

L'ortica[®] SETTIMANALE

Anno XXIV n°01 - 2021

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male



Settimanale indipendente di cronaca, attualità, politica, sport e carattere professionale, tecnico e scientifico - Fondato da Filippo Di Lorenzo - ANNO 24 - 08/01/2021

STOP 5G
IL CAPITALISMO
DEL CONTROLLO GLOBALE

SCUOLA
IL BALLETTO DELLA
DIDATTICA IN PRESENZA

SALUTE
VACCINI: APERTA
LA CACCIA AI CLOCHARD

SOGNANDO TOKIO

CAMPIONI CRESCIUTI A LADISPOLI E CERVETERI
ASPETTANO LA CONSACRAZIONE ALLE OLIMPIADI DEL 2021.
E SE LEONARDO FIORAVANTI È GIÀ LEGGENDA,
GLI ALTRI BIG SONO SARA MRZYGOLD,
GIORGIO MISINI ED EMANUELE SPADA

MAGAZZINI
Maurys
IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO
WWW.MAURYS.IT

un nome, una garanzia

Superal

2000



SE ACQUISTI DA NOI I TUOI INFISSI IN PVC PUOI USUFRUIRE
DELLO STESSO SCONTO 50% ANCHE SU:



- PERSIANE BLINDATE
- PERSIANE IN ALLUMINIO
- AVVOLGIBILI
- ZANZARIERE
- TENDE
- PERGOTENDE
- VETRATE

S.O.S.

PRONTO INTERVENTO

Apertura porte blindate e sostituzione immediata della serratura

APERTURE FORZATE con **Ufficiale Giudiziario**

Attrezzato per aprire qualsiasi tipo di serratura

**COSTRUISCE
LE FINESTRE IN PVC**

A PREZZI DI FABBRICA



**NUOVO
SHOWROOM
400 MQ
AL PIANO SUPERIORE
CON ASCENSORE**



**PERGOTENDE - PERGOLE - TENDE - FRANGISOLE
FABBRICA PORTE IN VETRO MODELLO TODOCRISTAL**



**ZONA ARTIGIANALE VIA DON LORENZO MILANI 3
TEL. 06 99 22 03 34 - CELL. 339 69 12 444
WWW.SUPERALL2000.IT**

Dal 1961
la nostra passione
per la vite ed il vino

Tutto il carattere
del nostro territorio

CONSEGNE
A DOMICILIO



Cantina Cerveteri



VIA AURELIA KM 42,700 - CERVETERI
TEL . 06 99 444 201 - FAX 06 99 444 217 - info@cantinacerveteri.it

www.cantinacerveteri.it

Settimanale indipendente

Registrato presso il Tribunale di Civitavecchia
n° 09/97 del 18/06/97

ISSN 2704-6664 - ROC 34126

Editore Universo Editoriale S.r.l.s.

www.edizioniuniverso.it

Direttore Editoriale: Cristiano Cimarelli
Direttore Responsabile: Graziarosa Villani
Editor: Miriam Alborghetti

Redattori:

Barbara Pignataro
Emanuele Rossi

L'Oroscopo di P'Astra

Responsabile scientifico:

Aldo Ercoli

Collaboratori:

Flavio Enei, Dario Gaggiottino,
Barbara Civinini, Emiliano Foglia,
Angelo Alfani, Antonio Calicchio,
Lorenzo Mezzadri, Flavia De Michetti,
Christian Scala, Alessia Moricci,
Pamela Stracci.

Speciale Viaggi Adriano Botta

Speciale Cinema Michele Castiello

Videorticando Toni Moretti

Marketing Vito Michelangelo Lius

Fotografi e collaboratori

Paolo Gennari, Claudia Cavallo,
Biagio Tamarazzo, Vincenzo Quondam,
Andrea Fenili, Massimiliano Magro,
Marco Tanfi

Grafica

Isabel Maccari

Stampa:

Universo Editoriale S.r.l.s.

Il nostro settimanale autonomo, senza sovvenzioni, diffuso gratuitamente, dà la possibilità a tutte le penne libere ed indipendenti di poter contribuire, in forma alternativa al dovere di informare nel modo più trasparente, critico e costruttivo possibile; senza pressioni politiche ed economiche. Molti di noi svolgono una professione che permette di scrivere, a titolo di volontariato gratuito, per libera scelta e di offrire un'informazione diversa e, a volte, graffiante, tesa a stimolare lo spirito critico dei lettori.

Redazione

Piazza Risorgimento, 4 - Cerveteri

Tel. 06 99 41 736

Cell.339 2864552

info@orticaweb.it

redazione@orticaweb.it

www.orticaweb.it

Chiuso in redazione il giorno 05/01/2021

Chiudere oggi per chiudere anche domani



A marzo ci hanno chiuso per due mesi e mezzo per salvare l'estate. In estate liberi tutti, ma solo fino a ferragosto: dopo di che hanno sprangato *sine die* discoteche e sale da ballo, onde salvare la ripartenza delle scuole, che però non è stata salvata.

Infatti in autunno, scaricando le colpa sugli irresponsabili vacanzieri con un salto logico degno di un trapezista, ci hanno chiuso per la salvezza del santo Natale: coprifuoco, serrata delle palestre, cinema, teatri, pietra tombale sul turismo e sulle scuole superiori.

Infine, dopo aver incentivato lo shopping con la genialata del cashback, hanno messo sotto sequestro pure il Natale: vietati spostamenti, cenoni e veglioni, messe contingentate, chiusi bar e ristoranti. Il motivo? Per salvare il post epifania *of course* e mettere in sicurezza la favola della riapertura delle scuole. Ora, onde scongiurare quadri apocalittici di terze, quarte, quinte ondate, già si parla di ulteriori chiusure. Nel frattempo sulla scuola soffiano potenti i venti chiusuristi. Di apertura dell'università - chiuse oramai da un anno - manco se ne fa menzione. D'altra parte in un Paese dove la metà del popolo ha come titolo di studio la terza media, vuoi che la fine dell'istruzione pubblica possa costituire un problema? Vorrà dire che i figli dei ricchi e dei parlamentari andranno a studiare all'estero, mentre gli altri se ne staranno abbacchiati nelle loro stanzette a fare la muffa in perenne connessione web.

Ci sono dunque buone probabilità che alcune attività riapriranno i battenti in primavera, per poi richiudere a ottobre prossimo. Nel frattempo, quante tra loro riusciranno a sopravvivere, nessuno può dirlo! Però sappiamo che nel 2020 sono sparite 390 mila imprese. Ed è stato l'Ufficio studi di Confcommercio a lanciare l'allarme. Ma niente paura: come è noto il 25 dicembre, scortato dalle forze dell'ordine e accompagnato da una vagonata di stucchevole retorica, dopo aver superato il valico alpino su un camioncino per surgelati, è arrivato finalmente il vaccino, novello messia! Tutto bene quel che finisce bene: potremo tornare ad abbracciarci, buttare le mascherine, fare festa grande, viaggiare, ritornare in possesso della nostra libertà? Manco per niente! Perché del virus ci sono le faticose varianti: inglesi, bulgare, slovacche e sudafricane e chissà quante altre. Inoltre, i virologi di regime avvertono, non si potrà tornare alla vita normale perché, ancora non sanno se i vaccinati possano trasmettere l'infezione. «Quindi potrete farvi siringare come San Sebastiano - commenta Giorgio Bianchi - che tanto le segregazioni ci saranno lo stesso, di virus in virus, di variante in variante fino a che gran parte della popolazione non abbia più le risorse economiche per vivere senza l'elemosina del potere e soprattutto non abbia più il lavoro che è il presupposto della partecipazione politica». È dunque verosimile che a breve Conte parlerà a reti unificate per chiederci ulteriori sacrifici magari per salvare la Pasqua e gli italiani, molti dei quali innamorati delle chiusure (vuoi mettere quanto è comodo prendere lo stipendio senza andare al lavoro?), i più pietrificati e disorientati dalla campagna del terrore messa in campo dai media, accetteranno senza batter ciglio.

Se tutto questo fosse un film comico vanterebbe un record di incassi da fare far invidia ai cinepanettoni di Vanzina. Quello che è certo è che la follia di questo periodo storico, ammesso che un giorno ne verremo fuori, sarà oggetto di studio nei secoli a venire.

Miriam Alborghetti



IL CAPITALISMO DEL CONTROLLO GLOBALE: IL LATO OSCURO DELL'ERA ELETTROMAGNETICA

DAI SELFIE AL 'DATISMO': IL MARKETING DELLA SORVEGLIANZA GLOBALE' CONSENTIREBBE AI BIG MONOPOLISTI DI DETENERE LA PIÙ GRANDE BANCA DATI DEL MONDO, CONTROLLARE TUTTO IL PIANETA DIGITALIZZATO E SOVRASTARE GOVERNI NAZIONALI

STOP 5G

6

Il lato oscuro dell'Era Elettromagnetica. Nessuno si è opposto per fermarli. Con la scusa della fruibilità gratuita in nome del progresso globale, non ci hanno neppure chiesto l'autorizzazione. E così, indisturbati, a colpi di sorridenti selfie i monopolisti della Silicon Valley ci hanno fregati: cambiato lo stile di vita occidentale, i nuovi 'padroni' del digitale si sono impossessati del nostro tempo, stralciando privacy e diritti d'autore in ambito editoriale, musicale e cinematografico. Mercato sul lastrico, lo scippo si paga: "Ogni volta che guardate un video musicale oppure leggete un articolo o una classifica su internet finite per contribuire a questo meccanismo. Ma il ruolo di coloro che stanno al vertice dei processi decisionali che modellano internet va ben oltre: è importante capire in quale civiltà ci troviamo a vivere".

Lo sostiene Jonathan Taplin (collaborò con Scorsese organizzando tour di Bob Dylan, ora dirige il laboratorio d'innovazione dell'Università nel Sud California) nel libro "I Nuovi Sovrani del Nostro Tempo, Amazon Google Facebook. Cosa vogliono? Vanno fermati?" in uscita per le edizioni Macro, una denuncia al capitalismo di 'controllo'

della plutocrazia multinazionale del Web, abdicato il 'Rinascimento digitale' dell'originaria (e bonaria) decentralizzazione di Internet, mutata in un diabolico pericolo per l'assetto democratico.

