



GiornaLame

APRILE 2019



Trentacinque anni dopo

di Oriente Giuliani*

Trentacinque anni di attività per la Polisportiva Lame. Un compleanno importante che festeggiamo sempre all'insegna dello "Sport per tutti" e nel solco di valori e proposte che guardano all'integrazione, alla socializzazione, alla pratica motoria e sportiva come fattori aggreganti e di risposta alle esigenze delle famiglie, dei più piccoli, degli adulti e degli over.

Altre sfide importanti ci attendono: scadono, in questi mesi, i bandi per le gestioni del Centro Vasco de Gama e del Centro Pizzoli, e come Polisportiva ci faremo trovare pronti. I primi mesi del 2019 hanno poi confermato il trend positivo dell'anno precedente: sono aumentati gli iscritti ai Corsi e alle Attività e la Polisportiva ha confermato quella solidità economica a lungo ricercata e finalmente raggiunta.

Si sta concludendo l'attività "ordinaria", con alcuni appuntamenti clou: anzitutto il Memorial Berardi, all'insegna della solidarietà con protagonisti i giovani calciatori della città terremotata di Amatrice; quindi il Gran Galà, la performance di danza e ginnastica al Teatro Celebrazioni e tanti altri appuntamenti che vedono protagonisti tutti i settori. Preludio ad un'estate ricca di eventi, a partire dai saggi di fine corso sino al disco roller.



Come Polisportiva Lame siamo quindi indirizzati verso un innalzamento della progettualità per rispondere sempre più e meglio alle esigenze delle famiglie e occorre un rafforzamento dal punto di vista dirigenziale e organizzativo, anche in attesa del rinnovo delle cariche elettive previsto per fine anno.

Stiamo quindi predisponendo un piano di investimenti per qualificare il Centro Sportivo Vasco de Gama che affiancherà quello già predisposto, per 900mila euro, dal Comune di Bologna. Un importante intervento sulla pista di pattinaggio, l'impermeabilizzazione e il rifacimento di parte della tribuna, il completamento degli spogliatoi, la realizzazione di un campo di calcio sintetico con annessi spogliatoi sono le nostre priorità.

Presidente Polisportiva Lame

5 per mille per lo sport

Un sostegno all'attività sportiva, al volontariato, alla solidarietà.

Invitiamo tutti i soci e gli amici della Polisportiva Lame ad indirizzarci il loro contributo relativo al 5 per mille indicando il Codice Fiscale della Polisportiva:

03532140377

Il contributo non è in alcun modo alternativo a quello dell'8 per mille e non comporta alcun aggravio per il contribuente.

GiornaLame

- **DIRETTORE RESPONSABILE:** Alessandro Alvisi
- **REDAZIONE:** Giulia Maccaferri
- **FOTOGRAFO:** Ernesto Fabbiani
- **INDIRIZZO:** Via Vasco De Gama, 20 Bologna
Autorizzazione del Tribunale n. 5286
- **STAMPA:** Tipografia Guizzardi - Bologna
Chiuso in tipografia il 24/04/2019

V MEMORIAL FRANCESCO BERARDI

Amatrice 2016

insieme per non dimenticare

18 e 19 maggio 2019

Centro sportivo Vasco de Gama
via Vasco de Gama, 20 - Bologna

Programma (categoria 2006-07)

Sabato 18 maggio h 9,00 partite di girone

Domenica 19 Maggio h 10,00 partite di girone
h 14,30 finali
h 17,45 premiazioni

con il patrocinio di:



Banca di Bologna





Memorial Berardi, Galà, estate insieme

Come di consueto, in questo periodo c'è fermento in Polisportiva per l'organizzazione degli eventi primavera-estate.

Infatti, oltre agli appuntamenti consueti che rappresentano il fiore all'occhiello per una associazione sportiva come la nostra, ovvero le feste di fine anno, i tornei e la Gran Fondo di Ciclismo, una parte delle date in calendario in questo 2019 rappresentano delle vere e proprie novità, come per esempio l'organizzazione di una gara intersocietaria di Ginnastica Artistica (che ha visto un successo di partecipazione al di là delle aspettative), o l'evento di danza organizzato dalla Regione Emilia Romagna.

