza;
- familiari di persone a rischio di sviluppare complicanze gravi;
- volontari dei servizi sanitari di emergenza

Addetti a servizi pubblici di interesse collettivo:
- personale degli asili nido e insegnanti delle scuole d'infanzia e dell'obbligo;
- addetti poste e telecomunicazioni;
- dipendenti della pubblica amministrazione, forze armate e vigili del fuoco;
- forze di polizia, anche municipale;
- addetti ai trasporti pubblici;
- **donatori di sangue**

Personale che, per motivi di lavoro, è a contatto con animali:
- addetti all'attività di allevamento;
- addetti al trasporto di animali vivi;
- macellatori e vaccinatori;
- **veterinari pubblici e libero-professionali.**

DOVE FARE LA VACCINAZIONE
La vaccinazione si effettua dal proprio medico di famiglia, dal pediatra di fiducia o presso gli ambulatori del Servizio di Igiene Pubblica dell'AUSL presenti sul territorio provinciale.

PER INFORMAZIONI
Servizio di Igiene Pubblica AUSL
0532 235294
0532 235272
0532 235230
dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 12.30
- www.ausl.fe.it
- Numero verde del Servizio Sanitario Regionale **800 033 033** attivo dal lunedì al sabato dalle 8.30 alle 17.30

InformaSalute - Periodico dell'Azienda USL di Ferrara
Novembre 2008
Direttore Responsabile: Fosco Foglietta
Redazione: F. Camurri, R. Forni, I. Masina
Hanno collaborato: M. Cova
Responsabile: Simonetta Beccari
Ufficio Comunicazione e stampa AUSL Ferrara
Tel. 0532 235.672/872
e-mail: comunicazione@ausl.fe.it

LA SICUREZZA STRADALE SPIEGATA AI DIPENDENTI USL

Si tratta di una campagna di sensibilizzazione destinata agli oltre diecimila dipendenti pubblici della provincia di Ferrara

Informato dell'iniziativa "Obiettivo Sicurezza", Sport Comuni ha recentemente colto l'occasione per assistere ad un incontro di formazione tenuto dal pilota di rally Alex de Angelis e dal responsabile dell'U.O. di Epidemiologia dell'Azienda USL di Ferrara Aldo De Togni. Quest'ultimo prendendo la parola ha affermato che "Quasi la metà delle morti per infortuni sul lavoro dal 2001 al 2005 sono state causate da incidenti sulla strada. In 10 anni ci sono stati nella nostra provincia 1000 morti per incidenti: noi ferraresi corriamo un rischio superiore del 30% rispetto alla media regionale". **Gli incidenti stradali nel percorso casa - lavoro rappresentano circa il 50% dei sinistri mortali.** Per questo è fondamentale per le istituzioni promuovere una campagna di sensibilizzazione e di informazione sui rischi che qualsiasi soggetto corre nel momento in cui diventa utente della strada.

Il pilota rally Alex de Angelis durante uno degli incontri con i dipendenti dell'AUSL di Ferrara