Racconto "l'evolversi di una guerra culturale che vede schierati un pugno di miliardari libertari che hanno portato nelle vostre case Google, Amazon e Facebook". Ignare le dinamiche degli algoritmi dietro la scelta di pubblicità personalizzate e menù imposti da Google e Amazon, Facebook avrebbe puntato sull'illusoria vanità delle 'persone comuni', allegramente auto-censitesi nel quotidiano in cambio di una fasulla vetrina di pubblica visibilità, col subdolo intento di generare la più grande piattaforma di controllo sociale mai registrata nella storia, tanto che solo nel 2015 il più cliccato motore di ricerca (invisibilmente custode della cronologia delle nostre navigazioni on-line) è stato investito da 560 milioni di avvisi per rimuovere contenuti: inconsapevoli, stiamo subendo una grande truffa? Se sì, quale?

"Quello che dobbiamo comprendere - scrive l'autore - è che gli uomini che sono alla guida di aziende come Google, Facebook e Amazon non sono altro che la punta di un iceberg che riguarda un



progetto di lungo termine per trasformare il nostro mondo". L'infido progetto si chiamerebbe 'datismo', una sorta di 'marketing della sorveglianza globale', un avanzatissimo panopticon come processo di assemblaggio di dati biometrici che, associati ad un calcolo informatico, consentirebbe ai Big monopolisti di detenere la più grande banca dati del mondo, controllando capillarmente tutto il pianeta digitalizzato, sovrastate istituzioni, governi nazionali e organi di pubblica sicurezza, complice una deregolamentazione normativo-fiscale da selvaggio West che, ogni anno, toglierebbe persino 50 miliardi di dollari ad artisti, editori, scrittori e musicisti, defraudati dei diritti d'ingegno (ad ogni artista nel 2012 Spotify ha versato la pochezza di 0,0048\$ a canzone 'visualizzata').

Monitorati in modalità cumulativa e permanente i 'sempre connessi', lo sfruttamento arbitrario di regole precarie sarebbe l'arma in pugno della sovranità tecno-determinista della Silicon Valley: "nessuno ha mai avuto la possibilità di esprimere la propria opinione sui processi decisionali che hanno reso la Rete ciò che è oggi - chiosa Taplin - tali decisioni sono state prese da alcuni ingegneri informatici e produttori esecutivi di idee libertarie - impiegati presso Google, Facebook e Amazon (e qualche altra compagnia) - e imposte al grande pubblico senza alcun controllo di regolamentazione".

Per capirne di più sul nostro futuro tecnologico, il libro si presta da bussola di auto-aiuto per smascherare depistaggi, altarini e referenti 'illuminati', una guida per quanti desiderano orientarsi con meno superficialità e maggiore scaltrezza nei meandri del Grande Groviglio Globalizzato, messo a nudo il lato oscuro dei nuovi magnati dell'Era Elettromagnetica... per non morire tutti di selfie nella morsa 'datista', avvelenati da un'artificiosa fama virtuale che genera potere nelle mani dei (nuovi) soliti noti (in posizione dominante)!

Infissi 2000

Di Villella Giuliano

FABBRICA DI INFISSI IN ALLUMINIO



VETRATE
PANORAMICHE



FINESTRE
IN PVC
ED ALLUMINIO



SERRATURE
E PORTE
BLINDATE



LAVORAZIONI
IN FERRO
(Persiane, grate,
combinato, ecc)



TENDE DA SOLE
ZANZARIERE
DI OGNI TIPO

SERRAMENTI IN PVC ED ALLUMINIO
DI NOSTRA PRODUZIONE.

CERTIFICAZIONE INFISSI PER DETRAZIONE FISCALE

PREVENTIVI E SOPRALLUOGHI GRATUITI
INFISSI SU MISURA A PORTAR VIA

Via della Piscina, 8 - Cerveteri (Loc. Due Casette)
Tel/Fax 06 99 02 751 - villelagiuliano@tiscali.it
Cell. 339 61 84 947 - 329 78 70 446
www.infissi2000sas.it



VACCINI: “L’APPROCCIO AUTORITARIO È CONTROPRODUCENTE”

L’EPIDEMIOLOGA SARA GANDINI, TRA LE “TOP ITALIAN WOMEN SCIENTISTS”, DICE NO A FORME COERCITIVE DI VACCINAZIONE: “SAREBBE OFFENSIVO E INGIUSTO”

Soffiano minacciosi i venti dell’obbligo vaccinale. A tifare per una deriva dispotica sanitaria con annessa caccia alle streghe e TSO di massa una fitta schiera di influencer di regime: vip e vippetti, virologi di avanspettacolo, politici di ogni schieramento, e manco a dirlo, giornalisti.

Ma c’è chi la pensa molto diversamente: tra questi l’epidemiologa e biostatistica Sara Gandini, direttrice dell’unità Molecular and Pharmaco-Epidemiology presso il dipartimento di Oncologia sperimentale dello IEO (l’Istituto Europeo di Oncologia di Milano), docente dell’European School of Molecular Medicine e professoressa di statistica medica presso l’Università Statale di Milano. Gandini, occorre sottolinearlo, non è una ricercatrice qualunque, bensì è in cima alla lista delle della top italian women scientists, vantando un h-index di tutto riguardo, di gran lunga superiore a quello di Buorioni, Galli, e Capua tanto per citare alcuni dei virologi più noti.

«Alcuni esperti si appellano all’obbligo vaccinale in un momento in cui non sappiamo nemmeno se ci sarà il vaccino per tutti» afferma Gandini. E aggiunge: «L’obbligo vaccinale nasce da una visione misera della cittadinanza rappresentata nuovamente come irresponsabile, egoista e incapace di capire, per cui si renderebbe necessaria una impostazione autoritaria della crisi sanitaria».

Sara Gandini, badate bene, non è affatto una no vax. Anzi potremmo definirla una “accanita” sostenitrice della vaccinazione di massa. Ed è lei stessa a sottolinearlo: «Ci tengo a ribadire che sono favorevole

al vaccino e assolutamente contraria all’obbligo vaccinale. Come scienziata e intellettuale sono per la scienza intesa come arte del dubbio e del confronto. Sono per studiare, informare, spiegare con onestà intellettuale». La convinzione della scienziata è che la relazione tra cittadini e stato debba fondarsi sulla fiducia e chi governa in primis deve guadagnarsi la credibilità necessaria a governare: «Non si può pretendere in modo autoritario obbedienza quando la situazione in cui siamo è dettata principalmente da decenni di tagli alla sanità, alla ricerca scientifica e alla prevenzione. Se siamo in questa crisi non è a causa dei cittadini irresponsabili, se siamo alla seconda ondata e abbiamo ancora il record dei decessi non è solo a causa di un virus che non conosciamo. In Germania hanno fatto un paio di settimane di lockdown in un anno mantenendo la mortalità molto più bassa che nel resto d’Europa». La dottoressa quindi esorta il Governo a lavorare per informare e per garantire l’accesso alle cure e al vaccino a tutti, e raccomanda che gli scienziati e i giornalisti scientifici svolgano il loro dovere di informazione corretta.

«Se questo accade – conclude Sara Gandini – i cittadini si comporteranno di conseguenza senza alcun bisogno di imporre obblighi insensati, perché ne verrà a guadagno di tutti anche delle persone più egoiste. Che si dia il buon esempio e lavoriamo tutti insieme per guadagnare autorevolezza, perché un approccio autoritario è controproducente, oltre che offensivo e ingiusto nei confronti dei cittadini».



LA VOSTRA
REALTÀ IMMOBILIARE **30** ANNI
DA OLTRE

Immobiliare **Ciavarella**

www.immobiliareciavarella.com



LADISPOLI CERRETO
COMPLETAMENTE INDIPENDENTE
APPARTAMENTO PIANO TERRA
DI 85 MQ
AMPIO SALONE CON CAMINO,
CUCINA A VISTA, CAMERA DA
LETTO, CAMERETTA, BAGNO
E RIPOSTIGLIO
€ 99.000,00
Classe Energetica G



LADISPOLI - LUNGOMARE
IN PICCOLA PALAZZINA SENZA
CONDOMINIO
PRIMO ED ULTIMO PIANO
BILOCALE TOTALMENTE RISTRUTTURATO
MERAVIGLIOSA POSIZIONE A 50
MT DALLA SPIAGGIA- TERRAZZO DI
COPERTURA CON AFFACCIO SUL MARE
DOPPIO POSTO AUTO COPERTO
€ 135.000,00 TRATTABILI
Classe Energetica G



LADISPOLI - DOMITILLA
PIANO TERRA TOTALMENTE
RISTRUTTURATO
AMPIO SALONE CON CUCINA A
VISTA, DUE CAMERE DA LETTO,
BAGNO, GIARDINO ANGOLARE
CURATISSIMO DI 150 MQ
TERMOAUTONOMO
IN PERFETTO STATO
€ 154.000,00 TRATTABILI
Classe Energetica G



LADISPOLI - DOMITILLA
ABITAZIONE SENZA CONDOMINIO
PIANO TERRA DI AMPIA
METRATURA, GRANDE SALONE,
CUCINA A VISTA IN MURATURA,
DUE CAMERE DA LETTO,
CAMERETTA, BAGNO, GIARDINO E
TERRAZZO DI COPERTURA DI 100 MQ
POSTO AUTO INTERNO
€ 159.000,00
Classe Energetica G



LADISPOLI - PIENO CENTRO
ATTICO CON VISTA
PANORAMICA SUL MARE
TOTALMENTE RISTRUTTURATO
SOGGIORNO CON CUCINA A VISTA,
DUE GRANDI CAMERE DA LETTO,
BAGNO, RIPOSTIGLIO,
DUE COMODI BALCONI ABITABILI
€ 165.000,00 TRATTABILI
Classe Energetica G



LADISPOLI - DOMITILLA
VILLA BILIVELLI RISTRUTTURATA
SALONE, CUCINA ABITABILE,
3 CAMERE, DOPPI SERVIZI,
TERRAZZO
GRANDE GIARDINO ANGOLARE
CON POSTI AUTO INTERNI
€ 210.000,00
Classe Energetica G



LADISPOLI
IN COMPLESSO RESIDENZIALE
DI NUOVA COSTRUZIONE
VILLA BILIVELLI DI AMPIA
METRATURA - SALA HOBBY
TOTALMENTE INDIPENDENTE
GIARDINO DI 300 MQ CON POSTI
AUTO INTERNI
CONTESTO SIGNORILE
€ 255.000,00 TRATTABILI
Classe Energetica G



LADISPOLI
OLMETTO-MONTERONI
IN POSIZIONE STRATEGICA
PIANEGGIANTE,
CONFINANTE CON SS. AURELIA
TERRENO DI 2.500 MQ CON AMPIA
VISIBILITÀ SU STRADA
IN ZONA DI PROSSIMA EDIFICABILITÀ
€ 80.000,00 TRATTABILI

CONTATTACI PER LA VALUTAZIONE GRATUITA DEL TUO IMMOBILE

VIA LADISLAO ODESCALCHI, 109 - LADISPOLI (RM)

TEL: 06 99 13 797 - 349 66 33 199 - immobiliareciavarella@alice.it

RIENTRO A SCUOLA IN PRESENZA SÌ, NO, FORSE....