Ma, soprattutto, la consapevolezza che il 2019 racchiude in sé tante ricorrenze importanti: sarà infatti di grande risonanza cittadina l'evento che si terrà al Vasco De Gama nelle date **18 e 19 maggio**.

Non si tratta solo del consueto **Memorial Berardi** e della conclusione delle attività con il nostro sempre gradevole **Gran Galà**, ma della celebrazione in grande stile sia del centesimo anno dalla Fondazione della Ditta Berardi, nostro main sponsor, che del trentacinquennale della nostra Polisportiva Lame.

E per l'occasione abbiamo pensato proprio in grande: saranno infatti nostri ospiti squadre provenienti dalle zone terremotate di Amatrice; questi giovani potranno prendere parte al torneo di calcio organizzato al Vasco De Gama assieme a tante altre squadre locali e condividere un fine settimana spensierato e gioioso.

Il **Gran Galà**, come tradizione, nel pomeriggio di domenica 19 sarà la rappresentazione sentita e coinvolgente di un insieme di attività, con feste ed esibizioni dei gruppi della Ginnastica, del Pattinaggio artistico e Corsa, di Danza, Zumba, Pilates, Salsa e altro ancora.

Ma ecco, nel dettaglio e in ordine cronologico, dove ci trovate

nelle prossime settimane: il Primo Maggio i settori Danza, Ginnastica Artistica e Pattinaggio Artistico organizzano l'esibizione alla **Casa Gialla**; il 4 maggio i settori Danza e Ginnastica saranno al **Fondo Comini** per una dimostrazione; il 18 e 19 dello stesso mese tutti saremo coinvolti nel Memorial Berardi e nel Gran Galà; il 25 ammireremo gli atleti della Ginnastica Artistica nella **Festa di fine corsi**; il 6 giugno applaudiremo al **Teatro delle Celebrazioni** lo spettacolo del Settore Danza; dal 10

giugno al 26 luglio ecco i primi turni del nostro **Sport Camp** (la seconda parte, come sempre, a settembre prima dell'inizio delle scuole); a partire dal 4 giugno e per tutti i martedì sera di giugno e luglio, e per le prime due settimane di settembre, ci sarà il **Disco Roller** con la possibilità di pattinare liberamente nelle nostre piste; il 13 giugno si terrà l'evento **DancER**; il 16 prenderà il via dal Vasco De Gama la **Gran Fondo** di ciclismo.



LAME SPORT CAMP

Anche nei mesi estivi, con lo Sport Camp, la Polisportiva Lame sarà al fianco delle famiglie per accogliere ragazze e ragazzi dai 5 ai 12 anni ogni giorno, dal lunedì al venerdì, dalle ore 7.30 in poi al Centro Sportivo Vasco De Gama (*in ultima pagina tutte le informazioni utili*). Si parte da subito, il 10 giugno, ovvero dalla settimana successiva la fine delle scuole, e si prosegue sino a fine luglio; per poi riprendere per due turni le prime due settimane di settembre, che precedono l'inizio del nuovo anno scolastico e delle attività dei corsi della Polisportiva. Oltre alle meren-

de e al pranzo, ad una giornata in piscina e alla partecipazione a giochi di squadra sempre nuovi e divertenti, le giornate saranno caratterizzate da una ricca proposta sportiva che consisterà nel ruotare fra le varie discipline che propongono i settori della nostra Polisportiva e il valore aggiunto è incontrare (oltre a nuovi amici e "vecchi" compagni dei corsi invernali) gli istruttori che le famiglie e i ragazzi già conoscono e che, con le loro consuete cura e dedizione, trascorreranno tutta la giornata assieme ai nostri bimbi. Le iscrizioni sono già aperte presso la segreteria della Polisportiva Lame.

POLISPORTIVA
LAME

BOLOGNA



EVENTI PRIMAVERA ESTATE 2019



Polisportiva Lame

www.polisportivalame.bologna.it



polisportivalame

ci prepariamo a vivere una stagione di grandi eventi con tutti i nostri settori!