L'appuntamento rappresenta una importante occasione di confronto e di crescita sulla sicurezza stradale. Alex de Angelis ha subito evidenziato le differenze tra il correre in pista ed in strada e le relative conseguenze:"Quando noi piloti corriamo viviamo in una condizione di altissima sicurezza passiva – la pista è in sicurezza ed intorno a noi ci sono i mezzi di soccorso pronti ad intervenire – ma anche di sicurezza attiva: siamo concentrati sulla strada e su ogni possibile imprevisto. Quando, invece, si è alla guida della macchina per andare al lavoro il più delle volte si è fuori concentrazione, si pensa ad altro, si corrono, di conseguenza, rischi maggiori". Gli incidenti stradali accadono per un concorso di cause, tra cui spiccano sicuramente la condotta umana e la mancanza di concentrazione: cellulari, radio, e molti altri oggetti – che spesso si utilizzano durante la guida –, distolgono l'attenzione dalla strada e dai suoi eventuali ostacoli. Si è constatato che le automobili moderne sono dotate di mezzi di sicurezza che non riducono certamente il numero degli incidenti, bensì di morti. Infatti poter rimanere ancorati all'interno del proprio abitacolo, può talvolta salvare la vita a molte persone. Rischioso è il caso in cui un individuo viene sbalzato fuori dall'automobile, perchè aumenta le possibilità di venire investito da un altro autoveicolo circolante. A tal riguardo risulta estremamente importante allacciare tutte le cinture di sicurezza, comprese quelle posteriori, che riducono moltissimo l' inerzia in caso di collisione. E' molto importante tenere il volante con una presa salda, ovvero con due mani compreso il pollice, che garantisce una migliore presa. Anche il sedile va tenuto ad una giusta distanza, non troppo vicino e non troppo lontano perchè in entrambi i casi si rischia infatti di non governare bene il volante. Un altro dato allarmante riguarda il primato di quanti si mettono alla guida dopo aver bevuto almeno due unità alcoliche. In un recente sondaggio risulta che circa 17% del campione ferrarese di duemila individui intervistati in forma anonima ha ammesso questa pericolosa pratica. De Angelis sostiene che, per andare sul sicuro sarebbe meglio non bere affatto o ancora peggio prendere sostanze stupefacenti perché alterano le capacità percettive. "La prima sicurezza nasce dentro di noi" , sostiene il rallista.
E' per questo necessario adeguare la velocità e le proprie capacità personali a seconda di condizioni atmosferiche e di strade percorse. Si pensi ad esempio che l'aderenza dei pneumatici viene ridotta del 50% nei primi minuti di pioggia. Con la strada bagnata è importante non frenare bruscamente, in modo da evitare di spostare i pesi dell'abitacolo. In strada non abbiamo le vie di fuga della pista; è anche per questo che bisogna saper prendere bene le curve, evitando strani movimenti o frenate improvvise. Nei gruppi gli individui acquistano un forte senso di sicurezza, che talvolta può diventare deleterio per i trasportati e per l'autista stesso. In caso di nebbia, condizione che spesso caratterizza le strade ferraresi in questo periodo, i tempi di percezione degli ostacoli sono ridotti del 50%! Occorre quindi fare molta attenzione e limitare la propria velocità. E' importante anche controllare regolarmente lo stato dei propri pneumatici e fare l'adeguata manutenzione alla propria automobile. uesti piccoli accorgimenti, possono fare la differenza per noi e per gli altri utenti della strada.Nel sito Internet della polizia di stato trovate notizie utili per viaggiare in sicurezza (http://www.poliziadistato.it).

F.L.

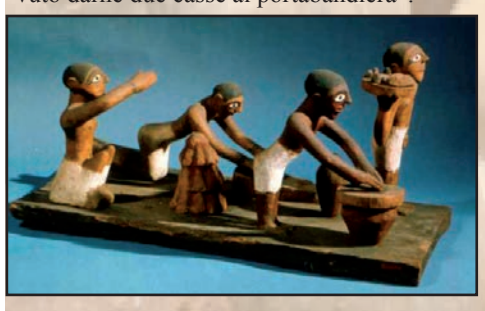
A PIENO RITMO IL PROGETTO "OBIETTIVO SICUREZZA"