È NECESSARIO RIPARTIRE IN SICUREZZA E,
ALLO STATO ATTUALE, LA SITUAZIONE NON SEMBRA ESSERE TALE

Diciamo pure che ciò che andava fatto per consentire ai ragazzi di frequentare la scuola in presenza non è stato fatto. Durante l'estate tantomeno in questi mesi di DAD per gli studenti delle scuole superiori, che da settembre studiano da casa. Era necessario investire sui trasporti e nell'edilizia per garantire sicurezza a docenti e lavoratori ATA che oggi hanno paura di rientrare. La ministra Azzolina ha proposto e "promesso" il ritorno in aula per gennaio, cosa pensano i protagonisti?

Il 2 gennaio 2021 si è svolta una riunione convocata dal Direttore dell'USR Lazio Dott. Rocco Pinneri e le OO.SS. della Dirigenza Scolastica alla quale erano presenti l'Assessore all'istruzione della Regione Lazio Claudio Di Bernardino e l'Ing. Nicola Passanisi dell'Assessorato ai Trasporti della Regione Lazio. Assente l'Assessore alla Sanità. Il punto di vista di tutti i rappresentanti delle OO.SS. è stato molto chiaro: **"è necessario ripartire in sicurezza e, allo stato attuale, la situazione non sembra essere tale"**, soprattutto alla luce del rapporto tra test e contagi rilevati, in continuo aumento. Lo **Snals-Confsal** ha evidenziato che in questo momento non ci sono le condizioni minime per ripartire con la scuola in presenza e in sicurezza, che non si hanno dati certi sul monitoraggio dell'andamento dei contagi in seguito ai provvedimenti adottati durante le vacanze natalizie e che per passare dal 50% al 75% servirebbero almeno due settimane per

monitorare le conseguenze di detti provvedimenti. È stato anche chiesto di fare **rientrare gli studenti in un unico turno**, onde evitare difficoltà di organizzazione del personale docente e ATA, ad oggi ancora non completamente nominato. "In linea con quanto sostenuto dal Segretario Generale SNALS-Confsal Elvira Serafini, abbiamo chiesto che le autorità competenti si attivino per garantire di anticipare la vaccinazione di tutto il personale scolastico. Secondo lo Snals-Confsal si sarebbe potuto organizzare il rientro in presenza con maggiore gradualità, cominciando con il 25% in presenza e dopo 2/3 settimane, avendo monitorato l'andamento dei contagi, passare eventualmente al 50% e così via fino al 100%" ribadiscono.

Le criticità evidenziate durante l'incontro sono: difficoltà nell'organizzazione degli orari considerando le due entrate alle 8.00 e alle 10.00 proposte per gli studenti delle Scuole secondarie di 2° grado; difficoltà nella formazione dell'orario, necessariamente da rimodulare, per i docenti che insegnano in più scuole; difficoltà per una serie di aspetti tecnico-logistici che coinvolgono gli studenti: impegno in orari eccessivamente dilatati, difficoltà per quanto concerne le opportunità di consumare il pranzo, difficoltà dovute all'effettiva mancanza di tempo per studiare; difficoltà per il personale ATA in relazione al pendolarismo e alla necessità di copertura delle ore lavorative, incluso il pagamento degli straordinari;



E' stato quindi proposto il cambiamento di percentuale in riferimento alle ore d'ingresso (60% alle 8.00 e 40% alle 10.00); la riduzione delle ore di lezione ai sensi della circolare n. 243 del 1979 recepita dall'art. 28 del CCNL vigente; una maggiore attenzione per quanto riguarda l'aspetto sanitario in favore degli operatori scolastici facilitando per gli stessi le possibilità di test e le operazioni relative alla vaccinazione anti Covid-19. Il Direttore dell'USR Lazio ha confermato la possibilità della riduzione oraria senza recupero di cui all'art. 28 del CCNL della quale a breve ne darà notizia.

L'assessore Di Bernardino ha ribadito l'intenzione della Regione Lazio di interagire con tutti i prefetti delle province laziali per quanto concerne il piano dei **trasporti pubblici**, già concordato. Ha inoltre informato i presenti che i nuovi orari dei mezzi di trasporto, in possesso delle prefetture già dal 30 dicembre u.s., sono stati comunicati all'USR Lazio. Il Direttore Pinneri li comunicherà alle Istituzioni Scolastiche a stretto giro. A fine seduta l'Ing. Passanisi, dopo aver operato un raccordo tra compagnie di trasporto e prefetture, conferma che per il Lazio sarà possibile variare la percentuale di ingresso al 60% in 1^a ora e al 40% in 2^a ora.

Nonostante le rassicurazioni, si teme il ripetersi del balletto tra chiusure e riaperture, come è già successo nei mesi di settembre e ottobre.



**NORCINERIA PRODUZIONE PROPRIA
CARNI UMBRO VITERBESI- MACELLERIA
GASTRONOMIA - PRONTI A CUOCERE**



 Ferrri Carni

VIA SERGIO ANGELUCCI, 5 - CERENOVA

paolofrancesco@inwind.it - Tel/Fax 06 9904388



L'UMANITÀ NON VA IN LOCKDOWN

**VOCI DAL TERRITORIO: "MIA MADRE HA AVUTO IL COVID,
LA CATENA DI ASSISTENZA È STATA IMPECCABILE"**

Territorio

12

«Noi possiamo garantire, e lo abbiamo toccato con mano, che l'affetto e la solidarietà sono molto più contagiosi del Covid».

Parliamo degli operatori sanitari della Asl RM 4 che da mesi assistono le persone che hanno contratto il virus Covid-19. Uomini e donne di tutte le età che si trovano in casa da sole ad affrontare paura e malattia. Dall'esito positivo del tampone, ai primi sintomi e per tutto il decorso dell'influenza, fino alla liberatoria risposta negativa del test passa circa un mese durante il quale il protocollo sanitario nazionale prevede assistenza telefonica ed esami a domicilio, ma ciò che arriva a casa - raccontano gli assistiti - è molto di più. Riportando la testimonianza di Stefania, raccontiamo l'esperienza di tanti altri che da questa brutta esperienza sono usciti guariti e grati per il sostegno ricevuto.

"Da circa un mese ci troviamo anche noi, come purtroppo molte altre famiglie, a fare i conti con il covid; ma siccome sono i dettagli che fanno la differenza, vorremmo condividere i nostri dettagli che, in situazioni come queste, diventano PERNI ESSENZIALI di un meccanismo che si scatena in

modo travolgente.

In tutti questi giorni ci siamo trovati davanti all'altra faccia della medaglia: iniziando dal medico di base e dalla signora della ASL che ci ha assistito, che sono stati sempre presenti ed efficaci sia dal punto di vista medico, sia psicologico, sia umano, senza tener conto di giorni feriali o festivi o di orari di servizio. Grazie a loro, si è innescato una catena di assistenza impeccabile; gli operatori del 118, il direttore della ASL RM4 e le infermiere che oltre al loro prezioso aiuto medico, dietro i loro dispositivi di protezione, ci hanno mostrato tutta la loro umanità e disponibilità. Si sente spesso dire che il coronavirus ci sta allontanando sempre di più gli uni dagli altri. Noi possiamo garantire, e lo abbiamo toccato con mano, che l'affetto e la solidarietà sono molto più contagiosi del virus. Sicuramente senza il Loro aiuto le cose sarebbero andate diversamente".

Avere una persona cara ammalata e non poterle stare vicino è un altro aspetto terribile di questa malattia, per questo motivo si prova un profondo sentimento di gratitudine verso chi alla competenza affianca comprensione.

PNEUS CAR di Giacobbe **CENTRO REVISIONI**

CARROZZERIA - SOSTITUZIONE BOMBOLE GPL - SOCCORSO STRADALE H24

SOSTITUIRE LA BOMBOLA GPL
**NON È PIÙ
UN PROBLEMA**

CHIAMA PER UN PREVENTIVO



AZZERA OGNI RISCHIO >>>
DI CONTAMINAZIONE

**SANIFICA
LA TUA AUTO**

**CHIAMACI
AL 06.99551289**



ORARIO APERTURA: LUN - VEN 08:30/13:00 - 15:00/19:00 | SABATO 08:30/13:00 - 15:00/17:30

CERVETERI (RM) VIA FONTANA MORELLA, 66/B - TEL./FAX 06/99551289

MOBILE 339.3687944



SOCCORSO STRADALE H24



MA NUMEROSI SENZATETTO POTREBBERO DISERTARE L'APPUNTAMENTO NEL CENTRO CARITAS DELLA DIOCESI

L'Asl di Rm 4 lo ha confermato: i clochard di Ladispoli verranno individuati per essere sottoposti al vaccino antinfluenzale. Sabato 9 gennaio potrebbero essere già radunati presso il centro Caritas diocesano di via Fermi, nel quartiere Caere Vetus. Non si conosce esattamente il numero delle persone che vivono ai margini della società, né se tutti siano convinti di accettare la fiala. E di quanto siano scettici i senza fissa dimora lo ha testimoniato Massimo Magnano, medico dell'Asl. «Solitamente sono diffidenti e quindi non sarà facile. In quel giorno cercheremo anche di fare prevenzione spiegandolo loro quello che sta accadendo. È un progetto questo portato avanti con la comunità di Sant'Egidio». La prima fase per l'Asl sarà quella quindi di procedere con l'antinfluenzale per arrivare in futuro, probabilmente non lontano, a somministrare il vaccino anti-Covid 19. Ma i senzاتetto si opporranno? Spesso e volentieri chi si occupa di loro, soprattutto i volontari delle associazioni del territorio, ha raccontato che rifiutano persino un ricovero quando sono malati o portati in ospedale in seguito ad una caduta accidentale. Ecco perché dopo la chiamata dell'Asl non tutti potrebbero presentarsi. Ci sono poi altri aspetti da considerare. Esempio, attualmente dove vivono? La situazione è di vera emergenza a Ladispoli, città nel corso degli anni ha contato numerose vittime nel mondo degli "invisibili". E presto verranno adottate anche contromisure nei confronti di chi vive in un magazzino sotto al cavalcaferrovia di viale Europa. Un sito non idoneo sotto il profilo dell'igiene utilizzato però da anni come baraccopoli. L'incendio doloso dei container avvenuto il mese scorso ha riacceso i fari sul degrado. «Lo ribadisco ancora – ribadisce il sindaco Grando – c'è poco da dire, per una questione di sicurezza dovranno essere sgomberati». Poi c'è il gruppo di cittadini dell'Est Europa che ha provato per alcune sere ad "alloggiare" nella sala d'aspetto della stazione ferroviaria solo che Rfi è intervenuta, su