6-7 aprile Trofeo Bononia
gara di pattinaggio corsa
Centro Vasco de Gama

14 aprile Polisportiva Lame Gym Cup
gara amatoriale a cura del settore
ginnastica artistica della Polisportiva Lame
Centro Vasco de Gama

1 maggio Festa alla Casa Gialla
esibizioni di danza, ginnastica artistica e
pattinaggio artistico

4 maggio Festa al Fondo Comini
esibizioni di danza e ginnastica artistica

12 maggio Pranzo sociale con Paella
Centro Vasco de Gama

18-19 maggio V Memorial Francesco Berardi
torneo di calcio
Centro Vasco de Gama

19 maggio Gran Galà della Polisportiva Lame
esibizione dei gruppi over, pilates, zumba,
danza, ginnastica artistica, pattinaggio
artistico e pattinaggio corsa
Centro Vasco de Gama

25 maggio Saggio di Ginnastica Artistica
esibizione di fine corso del settore
ginnastica artistica della Polisportiva Lame
Centro Vasco de Gama

6 giugno Teatro delle Celebrazioni
spettacolo di danza e ginnastica artistica

10 giugno-26 luglio
2-13 settembre Sport Camp
centro estivo multisport a cura dei settori
della Polisportiva Lame
Centro Vasco de Gama

10-14 giugno Camp di Calcio
camp specifico a cura del settore calcio della
Polisportiva Lame
Centro Vasco de Gama

13 giugno Festa finale progetto DancER
Centro Vasco de Gama

16 giugno Gran Fondo di Ciclismo
manifestazione del gruppo cicloturismo
Centro Vasco de Gama

giugno-luglio Corso di Ginnastica all'aperto
lunedì e giovedì
Centro Vasco de Gama

giugno-luglio -settembre Serate Disco Roller
tutti i martedì
Centro Vasco de Gama

info: 051 6345717 • contattaci@polisportivalame.bologna.it

BERARDI
BULLONERIE  **dal 1919**





Polisportiva Lame in campo

In questa stagione sportiva, fra le tante attività promosse dalla Polisportiva Lame, si è aggiunta anche la pratica dell'**Aikido**.

Un'arte marziale giapponese che ha le sue origini in più antiche discipline marziali sviluppate sui principi del Budo. In termini pratici, l'Aikido è una disciplina puramente difensiva che non ricerca la sopraffazione della persona che attacca, quanto piuttosto la sua neutralizzazione non violenta.

L'Aikido che pratichiamo si allontana quindi da ogni aggressività, perché non ci sono né avversari né nemici, cerca la non violenza senza perdere l'efficacia. Non si tratta, pertanto, di una pratica sportivo-agonistica, benché preveda esercizi fisico-motori e un'ideale ginnastica preparatoria, quanto di una disciplina che aiuta a sviluppare maggior sicurezza interiore e maggior serenità.

La grande adesione ai gruppi **Mini Basket** e **Baby Basket**, che già durante la scorsa stagione hanno visto un incremento del numero dei bimbi e dei ragazzi partecipanti, ha permesso quest'anno ai ragazzi più grandi di iniziare a fare esperienza di partite ed amichevoli che sono sempre state all'insegna del gioco, del divertimento, e di una competizione non esasperata ed esasperante, nel rispetto delle regole e di un solido spirito di gruppo. Siamo quindi molto orgogliosi dei nostri bimbi e ragazzi che rappresentano perfettamente la nostra Polisportiva e i nostri valori anche nel confronto con altre realtà. Questo ci permette di guardare al futuro con ottimismo e programmare l'attività futura con nuove prospettive e stimoli per tutti! Come sempre, la collaborazione con il gruppo Fortitudo Over Limits di Marco Calamai, che prosegue col progetto Navile "Mi passo a te e faccio canestro" rappresenta per noi una grandissima occasione di crescita e arricchimento e riflette perfettamente la nostra idea di sport come mezzo di sviluppo e aiuto verso chi ha più difficoltà, dando a tutti l'occasione di vivere le grandi emozioni che la nostra disciplina sa dare.



La stagione sportiva "formale" del **Calcio** sta volgendo al termine, ma abbiamo già discusso e approvato i progetti per il prossimo anno sportivo in un "vortice organizzativo" che non ha mai un periodo di inattività.

E volgendo per un attimo lo sguardo indietro, stiamo organizzando il 18° anno di attività consecutiva dopo la rifondazione del settore avviata nel maggio del 2002.

