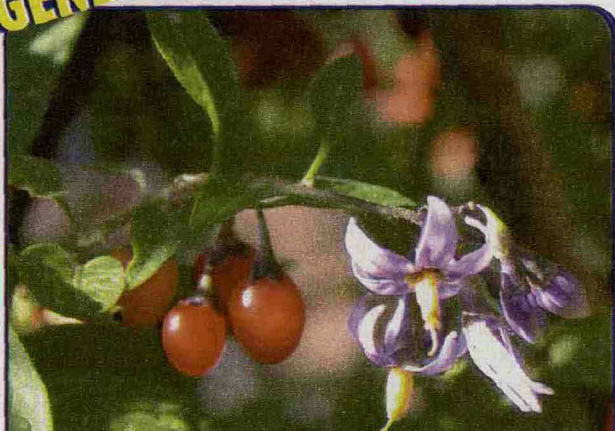


AGENDA



LAVORI VERDI DELLA SETTIMANA

AUTUNNO A COLORI

Si chiama Solanum Capsicastrum e in questa stagione si riveste di graziose bacche rosso aranciate. È una pianta semirustica originaria del Brasile che raggiunge un'altezza di 35-50 centimetri e si sviluppa in cespugli dall'abbondante "fruttificazione". Per fare in modo che la colorazione delle bacche si mantenga calda, è necessario piantare il Solanum in un punto luminoso e bagnarla con regolarità.

La vite che arriva dal Canada

Tra le piante che in autunno regalano una suggestiva cascata di colore c'è anche la vite del Canada. Ha una tonalità rossa intensa, questa rampicante che si adatta a

ogni tipo di clima e terreno ricoprendo velocemente i vostri supporti e muri grazie alla sua coreografica distesa di foglie. A cominciare da novembre si può acquistare in vaso la pianta, per poi trapiantarla in giardino in un punto che si vuole valorizzare.

Vangatura di novembre

In questo periodo è consigliabile preparare il terreno all'arrivo del freddo, per favorire la sua buona resa con la ripresa primaverile. Bisogna procedere alla vangatura aggiungendo materiale organico e, grazie all'azione degli agenti atmosferici, la terra smossa verrà frantumata ulteriormente rendendola più fine e adatta alle semine della prossima stagione. Inoltre, un terreno così trattato consentirà agli uccelli di cibarsi d'insetti e altri ospiti "indesiderati", contribuendo a mantenerlo pulito.

La curiosità

I fondi delle bottiglie di vino possono essere utilizzati come disinfettanti e fertilizzanti per le piante, grazie ai sali minerali in essi contenuti. Una volta recuperato il residuo della bottiglia, diluitelo con metà bicchiere d'acqua e aggiungetelo alla terra. Così facendo, otterrete piante più sane e floride. ♦



I CONSIGLI DELLE LETTRICI



I segreti della frittura

Carissime amiche di Vera, sono un'ottima cuoca, oltre che una buona forchetta, e mi diletto a preparare squisiti manicaretti per figli e amici. La cucina è una passione che richiede tempo e fantasia, mentre la fretta è nemica oltre che cattiva consigliera, e dunque mi rivolgo a voi "colleghe" casalinghe che vi impegnate ogni giorno a rendere migliore la vita in casa. Il mio consiglio riguarda la frittura: per ottenerla leggera e croccante nella preparazione basta sostituire l'acqua minerale al latte, e la farina integrale a quella tradizionale. Noterete subito la differenza di consistenza, ma non nel sapore!

Angelica, Ancona

SAGRE E MANIFESTAZIONI

VILLAGGIO DI NATALE Dal 3 novembre al 10 gennaio a Bussolengo (Verona)

Riapre i battenti il più grande mercatino natalizio coperto d'Italia, dove si può trovare qualsiasi genere di idea e di addobbo per il periodo più magico dell'anno, tra luci, musiche, trenini e slitte. Con i corsi per decorare l'albero e imparare a fare i biscotti. Nei vari reparti si potranno ammirare, inoltre, gli gnomi impegnati nei preparativi della slitta di Babbo Natale, a cui ogni bambino può consegnare la propria letterina. **Info: www.ilvillaggiodinatale.it**



INTERNATIONAL MOUNTAIN SUMMIT

Dal 3 all'8 novembre a Bressanone (Bolzano)

Tutte le nuove tendenze degli sport d'alta quota, tra palestre di roccia ed

escursioni dolomitiche. La manifestazione permette al pubblico di confrontarsi con alcune celebri stelle dell'alpinismo tra cui Reinhold Messner e Doug Scott. **Info: www.ims.bz**