richiesta dell'amministrazione comunale, chiudendo l'ingresso dalle 22. Altri senza fissa dimora vivono attualmente sulle sponde dei torrenti Vaccina e Sanguinara. Uno di loro, polacco 50enne, ha rischiato di essere travolto dalla piena alcune settimane fa ed è stato salvato da alcuni volontari e dalla Protezione civile La Fenice. Prima di Natale un cadavere era stato scoperto sotto al Municipio. Era il corpo senza vita di un indiano 45enne senza fissa dimora deceduto molto probabilmente per cause naturali. Sulla dinamica sono al lavoro i carabinieri della stazione locale intervenuti tra via Cupello e piazza Falcone assieme ai militari della compagnia di Civitavecchia e al reparto della scientifica. Qualcuno si era già accorto della presenza di quel clochard steso a terra vicino ad una bicicletta. A fianco un borsone, una coperta e anche un break di vino. Per questo si era pensato ad un uomo sbandato, come ce ne sono tanti in città sdraiati sulle panchine dei giardini, appoggiati alle scalette del sottopasso alla stazione o rifugiati nei prefabbricati abbandonati. Insomma nonostante il via vai di politici, impiegati comunali e cittadini nessuno aveva immaginato alla tragedia. Invece il cuore di Manjit Singh, questo il suo nome, si era fermato forse già qualche ora prima dell'allerta lanciato al 112. Al momento l'unica certezza per coloro i quali vivono nella società in modo precario è la Caritas, che svolge attività nel proprio centro di via Fermi offrendo loro un pranzo, coperte per la notte e la possibilità in alcuni giorni di potersi fare una doccia. «Purtroppo a Ladispoli lo scenario è angoscioso – ammette Enzo Crialesi, responsabile ufficio Migrantes della diocesi di Porto Santa Rufina – e preoccupa soprattutto il periodo per l'irrigidirsi delle temperature. Spesso si allaga anche il magazzino della Caritas. Occorrerebbero interventi mirati». E ora quel centro potrebbe trasformarsi in una sorta di poliambulatorio per le vaccinazioni ai clochard. Sempre che si presentino all'appuntamento.



LE CASETTE DELL'ACQUA PUBBLICA DI LADISPOLI

Ma le casette dell'acqua nel comune di Ladispoli quando verranno ripristinate?

Sono tanti i fruitori del servizio, fermo da oltre 3 mesi, che rappresenta, in tempi di disagio economico, una fonte di risparmio indispensabile.

"Erano, in base ai consumi degli anni precedenti, più di settecentomila le bottiglie di plastica non utilizzate grazie all'approvvigionamento diretto dei cittadini presso le casette dell'acqua pubblica", così Pd Ladispoli, attento all'Ambiente. Senza contare l'aspetto sicurezza, oramai l'acqua è tornata potabile - da ordinanza - ma si aspetta (e spera) notizia in merito alla natura delle contaminazioni ed i provvedimenti presi l'anno scorso. Confidiamo nell'efficienza del gestore. Visto il periodo troviamo utile condividere il numero per le segnalazioni guasti fornito da Flavia Servizi

DA UTILIZZARE SOLO ED ESCLUSIVAMENTE PER COMUNICAZIONI ED INTERVENTI URGENTI DA EFFETTUARE SU ACQUEDOTTO E SULLA RETE FOGNARIA del Comune di Ladispoli. Reperibilità telefonica attiva 24 ore su 24, tutti i giorni. In caso di tale necessità, il numero telefonico da contattare è: 335.73.28.128

AREA GIOCHI A LARGO DEL VERROCCHIO GRANDI NOVITÀ A PALO LAZIALE

Dopo i lavori di ri-asfaltatura e di piantumazione di alberature di leccio, stanno per partire i lavori di sistemazione dell'area giochi. Ad annunciarlo è l'assessore ai lavori pubblici, Veronica De Santis: "In questo modo, anche nel quartiere Palo laziale arriverà uno spazio a misura di bimbo. L'impegno dell'Amministrazione comunale è quello di rendere la nostra Ladispoli accessibile, riqualificata e sicura per tutte le fasce di età e crediamo fortemente che, concentrandoci sulle aree verdi, si possa avviare un percorso di rilancio dei quartieri".

METALVETRO

di Luigi Bonifazi

Infissi in PVC



SCHÜCO 100%

Infissi in Alluminio • Grate e Persiane blindate
Ringhiere e Cancelli • Avvolgibili
Tende da Sole e Cristal
Zanzariere la "Palagina", Italiane al 100%
Vetrieria e Cornici
Vetrare in cristallo a pacchetto
Box doccia su misura

Ladispoli - Via Venezia, 5/A

Tel. 06 99222243

bonifazi4@libero.it - 338.8943790



Leonardo Fioravanti

Nel riquadro:
Emanuele Spada

I CAMPIONI CHE SOGNANO TOKYO

NEL SURF LEONARDO FIORAVANTI È GIÀ LEGGENDA. SARA MRZYGOLD VA FORTE IN CANOA MA OCCHIO ANCHE A GIORGIO MINISINI E EMANUELE SPADA

Ci sono degli astri nascenti che aspettano la consacrazione in questo 2021, con la speranza di mettersi da parte le ansie di quest'epoca dannata. Sono cresciuti a Ladispoli e Cerveteri ma le loro imprese sportive hanno varcato da tempo i confini nazionali. Tant'è che nulla impedisce loro di sognare le Olimpiadi di Tokyo. A partire da Leonardo Fioravanti, surfista di caratura mondiale, cresciuto a Cerveteri dove all'età di soli 6 anni era già sulla sua tavola a Campo di Mare, seguito dall'istruttore Paolo Bini. E dopo aver battuto l'australiano Mikey Wright in un duello all'ultima onda, assicurandosi per l'altro l'ingresso nella top 34 della World Surf League, il 23enne che difende i colori azzurri ha arricchito il suo palmares con un quinto posto alle Hawaii nella cinquantesima edizione della "Billabong Pipe Masters", altro evento di prestigio. Leo è arrivato fino ai quarti di finale uscito sconfitto contro il padrone di casa: il 28enne John John Florence, il vincitore assoluto del Championship Tour. Sulla sua pagina Facebook puntualmente pubblica foto e video delle "cavalcate" sulle onde giganti dell'oceano commentando pure allenamenti e gare e dando l'appuntamento al giorno successivo per nuove emozioni. O anche attraverso il suo canale Youtube "Leonardo Fioravanti". Il giovane sa bene che è ad un passo dal diventare leggenda. Mai un surfista italiano è arrivato a tali livelli sfruttando anche la possibilità dell'apertura dei Giochi Olimpici a questa

disciplina sportiva. Il Giappone potrebbe essere l'occasione perfetta e Fioravanti si giocherà tutte le fiches a maggio in El Salvador per staccare il biglietto per Tokyo. Da un asso all'altro. Sara Mrzygold è di Ladispoli ed è campionessa italiana under 23. Ha ricevuto recentemente una canoa personalizzata. Il Reale Circolo Canottieri Tevere Remo, guidato da Daniele Masala, non uno qualsiasi, ma vincitore delle Olimpiadi '84 di Los Angeles nel pentathlon moderno, ha pensato alla 20enne che punta dritta alla meta. Vogata dopo vogata, instancabile, si allena cinque ore al giorno, tranne la domenica, per presentarsi nelle migliori condizioni possibili in vista delle prossime competizioni. «Il varo di ogni nuova imbarcazione – è il messaggio di Masala rivolto alla giovane – è come un seme gettato, in questo caso, nel Tevere per raccogliere frutti sportivi e di crescita umana».

E lei, prima assoluta nei 5.000 metri in k1, con all'attivo anche 9 medaglie nazionali e 50 regionali, non ha potuto che accogliere questo regalo. «Sono felice – risponde Sara Mrzygold – anche perché ad aprile 2021 non manca poi così tanto e devo mettermi sotto per confrontarmi con le più brave della Penisola. Quindi c'è molta strada da fare». Umile, riservata, ama la canoa così tanto che forse ci dormirebbe anche dentro. «È la mia vita – confida l'atleta – che posso farci, non riesco davvero a farne a meno. Se spero di arrivare a Tokyo? Non devo fallire le selezioni



Giorgio Minisini e Manila Flamini



Sara Mrzygold


in primavera sperando questa pandemia non faccia slittare ancora una volta i Giochi Olimpici. Sarebbe un sogno per me difendere i colori azzurri».

E andiamo al nuoto. Un'emozione unica per Emanuele Spada all'esordio tra i big del nuoto negli assoluti nazionali. Alla fine chiude sesto con 1'51"88, un tempo leggermente inferiore a quell'1'51"39 che lo aveva consacrato lo scorso settembre a Roma nel prestigioso trofeo Settecolli. Ma è comunque un'ottima gara del 20enne ladispolano che ora punterà ai campionati primaverili di marzo 2021 validi per il pass di Tokyo. I familiari, la sua fidanzata e tutti gli amici sono rimasti incollati alla tv l'altro per seguire la finale dei 200 stile libero andata in onda su Rai Sport. «Mi sono venuti i brividi – ammette Spada – quando dall'altoparlante è uscito il mio nome. Per la prima volta mi sono confrontato con atleti di una certa caratura». Tesserato con l'Esercito, il campione svela un retroscena. «Quando ho saputo che avrei dovuto gareggiare contro Pippo Magnini – racconta il ladispolano - ho pensato che stavo ancora sognando. Poi invece si è ritirato disputando solo i 100 metri. È un grandissimo, ancora a lottare nonostante i suoi 38 anni». E poi c'è lui, un altro che non ha bisogno di presentazioni, anzi. Giorgio Minisini vuole le Olimpiadi. Lui che per l'Italia di nuoto sincronizzato aveva riscritto la storia con i bronzi mondiali del duo misto tecnico a Kazan gareggiando con Manila Flamini e nel duo misto libero con Mariangela Perrupato. Giorgio, cresciuto a Ladispoli, vanta oro ai mondiali di Budapest del 2017 e un argento due anni dopo a Gwangju.



