

# Intimità

In Italia Euro 1,50

**SALUTE**  
Speciale malattie  
reumatiche

**10 STORIE VERE**

Un romanzo  
completo

**FABRIZIO  
FRIZZI**  
"Un figlio?  
Magari!"



**AMICI  
ANIMALI**  
Come capire  
il linguaggio  
dei cani



**ROSANNA**  
«Così ho vinto la mia  
battaglia per la vita»

**BELLEZZA**  
La ginnastica  
per snellire  
fianchi e gambe

**CUCINA**  
Buffet goloso



**GUIDA PRATICA**  
Scegli così il materasso  
su misura per te

5 Maggio 2010 - N. 17 - Pubbl. settiman. ANNO LXIV - Poste Italiane spa - Sped. in A. P. - D. L. 253/03 art. 1, comma 1, DCB Verona-Italia-€ 1,50, Belgio € 3,50, Francia e Principato di Monaco € 3,50, Germania € 4,20, UK Ltd. 4,00, Lussemburgo € 3,50, Malta 1,30 DM (€ 3,03), Spagna € 3,50, Svizzera Fch. 3,90, Canton Ticino Fch. 3,90



## Marche

● A **Gualdo** (a sin. e sotto), il **29 e 30**, per tutti i golosi, **Formaggi d'Autore**, il meglio dell'arte casearia italiana con un occhio attento alle energie rinnovabili. Dall'Asiago alla Burrata, dal Caciocavallo alla Fontina, una due giorni in collaborazione con *Slow Food Marche*, in cui il borgo medievale si

trasformerà in una ricca kermesse durante la quale tuffarsi tra gli erborinati, gli stagionati o i freschi e i prodotti tutelati dai Presidi Italiani, come il Castelmagno d'alpeggio della Val Grana. **Info: [www.formaggi.biz](http://www.formaggi.biz)**



● Per la gioia dei golosi, torna **Distinti Salumi**, la Rassegna Nazionale del Salume, in programma il **30 aprile**, l'**1 e il 2 maggio** a **Cagli**. Un'occasione per degustare le delizie locali, per passeggiare attraverso le vie del centro storico, per far tappa ai laboratori del gusto e per godersi momenti di svago e di musica. **Info: [www.distintisalumi.it](http://www.distintisalumi.it)**

## Liguria

Tutto dedicato al mondo del giardino, **Yacht & Garden 2010**, il **22 e il 23**, nella cornice del polo nautico di **Marina Genova Aeroporto**, l'attenzione sarà rivolta in particolare al giardino mediterraneo, con una selezione di piante fiorite, alberi e arbusti da bacca, piante aromatiche e officinali, da frutto e da orto, agrumi, frutti antichi e semi-rare. Verranno proposti anche oggetti di antiquariato da interni ed esterni, attrezzi da giardino, decorazioni, borse e cappelli. Tanti anche gli eventi collaterali, con corsi, mostre, appuntamenti musicali. Per l'occasione, il **Marina Palace**, nuovo resort a 4 stelle, offre un pacchetto weekend con un pernottamento, una cena, transfer da/per aeroporto o stazione, parcheggio gratuito, a 119 € per persona in doppia. C'è anche l'opzione **Boat & Breakfast**, che consente di dormire nelle cabine di alcuni yacht, con colazione sul ponte, a partire da 200 € a cabina. **Info: [www.marina-genova.it](http://www.marina-genova.it)**



## Alto Adige

● Un salto nel tempo con la **Cavalcata Oswald von Wolkenstein** (sopra), poeta e diplomatico del XIV secolo, che visse a lungo presso Siusi allo Sciliar. **Sabato 29 e domenica 30** gare di abilità e forza nel passaggio degli anelli, nel galoppo a ostacoli, nel labirinto e nel passaggio fra porte. La Cavalcata parte da Castel Trostburg presso Ponte Gardena, e giunge a **Castelrotto** al Kofel, dove si apre il primo torneo, continua a **Siusi** al Matzlbödele e poi al Laghetto di **Fiè**, dove si svolgono altri due tornei per giungere all'ultima gara a **Castel Presule**. Un'immersione in costumi, usanze e tradizioni, spunto ideale per andare a scoprire questi splendidi luoghi. **Info: [Alpe di Siusi Marketing](http://Alpe di Siusi Marketing), tel. 0471709600, [www.alpedisiusi.info](http://www.alpedisiusi.info)**

● A **Bolzano**, da oltre un secolo, si svolge la **Festa dei fiori**, che inonda piazza Walther, in centro; da quest'anno l'appuntamento, **dal 30 aprile al 3 maggio**, si arricchisce di una novità: protagonisti fiori ed erbe da... assaggiare. In 13 ristoranti della città si potranno infatti assaporare insalate di colorati petali, specialità con margherite, fiori di campo ed erbe aromatiche. E per la festa, nonché per la gioia della vista e dell'odorato, tante le bancarelle col meglio della produzione altoatesina in tema di fiori, soprattutto all'insegna dei gerani, in tutte le loro varietà, ma anche di tulipani, rose, fucsie, piante grasse. **Info: [Azienda di soggiorno e Turismo di Bolzano](http://Azienda di soggiorno e Turismo di Bolzano), tel. 0471307000, [www.bolzano-bozen.it](http://www.bolzano-bozen.it)**

## Sardegna

● **Cagliari, dall'1 al 4**, celebra la **Festa di Sant'Efisio** (a ds.), per rendere omaggio all'ufficiale siriano difensore del Cristianesimo che prima di morire decapitato a Nora chiese a Dio di far cessare la peste che nel 1656 colpì la cittadella. La preghiera fu esaudita e da allora la città dedica al Santo quattro giorni di commemorazione e una solenne processione. Sfilano tutti i colori dell'isola con i costumi dei vari paesi partecipanti, ma anche le cosiddette *traccas*, carri addobbati a festa trainati da buoi, all'interno dei quali sono esposti i prodotti della terra e dell'artigianato; devoti in costumi tradizionali, cavalli e cavalieri accompagnano la statua del martire fino alla Chiesetta di Nora, dove il simulacro viene esposto per la venerazione fino al 4 maggio.

In occasione della festa, pacchetto weekend al **Lantana Hotel & Residence**, a Pula: 2 notti in doppia standard, mezza pensione, gratuità bimbi da 0 a 3 anni, a € 160 per persona anziché € 200 (sconto del 20% su ogni giorno aggiuntivo di permanenza). **Info: tel. 070924411, [www.lantanahotel.com](http://www.lantanahotel.com)**