TURISMO

L'impacco per i capelli

Cara Vera, ho un rimedio tutto naturale per i capelli secchi che funziona davvero! Se avete capelli rovinati dalle tinte, vi consiglio di preparare una maschera nutritiva composta da 30 ml di olio di cocco, 30 ml di olio di sesamo, 30 ml di olio d'oliva e 30 ml di miele. Applicatelo dopo lo shampoo e tenetelo in posa per almeno cinque minuti, a questo punto risciacquate e i vostri capelli riprenderanno vigore. Il composto va conservato in frigorifero e utilizzato per almeno tre lavaggi consecutivi.

Sara, Biella

Bustine di tè per il gonfiore

Avete fatto le ore piccole e le borse sotto gli occhi non lasciano scampo al vostro aspetto? Un rimedio c'è ed è molto semplice: prendete due bustine da tè usate, lasciatele raffreddare nel frigorifero e appoggiatele sugli occhi per almeno dieci minuti. La vostra cura beauty "fai da te" vi sorprenderà.

Beatrice, Napoli

MONCALIERI JAZZ

Fino al 15 novembre a Moncalieri (Torino)

Tutta la città in festa per un evento musicale che attira appassionati di jazz e curiosi con un ricco calendario di serate ed eventi legati al gusto, allo shopping e allo spettacolo.

Info: www.moncalierijazz.com

ZUCCHE IN TAVOLA

Dal 7 al 30 novembre a Ostellato (Ferrara)

La rinomata zucca ferrarese, detta "violina", è la protagonista di una festa che porta in tavola i piatti della tradizione emiliana, tra cui i gustosi tortelli.

Info: tel. 0533 681359



FORTIFICATA
Una suggestiva veduta di Sabbioneta, cittadina dei Gonzaga in provincia di Mantova. In basso, la Piazza d'Armi.

La città dei GONZAGA, patrimonio dell'Unesco

foto di: Alberto Sarzi Madidini

Sabbioneta, sogno di perfezione studiato per proteggersi dai nemici

Così la desiderava il duca Vespasiano Gonzaga nel XVI secolo e così appare ancora oggi. Sabbioneta venne creata ex novo come realizzazione del sogno di perfezione che apparteneva alla cultura rinascimentale. Il sistema difensivo, costituito da spesse mura e fossati, era studiato per proteggere la città dagli assalti dei nemici e dalle inondazioni dei fiumi, e oggi, con i suoi 18 km arginali, crea un suggestivo itinerario nelle verdi campagne mantovane. Varcare le sue imponenti porte d'accesso vi farà sentire signori d'altri tempi alla corte dei Gonzaga, che



ricevevano solo ospiti illustri lungo la Galleria degli Antichi, privilegio oggi concesso a tutti i visitatori della Piazza d'Armi. Subito accanto, ecco Palazzo del Giardino: non lasciatevi ingannare dalla facciata sobria e spoglia, gli interni finimen-

te affrescati vi stupiranno per ricchezza e gusto soprattutto nel Camerino di Enea, un tripudio di dipinti, stemmi e stucchi riservato allo studiolo del duca. Il cuore pubblico dell'antica società batte in Piazza Ducale, con il Duomo dalla facciata in marmo bianco e rosa e gli eleganti palazzi della Ragione e Ducale. L'itinerario nella storia di

Sabbioneta vi condurrà infine tra i marmi e le statue di gusto classico del Teatro all'Antica e tra la ricchezza barocca della chiesa di Sant'Antonio Abate a Villa Pasquali.

Info: Pro loco Sabbioneta, tel. 0375 52039

IL FASCINO ANTICO DELLA RACCOLTA DELLE OLIVE



Nel mese dell'olio d'oliva novello, vi vogliamo segnalare "Oliamoci Bene", piacevole iniziativa nelle campagne di Bisceglie che coniuga tradizione, cultura e sapori. Tutti possono partecipare alla raccolta delle olive, che si svolge nei weekend di novembre e dicembre (fino al 20), entrando a far parte di un mondo antico in cui esperti contadini raccontano le tecniche tradizionali di coltivazione, raccolta e molitura. Il risultato è un olio a basso contenuto di acidità e dal sapore intenso che si sposa squisitamente con la cucina della terra pugliese. Non solo olio novello: nel fine settimana di "Oliamoci Bene" si potranno scoprire anche i tesori della Bisceglie medievale e i misteri dei dolmen della Chianca.

Info: www.oliamocibene.it