CONSEGNA A DOMICILIO TUTTI I GIORNI
DALLE 17 ALLE 22

VIA GLASGOW, 58 LADISPOLI TEL. 06.99144828

 UN PEZZO DI RUSTICA

IL GIALLO DELLE CASE POPOLARI A LADISPOLI

DISABILE, DA 16 ANNI IN ATTESA DI UNA CASA POPOLARE CHE OGGI POTREBBE NON SPETTARGLI PIÙ

"E se finalmente mio padre potrà prendere l'ascensore è solo grazie a noi e a chi ha dato una mano. E tra questi non ci siete Voi che dovrete tutelare un vostro cittadino".

Parole rivolte al sindaco Alessandro Grando da Veronica, cittadina di Ladispoli in seria difficoltà. Suo padre è disabile e fino a poco tempo fa, prigioniero al terzo piano di una palazzina senza ascensore, non idonea alle sue condizioni di salute. Vive in casa della figlia in una stanza senza riscaldamenti né spazio sufficiente per muoversi con il carrellino di cui necessita per camminare. L'uomo è in lista d'attesa per una casa popolare da oltre 16 anni, da quando ha subito il primo intervento a cuore aperto.

Nel tempo il suo stato di salute è peggiorato, la bombola dell'ossigeno nella piccola stanza alloggia accanto a quella del gas della stufa, suscitando preoccupazione in Veronica. Lo sfogo della figlia arriva ai media, dove la donna racconta di come sia riuscita finalmente, con le sue forze a far installare l'ascensore nella palazzina, indispensabile per il trasporto delle bombole d'ossigeno al terzo piano.

Vivono in 6 nel piccolo appartamento: lei, il marito con il figlio in una stanza, l'altro vano accoglie i genitori ed il fratello.

Quando si è rivolta ai servizi sociali di Ladispoli per sollecitare la necessità di una casa idonea alle condizioni del padre (35esimo in graduatoria) è venuta a sapere che, avendo lei in questi 16 anni acquistato il piccolo appartamento dove vive e ospita i genitori, questi non avrebbero più neanche diritto alla casa popolare.

Una storia triste, esempio di come i parametri necessari a regolamentare l'assegnazione di case, sostegni o bonus che siano, spesso generino ingiustizie. Persone che vivono al limite del dignitoso restano escluse mentre, agendo con furbizia si riesce ad ottenere ciò che non necessita e spetta.

«Mi è stato riconosciuto un contributo - racconta Veronica - di 400 euro a fronte dei 1400 euro richiesti come saldo per l'installazione dell'ascensore nella palazzina. Avevo solo 3000 e per la differenza mi sono rivolta ai servizi sociali, che hanno concesso il contributo straordinario».

Case popolari a Ladispoli.

L'amministrazione comunale annunciò poco dopo l'insediamento, la "pulizia" dei non aventi diritto. Era marzo 2019 quando veniva comunicato che "L'amministrazione comunale sta continuando i controlli all'interno della case popolari di Ladispoli per verificare che gli inquilini



Ex Alberghiero Ph I.M.

abbiano i requisiti previsti dalla legge. Dall'insediamento dell'amministrazione sono stati già sgomberati quattro appartamenti dove risiedevano persone prive dei requisiti.

Le case sono state già riassegnate agli aventi diritto. Chiariamo ai cittadini di Ladispoli che la futura nuova graduatoria sarà stilata con l'obiettivo di avere un elenco completo degli aventi diritto alla casa popolare quando saranno ultimati tutti i controlli nei complessi edilizi di via Sorrento, largo Livatino e viale Europa".

Qual'è stato l'esito finale dei controlli?

Di recente anche il consigliere comunale di Fratelli d'Italia, Giovanni Ardita si è pronunciato sul tema, in occasione della mozione "Case popolari prima agli Italiani" ha dichiarato: "Dopo più di 30 anni siamo pronti a realizzare 8 nuovi alloggi popolari, dovremmo fare di più sicuramente, io auspico che situazioni come l'immobile di via Ancona ex istituto di ragioneria e Alberghiero e altri piani integrati prendano in considerazione oltre allo sviluppo dell'edilizia privata anche quella che è l'esigenza attuale socio economico lavorativa che vive l'Italia e di conseguenza Ladispoli, oggi più di prima vi è il bisogno di progettare e realizzare delle case popolari o Social Housing. Andiamo avanti sulla strada del Grando cambiamento portando avanti proposte progetti e idee nell'interesse della collettività e sempre coerenti ai valori della destra sociale".

Nel Comune in 16 anni una casa per il padre di Veronica non si è trovata.

Global Water Solution
di Daniele Posa

La Tua Sorgente
d'Acqua Pura
Trattata e Gassata



**SISTEMI PER USO
domestico**

OSMOSI NATURALE
MACCHINA SOTTOZOCOLO

EROGATORE D'ACQUA OSMOTIZZATA
LISCIA E FRIZZANTE A TEMPERATURA AMBIENTE



SISTEMI professionali

SOLUZIONI SU MISURA PER LA TUA ATTIVITÀ
RISTORANTI, BAR, UFFICI
SODASTREAM RICARICABILE



**SERVIZIO RICARICA
VUOTO PER PIENO**

Bombola:

Sodastream 450 gr (vuoto per pieno) €11.90

Sodastream 450 gr (senza vuoto) €21.90

Usa e Getta 600 gr €15

Ricaricabile 2 kg (vuoto per pieno) €20

Ricaricabile 4 kg (vuoto per pieno) €25



Tutte le bombole
trattano anidride
carbonica
alimentare
CO2 E290

È POSSIBILE RICHIEDERE IL SERVIZIO A DOMICILIO

FILTRI, RICAMBI, ASSISTENZA SU TUTTE LE MARCHE



Riparazioni in sede su impianti di tutte le marche,
si eseguono sopralluoghi e preventivi
senza impegno e/o obbligo d'acquisto.

LADISPOLI, VIA LIVORNO 27/D
www.globalwatersolution.it

☎ 339.3904634 - 349.5275373

✉ info@globalwatersolution.it

📍 Global Water Solution di Daniele Posa

DANIELA ALIBRANDI: “I MIEI PRIMI 10 ANNI DA SCRITTRICE”

Compie 10 anni Nessun Segno sulla Neve, l'esordio letterario di Daniela Alibrandi. Per l'occasione, l'autrice di numerosi best-seller, ci racconta un capitolo della sua vita che l'ha vista brillare nel mondo della letteratura. La cronaca di una bellissima avventura. Nel chiederle di definirsi in una frase, lei di se stessa dice: «La mia passione è la scrittura, e sento moltissimo l'importanza della famiglia».

Come sei diventata una scrittrice?

La mia vita, incentrata sulla famiglia e sulla carriera, per un infortunio si è improvvisamente fermata. Sapevo da tempo che la mia strada era un'altra,

è stata l'occasione per cominciare a scrivere il mio primo romanzo che nel 2010 ha dato il via a questa bellissima avventura.

Secondo te la scrittura può essere utile per razionalizzare i momenti più dolorosi dell'esistenza?

Fin da piccola mi sentivo una scrittrice, quando leggevo Piccole Donne mi identificavo nel ruolo di Jo, poi la vita frenetica che mi sono scelta mi ha distolto dal sogno fino a 10 anni fa. Sicuramente la scrittura aiuta ad alleviare il dolore conseguente a delle decisioni da prendere. Quando ho compreso che il mondo continuava a girare nonostante me,



Nessun Segno sulla Neve

18 dicembre 2010

Premio Circe 2013

Riedizione 2015 - **Edizioni Universo**

Pagine: 286

Un thriller psicologico, la cui trama inizia ai giorni nostri e porta a un avvenimento criminoso mai risolto, avvenuto nel 1968.

Una storia che sembrava dimenticata e sepolta, torna ad essere attuale per lui, ora brillante e stimato oncologo di mezza età, quando in caldo pomeriggio settembrino, si diverte a navigare in internet insieme al figlio.

Un viaggio interiore intriso di profonda nostalgia, ricordi e passione. Il romanzo offre un affresco fedele della vita italiana durante quegli avvenimenti sociali e politici che segnarono in maniera indelebile un'intera generazione.

mi sono abbandonata all'ispirazione, cominciando il mio primo grande successo, Nessun Segno sulla Neve, era il 18 dicembre 2010.

Come è nato questo tuo primo grande successo?

Con le prime frasi del libro, come un fiume in piena, incontenibile sono venuti fuori i personaggi, le storie che si intrecciano con le esperienze personali.

Qual'è il tuo romanzo preferito?

Il primo figlio! Nessun Segno sulla Neve

A distanza di 10 anni, confermi che è la scrittura la tua strada?

È stata una decisione drastica ma non sono pentita di essermi dedicata solamente alla passione per la scrittura.

L'ora migliore per scrivere?

Il tramonto, il momento nel quale ogni giorno muore a modo suo, come gli esseri umani. È l'ora in cui tiro le somme di ciò che ho provato e di quello che voglio fermare. Sarà che vivo in riva al mare, e lo spettacolo al tramonto è unico. È un momento tutto mio, il mio mondo dove nessuno può entrare. Comunque quando sono ispirata fuori può esserci il sole, la notte, chiunque. Nulla conta finché non ho concluso.

Cosa serve per essere uno scrittore?

Serve umiltà anzitutto e poi sincerità verso il lettore. Saper sviluppare una storia nella coerenza tra personaggi e ambientazione creata, dove empatia dei sentimenti, immedesimazione, finzione letteraria e autobiografia si fondono. Certo, nella mia attività di scrittrice è capitato che qualcuna di queste componenti abbia preso il sopravvento sulle altre.

È facile farsi venire un'idea?

Nella mia esperienza l'idea arriva sola, il personaggio arriva e lo seguo. Non sono io a crearlo. Non ho una tecnica, seguo d'impulso. C'è a chi piace scrivere e chi è uno scrittore.

Dal tuo primo libro, Nessun Segno sulla Neve, arriviamo all'ultimo, Viaggio a Vienna, di che si tratta?

Uscito in ottobre, è un libro introspettivo dove una donna si trova in uno stato di coma e viene sollecitata a ricordare, soprattutto il viaggio intrapreso a Vienna. Coinvolgente.

La tua vita può definirsi un romanzo?

Potrebbe essere vista come un romanzo, sono nata in Italia, ho vissuto in America, sono tornata, un bagaglio personale e professionale fitto, ma non scriverei mai la mia storia, sono riservata. In tutti i libri c'è qualcosa di me, in ogni personaggio condivido le mie emozioni.

Per il 2021 cosa ti auguri?

Dal 2020 ho avuto grandi soddisfazioni dal punto di vista letterario, tra cui 2 premi importanti, presenterò a breve un libro dedicato ai bambini, mi auguro di continuare così.