Si sono svolti nei giorni scorsi gli incontri di formazione sulla sicurezza stradale, tematica sempre attuale, rivolti ai dipendenti delle sedi delle Usl provinciali, nell'ambito della campagna di sensibilizzazione "Obiettivo sicurezza". A fare da Testimonial e docente d'eccezione il pilota ferrarese di rally della Mitsubishi Alex De Angelis, che ha spiegato alcuni utili accorgimenti per viaggiare in auto con maggiore sicurezza. Secondo le stime ufficiali i morti delle strade ferraresi ammontano a mille cittadini in dodici anni, ed è una vera e propria carneficina; nel 2006 33 incidenti su 64 sono avvenuti sul percorso strada lavoro. Questi allarmanti dati sono alla base del progetto Obiettivo sicurezza, che coinvolge i circa diecimila addetti del pubblico impiego ferrarese che vi aderiscono: Provincia di Ferrara, Prefettura di Ferrara, Comune di Ferrara, Azienda Usl di Ferrara, Azienda Ospedaliero Universitaria S.Anna di Ferrara. Gli oltre seicento dipendenti Usl del distretto dell'Alto ferrarese hanno ricevuto un kit composto da etilometro, una miniguida dal significativo "Al sicuro tra casa e lavoro" ed il bracciale rinfrangente, utile per rendersi visibili anche nelle spostamenti notturni a piedi o in bicicletta.

IL PANE

Un po' di storia
Si tratta di uno degli alimenti che ha accompagnato l'uomo nel corso della sua lunga storia: infatti, da quando ha iniziato a coltivare, ha prodotto un cibo derivante dalla macinazione delle sementi. Ogni civiltà antica ha realizzato il proprio pane, tanto che è presente in ogni luogo della terra. Si pensi che nell'Antica Grecia, ad Atene, se ne producevano oltre settanta tipi differenti. Se si cerca questo termine su Internet, si trovano milioni di voci, molte delle quali meritano una lettura, perché nascondono aneddoti, curiosità, ricette antiche ed originali, ma anche prodotti recenti ed innovativi. Lungi dal presentare una trattazione completa, che prevederebbe ben altro spazio, vi proponiamo alcuni aneddoti e fatti storici, che hanno caratterizzato il connubio uomo – pane.

Il pane nell'Antico Egitto
Sembra che il primo sciopero della storia si sia verificato nell'Antico Egitto, sotto il regno del Faraone Sesostri della XII dinastia. Le fonti dell'epoca ci raccontano che un gruppo di operai aveva ricevuto come stipendio non il pane, ma la birra ed il grasso. Si è trattato di un affronto vero e proprio, se si considera che gli egizi erano definiti come "mangiatori di pane" e che l'economia ed i salari dell'epoca si basavano proprio su questo indispensabile alimento. Gli interessati non si sono quindi presentati al lavoro per un mese intero, ma non ricevendo il pane richiesto hanno inoltrato la protesta anche a Tebe, mandando un loro rappresentante e far valere le proprie ragioni: alla fine ottennero soddisfazione, ma…"Oggi finalmente ci hanno il pane, ma abbiamo dovuto darne due casse al portabandiera".



Il pane nella religione e nella cultura giudaico cristiana
Il pane ha un significato estremamente importante nella religione e nella cultura giudaico cristiana. Già la Bibbia parla della fuga dall'Egitto degli ebrei, che non avendo avuto il tempo di far lievitare il pane, dovettero mangiarlo azimo (senza lievito e sale). Da allora festeggiano la fuga dall'Egitto alla stessa maniera, seguendo l'ordine di Mosè di ricordarsi della fuga dall'Egitto. Sempre la Bibbia parla nel libro della Genesi della cacciata di Adamo dall'Eden: "Ti guadagnerai il pane col sudore della fronte". Nel Nuovo Testamento il pane compare spesso in molte parabole, ma assume un valore sacro durante l'Ultima Cena: il pane ed il vino divengono infatti il simbolo del corpo e del sangue di Gesù, che si sacrifica offrendo la propria vita per la salvezza dell'Uomo.

Il pane nella Grecia Antica
E' curioso poi vedere le varietà di pane presenti nella Grecia Antica. In breve ecco alcuni dei tipi più famosi: il condritè con farina di spelta non fermentato; il syncomistòs di farina di frumento non setacciata. Ve ne era uno condito con olio, ammorbidito con latte ed aromatizzato con pepe; un altro impastato con il vino (si ricorda che il vino greco era molto più forte di sapore del nostro, tanto che ad un terzo di vino venivano aggiunte due parti di acqua). Vi era poi tyrònotos composto quasi esclusivamente da formaggio, tanto da venir accostato ad altri alimenti. Fino all'epoca di Pericle il pane era fatto in casa, poi questa tradizione venne continuata da poche famiglie aristocratiche.