All'inizio di questa "avventura" molti erano gli scettici che oggi devono ricredersi visti i risultati ottenuti che hanno portato questo settore ad essere tra i più numerosi della nostra Polisportiva con oltre 180 giocatori e 21 istruttori. Venendo al consuntivo possiamo sicuramente esprimere soddisfazione per le attività portate a termine, in primis i campionati che ci hanno visto partecipare con 10 squadre nelle diverse categorie FIGC e UISP. Tra le cose fatte annoveriamo il tradizionale torneo: "Un bambino che gioca vince sempre" che si è svolto nei mesi invernali e che ha visto la partecipazione di 32 squadre che hanno disputato 64 partite.

Grazie al contributo della Lega Calcio UISP che ha messo a disposizione gratuitamente i direttori di gara, della Polisportiva Lame che ha concesso gratuitamente l'uso del campo coperto, della Azienda Automatica Bolognese che ha fornito le coppe, e delle società che hanno aderito, nonché dei nostri istruttori, quest'anno abbiamo versato al G.V.C. l'importo di 4.150 euro. Tale somma andrà a finanziare un progetto dedicato ai bambini del Burundi.

Con la primavera il gruppo **Ciclismo** si è rimesso in marcia con la solita grinta ed entusiasmo che lo contraddistinguono per un'altra annata ricca di appuntamenti e gite imperdibili. Come ogni anno prenderemo parte ai raduni del Campionato Provinciale UISP che si svolgono ogni domenica sul territorio bolognese: quest'anno il raduno organizzato dalla nostra società si terrà domenica 9 giugno presso la nuova sede "Bullonerie Berardi" a Poggio Piccolo. Per quanto riguarda le varie attività in programma in questa stagione ecco una piccola panoramica: domenica 26 maggio ci sarà la ormai classica gita sociale, con partenza dalla nostra Polisportiva, che quest'anno presenterà un nuovo arrivo al Lido degli Estensi. La ormai imperdibile gita di 4 giorni (dal 21 al 24 giugno) quest'anno ritornerà sul territorio nazionale e farà visita tra la Versilia e le Alpi Apuane: saranno percorsi adatti a tutti incentrati soprattutto a rinforzare lo spirito di condivisione della passione per la bici e la buona compagnia. Come gli scorsi anni parteciperemo al 13° Giro Appennino Bolognese e Valli di Comacchio: si tratta di

un Circuito di 5 Gran Fondo cicloturistiche non competitive in cui saremo impegnati attivamente domenica 16 giugno nell'organizzazione della Gran Fondo Gaggio Montano con partenza ed arrivo dalla nostra sede della Polisportiva in Via Vasco de Gama.



Sono mesi di lavoro intenso per gli allievi del settore **Danza** che si affrettano a concludere e perfezionare le coreografie nelle quali si dovranno esibire durante i saggi di fine anno. Lo spettacolo più atteso si svolgerà presso il Teatro Celebrazioni di Bologna, giovedì 6 giugno, a partire dalle ore 20.30. Lo spunto creativo dal quale nasce l'idea è offerto dagli eventi importanti che si susseguono nell'arco di un intero anno. A partire dall'inizio della scuola e per finire con l'arrivo delle vacanze estive, saranno portati in scena attimi di vita interpretati grazie alla cura dell'espressione corporea e all'aiuto di scenografie suggestive ed effetti speciali. Numerosi sono i gruppi che ne prenderanno parte: pre-danza mini, pre-danza plus, propedeutico, intermedio, acrobatica, break-dance, Zumba, Salsa e i gruppi agonistici di ginnastica artistica. Se avete voglia di assistere anche voi da inizio maggio saranno disponibili i biglietti. Come ogni anno i gruppi si prepareranno anche per le esibizioni che si svolgeranno all'interno di iniziative organizzate dal quartiere e dalla Polisportiva stessa. Gli appuntamenti ai quali presenzieranno saranno: 1 maggio: saggio presso il parco della Casa Gialla; 4 maggio: saggio presso il parco Fondo Comini e 19 maggio: Gran Galà della Polisportiva Lame.

Tanti nuovi piccoli atleti si avvicinano alla **Ginnastica Artistica**, uno sport molto tecnico, ma allo stesso tempo formativo e costruttivo. Il saggio di dicembre sul tema della "magia" al Palazzetto di via Vasco de Gama è stato un successo, tantissime bambine/i hanno partecipato con grande entusiasmo. E proprio da queste manifestazioni



partiamo per preparare il lavoro in palestra: obiettivo primario è sempre stato quello di insegnare un'attività motoria che veda come punto fondamentale l'interesse del bambino e la sua crescita psicomotoria.