DALLA PENNA DI DANIELA ALIBRANDI DUE NUOVI CAPOLAVORI IN LIBRERIA



I Misteri del Vaso Etrusco

*Una storia
ai confini del noir*

€ 15.00



Nessun Segno sulla Neve

*Un crimine
mai risolto*

€ 15.00

ACQUISTABILI ONLINE

WWW.EDIZIONIUNIVERSO.IT





NUOVA ORDINANZA SINDACALE IN MATERIA DI RIFIUTI

SERVIZIO DI IGIENE URBANA: LA TABELLA DELLE VIOLAZIONI CON I RELATIVI IMPORTI. ORDINANZA N°58 DEL 30/12/2020

Il sindaco di Cerveteri Alessio Pascucci il 30 dicembre 2020 ha emesso una nuova ordinanza in materia di rifiuti, che introduce le sanzioni amministrative previste per tutte le violazioni alle norme comportamentali contenute in essa.

Una lunga lista con importi che variano da un minimo di 25 ad un massimo di 600 euro. Attenzione alle eccezioni: per la combustione di qualunque tipo di rifiuto (fatta salva applicazione specifiche norme di legge art 256 bis e ss Dlgs 152/2006) la multa arriva fino a 1.200,000 euro; smaltimento di "rifiuti speciali" e "rifiuti pericolosi" o animali morti per mezzo del normale

servizio di raccolta-smaltimento dei rifiuti urbani fino a € 1.000,000. Verbali non solo per azioni palesemente gravi, saranno punite anche abitudini apparentemente trascurabili come l'utilizzo di sacchi non trasparenti, per il quale la sanzione va da € 50 a € 500,00.

L'elenco completo è disponibile sul sito del Comune di Cerveteri. Tra le violazioni in elenco, crea malcontento e perplessità nei cittadini il mancato ritiro del proprio contenitore entro le 15 del giorno di raccolta, che prevede da un minimo di 25 a un massimo di 500 euro.

I DATI DELLA RACCOLTA RIFIUTI 2019

Anche quest'anno l'ISPRA svolge una eccezionale analisi e fornisce ai cittadini, ai tecnici delle ODV, agli amministratori comunali e regionali una serie di dati che devono avere una unica direzione: "la RD va spinta ma soprattutto dobbiamo spingere la qualità della raccolta differenziata ed investire in tecnologia per migliorare la performance" afferma l'Ing. Valeria Frittelloni.

L'analisi dei dati regionali conferma migliore regione il Veneto, ma la vera sorpresa positiva è la Sardegna. La Sardegna si classifica ben in seconda posizione al 73,3% di raccolta differenziata, ed è la migliore come performance negli ultimi 5 anni in quanto passa dal 53% al

73%, e nell'ultimo anno cresce il proprio impegno del 6%.

La vicina Umbria raggiunge una percentuale di raccolta differenziata del 66,1% - Abruzzo 62,7% - Toscana 60,2%

Il Lazio purtroppo raggiunge quota al 52,2% superando gli obiettivi del 2009, pertanto, confermando una crescita della RD ma che ci vede indietro di ben 10 anni!

Francesca Toto

Settore Tutela Ambientale del

Comitato per la Legalità e l'Anticorruzione ODV

Fonte: ISPRA - Rapporto Rifiuti Urbani Edizione 2020

UNA PIOGGIA

DI SCONTI

30% 50% 40%

RACCOLTORI
UFFICIO DA
CARDEA



50%
OCCHIO AL
PREZZO
1,29



BIPACCO

ACE
CANDEGGINA
CLASSICA
5 LT X 2

10
L

OCCHIO AL
PREZZO
3,88

PIANOLINI
PAMPERS
SOLE E LUNA
MISURE ASS.



27%
OCCHIO AL
PREZZO
2,79



MAURY'S
ACCAPPATOIO
TINTA UNITA

23%
OCCHIO AL
PREZZO
11,38

AZ DENTIFRICO
IDEA NATURA
ASS. 75 ML



23%
OCCHIO AL
PREZZO
0,59



PAMPERS
SALVIETTE
IMBEVUTE
44 PZ

30%
OCCHIO AL
PREZZO
0,69

LA FIERA DEL BIANCO

ALL'INTERNO DA PAGINA 8 A PAGINA 11

OGNI * 30 EURO DI SPESA
CON IL CONTRIBUTO DI **1** EURO RICEVERAI
UN ASCIUGAMANO COTONE 500 GSM
50x95 CM 4 ASS.

*SCONTRINO UNICO - SALVO ESAURIMENTO SCORTE



SI AVVISA LA GENTILE CLIENTELA CHE NON SARANNO VENDUTE A SINGOLI CLIENTI QUANTITÀ DI MERCE VISTOSAMENTE ECCEDENTI AL FABBISOGNO FAMILIARE.

CONFERMA DI ACQUISTO E LIMITATA A 3 PEZZI PER CODICE PER I REPARTI DETERGENTI, PROFUMERIA, PET E MONDUSO ED A 4 PEZZI PER CODICE PER TUTTI GLI ALTRI REPARTI. SALVO ESAURIMENTO SCORTE E/O ERRORI TIPOGRAFICI (ART. 15 L. 10/1998 REGOLAMENTO MIN. N. 281/19).

LADISPOLI - Via Glasgow, 60 - **ANGUILLARA** - Via Giolitti, 3
CERVETERI - Via Largo Almunecar, 20 - **BRACCIANO** - Via Arturo Perugini snc
OFFERTE VALIDE DAL 07/01 AL 23/01/2020
SALVO ESAURIMENTO SCORTE

MAGAZZINI
MaurysMAGAZZINI
MaurysMAGAZZINI
MaurysMAGAZZINI
MaurysMAGAZZINI
Maurys

90 MIS

General
Fresco & Brillante

OFFERTA IRRIPIETIBILE

GENERAL PUSTONE 90 MISURINI

6,60

FABULOSO
AMMORBIDENTE
CONCENTRATO
1 LT ASS.23,5% ~~1,99~~
1,49SOFLAN
LIQUIDO
900 ML
ASS.23,5% ~~1,99~~
1,49

ACE CANDEGGINA
GEL 500 ML

1,19

SPUMA SCIAMPAGNA
LIQUIDO 1 LT
FRESCO PULITO/
MARSIGLIA28,8% ~~1,49~~
0,99NOVITÀ
570 ML

AMMORBIDENTE

**MOSCHINO**COCCOLINO
AMMORBIDENTE CONCENTRATO
MOSCHINO 570 ML
BLOOM / LOVE / SHINE32,5% ~~2,49~~
OCCHIO AL PREZZO
2,49

LYSOFORM
IGIENIZZANTE
21 LAV. ASS.

1,99

SPUMA SCIAMPAGNA
ECORICARICA
LAVATRICE 21 LAV21,4% ~~2,59~~
1,88SPUMA SCIAMPAGNA
ECORICARICA
AMMORBIDENTE
60 LAV.60 LAV
24,5% ~~2,49~~
1,88

SMACCHIATUTTO
250 ML

0,99

SMACCHIATUTTO
500 ML SPRAY

1,99

MAURY'S
IGIENIZZANTE
LAVATRICE
5 LT5 LT
28,2% ~~3,49~~
3,59MAURY'S
IGIENIZZANTE
FORM 1,5 LT ASS.23,8% ~~1,49~~
0,88MAURY'S
IGIENIZZANTE
ADDITIVO
LAVATRICE
1750 ML20,2% ~~1,49~~
1,39MAURY'S
IGIENIZZANTE
LAVATRICE
1750 ML25,0% ~~2,49~~
1,79MAURY'S
IGIENIZZANTE
DETERGENTE
2 LT23,4% ~~2,49~~
1,99MAURY'S
IGIENIZZANTE
MULTIUSO SPRAY
750 ML19,2% ~~1,49~~
1,29PRODOTTI DISINFETTANTI
DA AERIE SEMPRE
A PORTATA DI MANO**DETERGENZA****30% 40% 50%**

www.maurys.it

LADISPOLI - Via Via Glasgow, 60 - ANGUILLARA - Via Giolitti, 3 - CERVELLO**OFFERTE VALIDE DAL 07/01 AL**



PIATTI LIQUIDO
CONCENTRATO
ASS. 500 ML **0,88**

PIATTI ECO
FORMATO 1 LT **1,39**

BAGNO/MULTIUSO/
SORASSATORE
500 ML **1,39**



AJAX
SPRAY
500 ML
ASS. **1,19**



LYSOFORM
BAGNO
WC GEL
750 ML
ASS. **0,99**

ACQUISTA 2 PRODOTTI WINNIS E RICEVI IN OMAGGIO UNA COMODA ECOSPUGNA MULTIUSO



GENERAL
27 LAVAGGI
ASS **27 LAV**

1,39

OCCHIO AL PREZZO



NELSEN
PIATTI
900 ML ASS. **21,99 1,99**

0,75

OCCHIO AL PREZZO



FINISH
POWERBALL X 100
CLASSICO/L.MONE **100 PZ**

8,80

OCCHIO AL PREZZO



VERNEL
BLU/LAVANDA
3 LT (40 LAV) **40 LAV**

1,49

OCCHIO AL PREZZO



CALGON
TABS X 15 **18,99 3,59**

CALGON
GEL
750 ML **18,99 3,59**

CALGON
POLVERE
850 GR **28,99 3,59**



TONKITA
PIUMINO
SINTETICO **23,99 1,99**

2,49

TONKITA
SCOPA UNIVERSALE **31,99 2,49**



210 PZ

0,99

MAURYS
TAVOLIOLI 33X33
MONDELO 210 PZ



MAURYS
CATTURA
POLVERE
28 PZ ASS. **16,99 1,39**



15,99 1,49

MAURYS
CARTE IGIENICA
4 ROTOLI 2 VELI
COMPATTA **1,49**



MAURYS
CATTURA
COLORE
30+4 PZ **16,99 1,39**

seguici anche su

30% 40% 50% DETERGENZA

CALCOLATRICE
DA TAVOLA GRANDE



~~15,99 2,50~~
6,99



MAURY'S
CALCOLATRICE
CD2621X0



~~15,99 2,50~~
4,99

CUBO SUPER
BIANCO/COLOR
CM. 9



~~15,99 2,50~~
1,49

~~26,99 2,50~~
1,99

BLISTER
5 BIC
CRISTAL
ASS.