Il pane e Roma
All'epoca romana si richiama la formula "panem et circenses" (pane e giochi in anfiteatro), ma risulta riduttiva. Il pane (e naturalmente la polenta) aveva sicuramente un posto importante nella cucina dei nostri Avi; nelle città più grandi la plebe era sfamata con il pane e distratta dai propri problemi con i giochi circensi, svoltisi in anfiteatro tra naumachie, combattimenti tra gladiatori, o tra uomini e animali feroci. Appare in questa civiltà di enorme rilevanza la figura dei pistores, i fornai dell'epoca riuniti in corporazione (300 ai tempi di Augusto nella sola Roma, alcune dei quali piuttosto ricchi), che detenevano il necessario per svolgere la propria attività: schiavi, animali e macine per ottenere le varie farine.

Il Pane nel Medioevo
Se facciamo un passo avanti nel tempo…è curioso sapere che "durante il Medioevo il connubio mugnaio – fornaio si spezzò. Ormai il mugnaio viveva fuori città. Il suo mulino, ad acqua o a vento, lo obbligava a scegliere le località più adatte al suo lavoro, anche se poteva avere un forno adiacente al mulino. Il fornaio, invece, per essere sempre al servizio del cittadino, viveva in città… Non era facile diventare fornaio. Solo chi aveva genitori legittimi poteva diventare apprendista fornaio." . Dopo almeno sette anni di apprendistato svolto con modalità differenti e viaggiando per l'Europa, l'apprendista poteva essere accolto nella gilda dei fornai. "Dopo il tradizionale banchetto della corporazione alla quale era stato ammesso, il giovane fornaio prestava giuramento davanti alle autorità. Giurava di cuocere <<pane a sufficienza>>, di non barare sulla qualità e la quantità del pane…".. Fornai disonesti hanno fatto – è il caso di dirlo – una brutta fine, come un certo Wackerbold di Zurigo, che venne sottoposto al castigo della pozzanghera: "imprigionato in un cestone tenuto sospeso sopra uno stagno, il malcapitato veniva immerso nell'acqua e vi restava fino a quando non avesse promesso di non commettere più il reato per cui veniva punito. A questo punto veniva lasciato libero di tornarsene al suo forno, inseguito dalla folla…"

Il pane nei Promessi Sposi
Pane e folla è una tematica cara anche ad Alessandro Manzoni, che ben descrive i fatti di Milano del novembre 1628 nei Promessi Sposi, dove l'ignaro Renzo si ritrova nel bel mezzo della rivolta. La carestia aveva colpito la città a causa della guerra e del malgoverno spagnolo. Capri espiatori sono stati presi dal popolo i fornai, accusati di far pagare un prezzo troppo alto il pane. Siamo di fronte alla memorabile immagine dell'assalto ai forni, conclusosi con l'arrivo della carrozza del cancelliere Antonio Ferrer, il classico politico camaleontico in grado di abbonire la folla, che credeva fosse intervenuto per arrestare il vicario del governatore spagnolo, e realizzando tuttavia i suoi interessi. **Il Pane e la rivoluzione francese**
l pane è poi una delle cause che hanno portato alla rivoluzione francese: la situazione politica verso la metà del'700 era progressivamente peggiorata, tanto che "il popolo, come una pasta amorfa, era in attesa di un motivo che lo facesse lievitare e sollevare. Il motivo fu presto trovato: il presunto complotto per ridurre la Francia alla fame per condurla alla rovina…Il vecchio grido della Jacquerie <<Le pain se lève>> percorse Parigi e il 14 luglio 1789 la Bastiglia venne presa d'assalto dalla folla inferocita". Cadono i privilegi e gli obblighi feudali, ma il pane continua a costare molto caro per la stragrande maggioranza del popolo. Poco fortunata la ricetta proposta dalla regina francese, che ha affermato che se manca il pane, il popolo può mangiare brioches…un commento che pagò caro: dopo qualche tempo venne condannata a morte e decapitata assieme al marito re Luigi XVI.
Sarebbero ancora numerosi gli episodi affascinanti che hanno accompagnato il connubio tra l'uomo e il pane, ma ci fermiamo qui, perchè con la rivoluzione industriale ha subito enormi trasformazioni, degne sicuramente di essere riproposte in questa rubrica