Abbiamo partecipato ai Campionati Regionali UISP dove non sono mancate medaglie e coppe per i gruppi del pre-agonismo e agonismo. Quest'anno abbiamo deciso di organizzare una gara amatoriale "Gym Cup" presso il Palalame, si è svolta con successo domenica 14 aprile. La Gym Cup è una manifestazione aperta a tutte le ginnaste e i ginnasti dei corsi a partire dai 3/4 anni ed è riservata ai corsi di base, questo per permettere alle atlete/i di dimostrare i progressi eseguiti durante l'anno sportivo. Grazie alla partecipazione delle polisportive di Calderara e Cento alla gara hanno partecipato più di 140 bambine.

Inoltre, numerosi sono gli impegni e manifestazioni che ci aspettano: 1 maggio: festa alla Casa Gialla; 4 maggio: festa sociale al Fondo Comini; 19 maggio: partecipazione al Gran Galà; 25 maggio: saggio finale di settore. Infine con la collaborazione del settore Danza termineremo l'attività con il Saggio al Teatro Celebrazioni il 6 giugno.

I corsi di **Ginnastica dolce**, di attività aerobica, di correzione posturale e di balli di gruppo dedicati ad **adulti** e **"over"** si stanno concludendo nel migliore dei modi. Un altro anno è trascorso rapidamente e i nostri atleti fedeli alla Ginnastica si mostrano sempre più soddisfatti dei progressi resi possibili grazie alla loro costanza e al loro impegno nel lavoro in palestra.

I gruppi che si sono formati in questi anni sono ben consolidati e affiatati e in ognuno di questi è facile cogliere un'aria serena in cui socializzare, stare bene insieme, divertirsi e sentirsi in famiglia sono diventati la prerogativa. Inoltre è sempre un piacere constatare che per i nostri atleti muoversi è diventata una necessità fisica che procura molteplici benefici che li fanno sentire meglio.

Durante il Gran Galà della Polisportiva Lame che avrà luogo al centro sportivo Vasco de Gama domenica 19 maggio parteciperanno anche questi gruppi per dare

modo al pubblico di vedere che modalità di esercizi svolgono e, chissà, magari accogliere chiunque di voi lo desideri a settembre.

La stagione dei piccolissimi del **judo** è andata benissimo. Pioggia di medaglie alle varie tappe del circuito provinciale preagonistico. Per l'attività promozionale, la sezione ha in programma a primavera alcuni interventi nelle scuole del quartiere per far conoscere la disciplina anche a chi non ne ha mai sentito parlare. Il judo, infatti, oltre ad essere uno sport olimpico, è anche un'arte marziale tra le più antiche e complete.

I pediatri hanno ormai riconosciuto la valenza educativa di questa attività sportiva in quanto oltre a formare il fisico in maniera equilibrata, favorisce la socializzazione e la realizzazione personale dell'individuo. Inoltre nella nuova società risulta fondamentale conoscere un metodo di difesa personale. Il judo è esattamente questo, un'arte marziale di difesa che sfrutta forza ed aggressività dell'avversario a proprio vantaggio. Non è uno sport violento, anzi aiuta i ragazzi più indisciplinati ad incanalare e scaricare la rabbia in senso positivo nell'allenamento. Allo stesso tempo il bambino più timido può trovare fiducia nei propri mezzi attraverso uno sport individuale che lo valorizza, oltre a provare anche lo spirito di squadra con i compagni di palestra.

La stagione 2018/2019 si è aperta all'insegna dell'entusiasmo nel vedere tanti giovani e adulti avvicinarsi al **Pattinaggio Artistico** attraverso il Prova lo Sport. E allora via alle attività, grazie alla consueta energia dello staff allenatori che ha programmato gli obiettivi per ciascun gruppo di lavoro. Fra chi sino ad ora è sceso in pista in gara, coloro che si sono espressi al meglio sono stati senza dubbio i ragazzi dell'Agonistica che in contesti provinciali e regionali, e in tutte le specialità, hanno conquistato podi e soddisfazioni. Proseguono le prove a livello regionale che saranno il vero banco di prova e selezioneranno chi accederà alle varie fasi nazionali. Il numerosissimo gruppo Preagonistico non è da meno: fra il SuperPromo e le gare Aics sono già arrivate tante coppe, ma anche esperienze preziose