~~21,99 2,50~~
1,35



BLISTER 2+2
CORRETORE
DRYLINE GRIP

~~17,99 2,50~~
2,88

CARTA PER FOTOCOPIE



CARTA PER
FOTOCOPIE

~~35,20 2,50~~
OCCHIO AL PREZZO
2,39

LAVAGNA MAGNETICA



~~24,99 2,50~~
OCCHIO AL PREZZO
4,99

~~29,99 2,50~~
OCCHIO AL PREZZO
6,99

PORTAPROGETTO
C/ELASTICO
HOBBYCOLOR
D7



~~10,99 2,50~~
OCCHIO AL PREZZO
1,69

MAURY'S
BUSTE BOTTONE
PLASTICA LACCATA
A5 3 PZ
A4 2 PZ



~~10,99 2,50~~
OCCHIO AL PREZZO
0,69

CARTELLA
C/ELASTICO
PES 3 PZ



~~25,99 2,50~~
OCCHIO AL PREZZO
1,49



ARCHIVIO
SOFFIETTO
DC4003

~~14,99 2,50~~
2,99



VALIGETTA
PORTADOCUMENTI
19 SCOMPARTI
COL. ASS.

~~17,99 2,50~~
9,90

MINI PORTADOCUMENTI
IN PP



~~10,99 2,50~~
OCCHIO AL PREZZO
2,29

PORTALISTINO
49 FF



~~10,99 2,50~~
2,69



SET RILEGATURA
5 PZ

~~25,99 2,50~~
1,49

BUSTA COPY SAFE
22X30 50 FG BC



~~10,99 2,50~~
0,99



MAURY'S
CARTELLINA RIGIDA
C/BOTTONE

~~10,99 2,50~~
0,79

CANCELLERIA

30% 40% 50%

www.maurys.it

LADISPOLI - Via Glasgow, 60 - **ANGUILLARA** - Via Giolitti, 3
CERVETERI - Via Largo Almunecar, 20 - **BRACCIANO** - Via Arturo Perugini snc

OFFERTE VALIDE DAL 07/01 AL 23/01/2020

SALVO ESAURIMENTO SCORTE

LADISPOLI

TARI, UN'IMPOSTA INGIUSTA PER PALESTRE, CINEMA E TEATRI

Lo afferma Giovanni Ardita che il 22 dicembre ha sottoposto a tutto il consiglio comunale, all'Assessore Competente al Bilancio Claudio Aronica e al sindaco Alessandro Grando, la criticità: "Ingiustamente si chiede a palestre, impianti sportivi pubblici e privati, cinema teatri di pagare la TARI su periodi dell'anno dove sono stati totalmente chiusi e non hanno avuto utenza soci, dal primo Covid di febbraio a questo di ottobre fino alla fine dell'anno. Non si può dunque chiedere a queste strutture arbitrariamente il pagamento totale della Tari per dei servizi di cui non hanno potuto usufruire, è certo che le suddette attività hanno prodotto poco o nulla di immondizia". Ardita ha sottolineato che, se non sulla imposta fissa, almeno sulla parte variabile dovrebbero essere esentati. Inoltre, il gruppo FDL, intende presentare un'interrogazione parlamentare affinché il governo trovi le risorse. Unica via d'uscita per gli imprenditori di Ladispoli, dato che il sindaco Grando condivide ma "purtroppo i Comuni non hanno risorse". Non resta che affidarsi al premier Conte.

CERVETERI

ESTERINA ALFANI, LA CENTENARIA!



Figlia di Pietro Alfani, più volte sindaco del Comune di Cerveteri, Esterina è nata a Rione Boccetta il 9 gennaio 1921. Testimone della storia del nostro territorio, sabato Esterina soffia 100 candeline circondata dall'affetto della famiglia, che orgogliosa condivide la gioiosa ricorrenza. La Redazione si unisce ai suoi cari, augurando Buon Compleanno Esterina.

CIVITAVECCHIA

MONSIGNOR RUZZA BENEDICE IL "SUO" PORTO DALLA SEDE DELLA GUARDIA COSTIERA

A conferma del legame e dell'attenzione che Mons. Gianrico Ruzza ha sempre mostrato al porto di Civitavecchia e alla "gente di mare" che vi lavora, a terra e a bordo, il 1 gennaio il Vescovo è stato accolto dal Comandante Francesco Tomas presso la Capitaneria di porto di Civitavecchia per impartire, via radio dalla sala operativa, la benedizione a tutti gli equipaggi delle 13 navi presenti in porto, così come ai tanti operatori portuali, dei servizi tecnico nautici, dei servizi di mobilità e di interesse generale che, anche il primo giorno dell'anno, hanno lavorato per assicurare l'indispensabile e quotidiana presenza per un porto che non si ferma mai. La visita si è conclusa con la benedizione alla statua raffigurante Santa Barbara, Patrona della Marina Militare e protettrice di uomini e donne di mare, recentemente posizionata all'ingresso della sede dell'Autorità marittima.

MANZIANA

TRA I 10 COMUNI VINCITORI DELL'AVVISO "LAZIO STREET ART"

L'opera "Incontri" dell'artista Ivano Petrucci presentata dal Comune di Manziana è tra le dieci finanziate dal bando regionale "Lazio Street Art". Il progetto artistico sarà realizzato sull'ampia parete dello stadio comunale che si affaccia sulla piazza che sarà intitolata a Vincenzo Parisi e dove recentemente sono stati piantati numerosi alberi di bagolaro. L'opera coprirà un'area di 48 metri di lunghezza per 2 di altezza. Un importante lavoro di riqualificazione che, coniugando arte e natura, permetterà di valorizzare un'area che potrà essere così vissuta a pieno dalla popolazione. Creare nuovi spazi urbani è la chiave del futuro - afferma il Sindaco Bruni - nell'opera vedrete ritratti alcuni "simboli" del nostro paese come la Caldara, la fontana del Mascherino ed un ritratto dello stesso artista".

CERVETRANI, CERVETRANI D'ADOZIONE, CERVETRANI ADDIZIONALI



Ph © Archivio
Fernando
Mattioni

QUELLO CHE SEGUE VUOLE ESSERE IL PRIMO ARTICOLO DI UNA SERIE CHE RACCONTA LA NASCITA E FORMAZIONE DELLA COMUNITÀ CERVETRANA

Che una parte significativa dei cervetrani affondi le sue radici nelle Marche centrali, conosciute come «Marche sporche», è cosa acclarata per chiunque abbia interessi alla storia della Agylla moderna. Da pronipote di genti nate in una delle tante frazioni sparse all'interno della conca ai piedi del Monte Bove, mi sento di affermare che il nucleo costitutivo della Comunità cervetrana provenga dalle "marche", ossia dai "territori di confine" del Sacro Romano Impero. Dagli aspri ed innevati monti Sibillini, dai territori della magnifica Visso alla piana di Ussita decine di migliaia di ovini, riammucchiati da ringhiosi cani dal lungo manto bianco, e scortati ogni cento da un pecoraio, la transumanza stagionale ha contrassegnato la storia socioeconomica della Maremma laziale e di parte della Campagna romana. L'utilizzazione alterna dei pascoli di pianura in inverno e di quelli delle montagne umbro-marchigiane dall'8 maggio al 29 settembre, quindi tra le due festività di San Michele Arcangelo, rispondeva perfettamente alle influenze delle condizioni naturali.

I numeri conosciuti sono impressionanti: nel 1918 i tre comuni di Visso, Ussita e Castel Sant'Angelo potevano mettere assieme interminabili file di centinaia di migliaia di ovini. Nella sola frazione di Sorbo vi erano circa 80.000 pecore.

Rinaldi, Rosi, Sili, Gasparri Piscini ed altri "mercanti" transumavano con greggi che venivano registrati al

passaggio alle stanghe poste in Valnerina, per chi risaliva dall'agro Romano e viterbese.

Nella seconda metà del XVIII secolo, negli allevamenti Piscini-Rosi, la pecora autoctona di razza «vissana» venne incrociata con arieti «merinos Rambouillet», dando origine alla «sopravissana» che fece registrare un rilevante aumento della produzione laniera.

Le mandrie transumanti erano accudite da una gerarchia di salariati, reclutati, per la maggior parte, in loco. Il "vergaro" dirigeva il lavoro del personale dipendente ed aveva la totale responsabilità della impresa armentizia. Non risiedeva nel casale ma nelle capanne assieme ai pecorari. Essendo il pastore-capo ne portava il segno distintivo della "verga", il bastone ingrossato all'estremità superiore. In alcuni casi era proprietario di un numero limitato di pecore del gregge che aveva in custodia. Un dettagliato resoconto sull'entrate e le uscite dell'azienda dei mercanti Piscini è documentato in un "quadernone" compilato dal vergaro Montebovi Giuseppe, riferito agli anni 1926/1927, specificatamente ai mesi in cui erano presenti nelle nostre campagne.

Si scopre così che una divisione da economia avanzata era presente e codificata dal salario all'interno del ciclo della pastorizia.

Il numero di dipendenti risulta abbastanza stabile: intorno ai trenta, con una non significativa



Ph © Archivio
Fernando
Mattioni

diminuzione nei mesi più prossimi all'autunno.

Il vergaro prendeva 325 lire al mese, il vergaiolo 250. Ai pastori spettavano 200 lire, poco meno ai "biscini", garzoncelli coadiuvanti.

Medesima paga spettava al "buttarò", addetto alla mungitura e ben pagata era la qualifica da "laniere": 220 lire. Il "sogliardo", che provvedeva al rifornimento della legna e dell'acqua, prendeva 190 lire, il "montonaro", responsabile dei montoni, 180 lire, al "mularo", addetto alla custodia e ad imbastitura dei muli ed dei bovi, appena 113 lire.

Queste attività si tramandavano di padre in figlio, ognuno con l'aspirazione di raggiungere il più alto grado della gerarchia, così da riscuotere la fiducia del padrone: "risparambio" come principio cardine del "guadambio", nella speranza di divenire, quanto prima, proprietario di gregge. Molti di questi non risalirono gli Appennini ma si fermarono a Cerveteri, tutti lasciarono segni, testimonianze e soprattutto toponimi. Una citazione merita il fatto che molte delle famiglie di "mercanti" allevatori per centinaia di anni non dividendo l'eredità tra i figli,

come si racconta dei Piscini, ussitani di nascita, mantennero intatti i loro beni arrivando ad avere alle loro dipendenze ben 140 pecorari. Con decine di carri, trainati da cavalli e buoi, rifornivano tutti i giorni i mercati romani di caciotte, ricotta e abbacchi. Si racconta che luogo di appuntamento e contrattazione era la Torre di Pagliaccetto.