Per chi vuole saperne di più:
A.Marinoni, "Pane. Storia, tradizioni, ricette" edizioni Acanthus Milano 1988
A. Meldolesi, "Il libo del pane. Storia, profumi e ricette" edizioni Ponte alle Grazie Milano 2007

BAGUETTE

INGREDIENTI:
700 gr. di farina tipo 00, 25 gr. di lievito di birra fresco, olio.
PREPARAZIONE:
Sciogliere il lievito in mezzo bicchiere di acqua tiepida e un pizzico di zucchero.
Impastare 60 gr. di farina con il lievito sciolto, formare una palla con l'impasto e metterla in un contenitore con un decilitro e mezzo di acqua e lasciare riposare fino a quando l'impasto viene a galla.
Mettere la farina rimasta sulla spianatoia, aggiungere 50 ml. di acqua e la pasta precedentemente preparata, impastare bene per circa 15 minuti, coprire con un canovaccio e lasciare riposare fino a quando l'impasto risulta raddoppiato.
Riprendere l'impasto, lavorarlo bene, tagliare in tre parti la pasta e ad ogni parte dargli una forma allungata, con un coltello eseguire dei segni sulla superficie, spennellare con olio, posizionare in una placca da forno, cuocerle in forno caldo a 250° per 15 minuti, passato il tempo abbassare la temperatura a 170° e cuocere per 50 minuti, quando il pane risulta cotto spennellare la superficie con albume sbattuto e lasciare nel forno fino a quando è completamente raffreddato.

CARLO TASSI
Un vero maestro d'Arte

Il maestro nel suo studio

Incontrando il Maestro CARLO TASSI, nel suo studio d'arte sulla via Virgiliana al n 187 per Bondeno (Fe), mi sono trovata davanti ad una personalità intellettuale, estrosa e semplice. L'aria che circola nel suo mondo

L'Alpino (eseguito all'età di soli 14 anni)

pittorico-scultoreo, il sentimento che anima le sue figure, i suoi paesi, i suoi fiori, lo stile che domina le sue forme, sono quelli caratteristici dei veri maestri d'arte. Egli è figlio d'arte e precisamente di Gaetano Tassi, noto restauratore pittorico e scultore allievo prediletto dei fratelli Longanesi-Cattani, scomparso a Bondeno nel 1983 e primo maestro d'arte dell'allora ancora fanciullo Carlo che in seguito si diplomerà all'Accademia di Belle Arti di Bologna per diventare poi un'importantissima figura artistica del territorio padano.
Quindi, artista sensibile, sincero, generoso, attento alla sua terra d'origine (Ferrara), al mondo contadino e alle cronache. Tutta la poesia delle cose semplici: gente comune impegnata nei lavori di tutti i giorni, la vita rurale, gli uomini al bar e tanti eventi di rilievo; sono questi i temi portanti delle opere del maestro Carlo Tassi. Moltissime opere sono immerse in una penombra pulviscolare che ammanta le scene di un calore intimo e diffuso. I primi piani sono investiti da colpi di luce che vanno stemperandosi in ampie zone d'ombra sulla sfondo, "una densa oscurità che finisce così per inghiottire parte dello scenario". Le tele sono caratterizzate da una pennellata forte, vibrante, da una materia cromatica pastosa, che ha come risultato una