che ci porteranno all'obiettivo di fine anno, ovvero il Trofeo Regionale con singoli e duetti. Le atlete più grandi, dopo le rassegne Uisp con "Mulan", stanno dando vita ad un nuovo progetto; le più giovani si stanno affacciando per la prima volta alle competizioni. E quando si parla di collettivi non si può dimenticare il Gruppo Adulti Amatoriale. Ma le gare e il calendario di spettacoli sono solo una parte della vita del nostro settore: sempre grazie al nutrito gruppo di volontari che ci supporta è possibile creare veri e propri eventi; sono stati grandi successi sia il Galà di Natale, sia la Festa di Carnevale, così come altre uscite che ci hanno visti presenti con il nostro stand e che hanno creato opportunità di condivisione e divertimento per tutti. Ma non ci fermiamo, anzi siamo già al lavoro per dare vita alle serate di apertura al pubblico delle piste del Vasco De Gama per il Disco Roller che si terrà ogni martedì sera in giugno, luglio e settembre.



Quest'anno il settore **Pattinaggio di velocità** ha avuto un ulteriore incremento di iscritti dovuto al grande impegno da parte degli allenatori Lorenzo Cassioli, Luigi Longo e Federico Ermolli che hanno saputo trasmettere la loro passione in tutti i corsi che il settore offre: Corso di Avviamento al pattinaggio, per bambini dai 4 anni in su, Corso Avanzato, percorso di specializzazione al pattinaggio di velocità a rotelle, Corso Agonistico e Corso Adulti, un'attività di fitness dedicata a chi vuole allenarsi e allo stesso tempo tenersi in forma. La squadra, con il corso avanzato e agonistico negli ultimi regionali FISR su pista, presente a Forlì con numerosi atleti ha avuto ottimi risultati dai Giovanissimi ai Master. Lorenzo Cameli (1° in combinata), Arturo Peretti, Matteo Moretti, Samuele Magagni (2° nel giro sprint), Emanuele Ghiretti, Lorenzo Criscitelli, Gaia Delle Donne, Riccardo Fontana, Paolo Graziani (2° in 5000), Erminio Santangelo, Elena Barchi (1° in 5000) e Beatrice Mariotti (1° in 5000). Inoltre i neo Senior Lorenzo Nella (3° nel giro sprint), Luigi Longo (1° in 5000 a punti) e Davide Casoni (1° nel giro sprint) si sono distreggiati bene assieme al loro allenatore Lorenzo Cassioli (2° in 5000 a punti) nel giro sprint, nella 5000 a punti e nell'Americana a squadre dove si sono aggiudicati il primo posto!





SPORT CAMP 2019

9 settimane all'insegna degli sport dei nostri settori e tanto altro...

per bambini/e e ragazzi/e dai 5 ai 12 anni presso il Centro Sportivo Vasco De Gama

giornata tipo

7.30 • accoglienza
9.30 • attività sportiva
12 • pranzo
13 • relax
14.30 • attività sportiva
17 • merenda
17.30 • ritiro

mercoledì mattinata e pranzo in piscina (tempo permettendo)

Ogni giorno sono compresi colazione, pranzo e merenda

le attività si svolgono in gruppi divisi per età e con istruttori qualificati

10-14 Giugno
17-21 Giugno
24-28 Giugno
1-5 Luglio
8-12 Luglio
15-19 Luglio
22-26 Luglio
2-6 Settembre
9-13 Settembre

Basket
Calcio
Danza
Ginnastica Artistica
Judo
Pattinaggio Artistico
Pattinaggio Corsa
Volley

iscrizioni obbligatorie a partire dal 1 Aprile

ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

segreteria Polisportiva Lame • via Vasco De Gama, 20

orari di apertura:

MATTINA: Lunedì • Mercoledì • Venerdì dalle 10,00 alle 12,00

POMERIGGIO: Lunedì • Martedì • Mercoledì • Giovedì • Venerdì dalle 16,00 alle 19,00

info: 051 6345717 • contattaci@polisportivalame.bologna.it



Polisportiva Lame

www.polisportivalame.bologna.it



polisportivalame