La moglie

pittura istintiva, dinamica e gestuale. L'uomo, ritratto con affettuosa partecipazione, è sempre al centro della sua ricerca, così come le nature morte e le luci e le rappresentazioni della vita improntata a quella resa autentica degli aspetti quotidiani. Il maestro Carlo coinvolge di prepotenza lo spettatore e lo costringe ad interagire con l'opera. Stupende visioni di paesaggi avvolti nella nebbia e intrisi di misticismo, e gli alberi "umani" che si innalzano verso il cielo come mani in preghiera che Carlo predilige al punto da farli divenire protagonisti dei suoi quadri. E che dire delle case, i cui sentieri si perdono nel nulla?
Accompagna sicuramente la meditazione di come ancora oggi, la disciplina degli antichi maestri, possa essere, come lo è stata per il nostro artista ferrarese, stimolante per la creatività di un linguaggio contemporaneo.
Moltissime le opere, così come gli autorevoli critici che hanno scritto di lui, le onorificenze e la bibliografia. Per problemi di spazio, ne elencherò solamente alcune, facenti parte del patrimonio artistico ferrarese:
- "Tutto per la Pace", 1956, Museo della Resistenza di Ferrara;
- tre formelle di scagliola raffiguranti episodi della vita di Santa Rita, nella chiesa dell'Addolorata di Bondeno;
- "Cristo tra i fanciulli" nella chiesa arcipretale di Bondeno.

LAURA ROSSI

Cristo 2007

Bimba con bambola

L'inquinamento

Donne del sud

Sagra del Tartufo di Sant'Agostino

Bosco della Panfilia

APPUNTAMENTO AUTUNNALE...

...con prenotazione

NOVEMBRE 2008:

venerdì **7** - *sabato* **8** - *domenica* **9**

venerdì **14** - *sabato* **15** - *domenica* **16**

venerdì **21** - *sabato* **22** - *domenica* **23**

Dalle ore 19.00 e

la domenica aperto anche a mezzogiorno

NUOVA SEDE 2008:
Ricreatorio Don Isidoro - via Provinciale (ang. Corso Roma) - Sant'Agostino (Fe)

Per informazioni e prenotazioni:

Tel. 345 - 4056189 e-mail: sagradeltartufo@alice.it
o visitate il sito: www.sagradeltartufo.net

In collaborazione con:

Comune di Sant'Agostino — Provincia di Ferrara — www.crcento.it — www.gruppolumi.it — www.fantasilandia.it

www.coopgiuliobellini.it — www.tenutagarusola.it — www.molinosima.it — www.panificioroversi.it — Sant'Agostino (Fe) Tel. 0532 846702

DOMENICA 16 - 23 E 30 NOVEMBRE
SIAMO APERTI
dalle 9.00 alle 20.00

GRANDE CONCORSO
DAL 15 AL 30 NOVEMBRE

La Dea della Fortuna ti aspetta! Con il Grande Concorso "Castellotto", gioca con le macchine computerizzate e vinci "Gratta e Vinci", Buoni Acquisto e Cartelle per partecipare alle estrazioni del "Castellotto" di Domenica 23 e 30 Novembre con in palio Buoni Acquisto e Buoni Carburante da € 250,00!

Premi Immediati in palio con le macchine computerizzate:
- 2.000 Gratta e Vinci da € 1,00;
- 400 Buoni Acquisto di diverso taglio:
  320 da € 5,00; 50 da € 10,00;
  20 da € 20,00 e 10 da € 50,00;
- 2.400 Cartelle "Castellotto" (in palio fino a sabato 29/11)

Inoltre, solo nelle giornate di Domenica 23 e 30 Novembre, in palio anche 1.000 schedine del Superenalotto da € 2,00 (500 schedine ogni domenica).

IL CASTELLO
CENTRO COMMERCIALE

Via Bologna (angolo Tangenziale) - Ferrara

www.centroilcastello.it

Vedi regolamento completo presso il punto distribuzione premi.
Valore indicativo montepremi IVA esclusa pari a € 9.360,00.