Grandi quantità di lana, molto apprezzata in quegli anni, usciva dalla tosatura delle ventimila pecore. Un episodio che ancora oggi viene ricordato in quella parte che fu l'antico Stato Pontificio, riguarda proprio i Piscini. Così lo racconta Eno Santecchia storico del maceratese: «Un giorno Piscini, mentre era in Maremma, si recò a Roma. Entrò in un bar di buon livello ed ordinò un caffè che allora costava 1-2 centesimi di lira. Nel pagare tirò fuori una banconota da 50 lire. Il barista obiettò: "A quest'ora non ho il resto". Piscini lasciò la banconota e se ne andò dicendo: "Piscini non pja resto!" Il barista, così come i clienti che avevano assistito, rimasero di stucco».

Ennesima riprova che l'abito non fa il monaco.

AFFITTASI SPAZI

P AUTOVEICOLI - CAMPER

BOX, MAGAZZINI E TETTOIE

Area recintata con accesso H 24

Cerenova

Valcanneto



338.21 13 467

06.9951679

www.orticaweb.it



FL3: SLITTA DI UN ANNO IL RADDOPPIO DEI BINARI TRA CESANO E BRACCIANO

**IL COMITATO PENDOLARI LAGO DI BRACCIANO:
"DA PARTE NOSTRA MONITORAGGIO ATTENTO DI TUTTE LE FASI"**

Slitta di un anno l'avvio dei lavori di raddoppio dei binari lungo la tratta fl3 Roma-Bracciano-Viterbo tra Cesano e Vigna di Valle. Dopo varie sollecitazioni il Comitato Pendolari fl3 Lago di Bracciano, presieduto da Fabio Giuliani, ha ottenuto dei chiarimenti da Rete Ferroviaria Italiana. Con poche parole il nuovo referente Marco Marchese rimanda al 2022 il via dei cantieri. "L'intervento di raddoppio della tratta Cesano-Vigna di Valle, che ricomprende la nuova stazione di Vigna di Valle e il cavalcavia di Anguillara - scrive Marchese al Comitato - è attualmente in fase di autorizzazione da parte degli enti competenti: il progetto definitivo ha avuto il parere positivo del Consiglio Superiore dei Lavori Pubblici, ed attualmente sono in corso le attività propedeutiche all'avvio della Conferenza di Servizi. In particolare si sono conclusi gli approfondimenti relativi agli aspetti ambientali finalizzati all'iter di Valutazione di Impatto Ambientale che avvieremo in questo mese. Terminata la fase autorizzativa dipendente dai ministeri competenti, il MATTM per la VIA e il MIT per la successiva CDS, e recepite in progetto le eventuali prescrizioni, sarà possibile consolidare il programma dei lavori ed avviare le attività di gara per selezionare l'appaltatore. Ad oggi la data di inizio lavori è prevista al 2022. Le interruzioni - conclude Marchese - saranno

programmate, per quanto possibile, nei periodi di minor richiesta di servizio ferroviario ed in ogni caso, al fine di minimizzare il disagio, si provvederà a istituire i necessari servizi sostitutivi". Il raddoppio per 16 chilometri prevede inoltre la soppressione di tutti i passaggi a livello con l'obiettivo di garantire a regime una frequenza di 10 treni all'ora tra Cesano e Bracciano rispetto ai 4 attuali nei due sensi di marcia. Sulla questione Giuliani ribadisce che l'impegno del Comitato "sarà quello di seguire tutte le fasi del progetto ed in particolare quelle che prevedono interruzioni e il ricorso a mezzi sostitutivi. Il progetto, anche in vista di un ritorno alla normalità post pandemia, è fondamentale per assicurare a migliaia di pendolari un trasporto su rotaia adeguato grazie alla maggiore frequenza dei treni. Critico Andrea Ricci presidente dell'Osservatorio Regionale dei Trasporti che rammenta che "nell'audizione alla Commissione Regionale Mobilità del 29 gennaio 2019, nella quale era stato previsto l'avvio per gennaio 2021, avevamo avuto assicurazioni di massima trasparenza sulla conferma delle fasi attuative. Ci spiace notare che così non è stato, se la notizia, per quanto dettagliata, di uno slittamento di uno o due anni (a meno di due anni dalla stessa audizione) è stata comunicata solo dopo ripetute insistenze da parte nostra e del Comitato".

PREMIO GUERRIERI DELL'AMBIENTE A SALVAGUARDIAMO BRACCIANO

Premio Guerrieri dell'Ambiente per i volontari di Salvaguardiamo Bracciano. Un riconoscimento deciso dalla Commissione Nazionale Ambiente dell'Associazione Italiana Cultura e Sport. Dopo il gran lavoro il premio ripaga i tanti sforzi di questo gruppo che, non senza difficoltà, opera dal 2014 sul territorio contro incuria e degrado facendo da contraltare ai tanti che ancora si ostinano a gettare rifiuti in strada e ad abbandonare materassi, frigoriferi e quant'altro per ogni dove.

“Crescono costantemente di numero – si legge nella motivazione del premio – i singoli cittadini che spinti dall'amore per il proprio territorio si uniscono creando dei gruppi di azione in favore dell'ambiente. Sono tanti e sono tutti encomiabili ma ce ne sono alcuni che vanno oltre, diventano dei paladini, quasi dei super eroi, capaci di compiere imprese straordinarie. Noi non abbiamo la presunzione di conoscerli tutti ma ne conosciamo molti e, quest'anno abbiamo deciso di premiare uno che ci ha particolarmente colpito per sincerità, capacità, costanza”. E Salvaguardiamo Bracciano non può che esultare per un simile riconoscimento. “Non sapevamo nulla – dice Massimiliano Dell'Aquila – siamo stati contattati e ci è stato detto che eravamo stati premiati. Il coordinatore Aics Ambiente Andrea Nesi ha preso atto di quello che facciamo vedendo all'opera in strada. Il premio – dice ancora Dell'Aquila – serve a darci un po' più di visibilità a livello nazionale. Iniziamo ad uscire dai confini. Si mette in luce una reazione a questo degrado che non è nella normalità”. Assieme a Salvaguardiamo Bracciano Aics ha dato “Premio consapevolezza” ai documentari “The game changers”, “Kiss the ground”, “Woman of impact: changing the world” e “Rotten”, il Premio “Coinvolgiambiente” a Istituto Pangea onlus, il Premio Roberto Mancini, il poliziotto che per primo indagò sulla terra dei fuochi, a BioforceTech, ache converte acque reflue in energia pulita, lo “Scudo AiCS Ambiente” ai giornalisti di inchiesta a Sabrina Giannini di Rai3 per “Indovina chi viene a cena”, inchiesta sull'utilizzo degli antibiotici negli allevamenti intensivi, e Mario Tozzi, per il servizio “I divoratori del pianeta”. Il gruppo Salvaguardiamo Bracciano è sempre aperto a nuove adesioni. Per chi volesse scendere in campo i prossimi appuntamenti sono domenica 17 gennaio alle 9 al Four Friend's per pulizia e manutenzione del verde di via della Macchia, mercoledì 20 gennaio alle 9 all'ingresso del Museo Storico dell'Aeronautica Militare di Vigna di Valle per la pulizia del bosco, domenica 24 gennaio dalle 9 alle 3 per la riqualificazione di via Cupetta del Mattatoio. (Graziarosa Villani)



BAR • RISTORANTE
CASALE MAREMMA
CAFFÈ GRASSETTI

AMPIA SCELTA DI VINI

SPECIALITÀ TIPICHE

CUCINA DI CARNE E PESCE

Piccola azienda ristoratrice
nella culla delle campagne romane
nel piccolo paesino delle Due Casette, Frazione di Cerveteri.
Cucina tipica con specialità di carne e pesce fresco tutto
l'anno, con prodotti quasi esclusivamente a KM 0.

ASPORTO E CONSEGNA A DOMICILIO
CERVETERI-CERENOVA-LADISPOLI-S.NICOLA-S.SEVERA

CON 30€ DI SPESA
IN OMAGGIO VINO LOCALE

CERVETERI
Via Furbara Sasso 83

☎ 06 99326148

f Trattoria Casale Maremma

UNA CATACOMBA EBRAICA A MONTEVERDE

UNA ROMA SOTTERRANEA MISTERIOSA E INASPETTATA

La zona fra **Viale Trastevere** e la **Circonvallazione Gianicolense** è stata scelta come punto di interesse da alcuni speleologi dell'Associazione Roma Sotterranea, che si sono calati nelle profondità, scoprendo ambienti inaspettati che li hanno lasciati stupefatti. Oltre al suggestivo lago sotterraneo già conosciuto, gli studiosi si sono trovati davanti a un'antica catacomba ebraica, scoperta nel 1602 circa, dall'archeologo maltese Antonio Bosio (1575-1629 cultore di antichità cristiane. Nella sua opera *"Roma Sotterranea"*, pubblicata postuma nel 1632, il XXII capitolo è dedicato interamente all'argomento), calatosi in un imbocco che conduce nelle profonde viscere della terra, si è immediatamente reso conto di non trovarsi di fronte a una catacomba cristiana: sono stati portati alla luce simboli di natura ebraica, come la Menorah, dipinta e incisa (il candelabro ad olio a sette bracci), l'Aron (o Armadio Sacro) che contiene i rotoli della legge, il melograno, simbolo di continuità della vita dello spirito dopo la morte e molti altri, per questo motivo lo studioso la ricordava come "la Catacomba ebraica di Monteverde".

Successivamente, intorno al 1800, sono state rinvenute altre necropoli, ma fino a quel momento il cimitero sotterraneo scoperto da Bosio era il primo e unico di origine ebraica conosciuto a Roma, ma dal suo ritrovamento è stato poi dimenticato (per questo motivo è conosciuto anche con il nome di "Catacomba fantasma" per via del suo scomparire e riapparire nel corso del tempo). Siamo nel 1883, quando l'archeologo italiano **Mariano Armellini** (1852-1896) si dedica a una serie di studi e scavi più approfondita e alle

porte del 1900, quando uno studioso berlinese di Teologia, Nicholas Müller porta a termine ben due campagne di scavo, una nel 1904/1905 e una seconda nel 1906, rese molto complicate dall'estrema friabilità del tufo, che nonostante questo permettono di esplorare aree ipogee alle quali Bosio non era arrivato. Müller riporta alla luce più di 200 iscrizioni, sia in lingua greca che latina. Il rinvenimento del più antico cimitero della comunità ebraica di Roma ha fatto sì che venissero riesumati nuovi tesori, questa volta nascosti sotto al quartiere di Monteverde a oltre 25 metri di profondità, tra questi una preziosa iscrizione funeraria attribuita a una donna che visse oltre gli 86 anni e che seguì la religione ebraica con il nome di Sara, definita *Mater synagogae* di due sinagoghe, il Sarcofago con Stagioni conservato nel Museo Nazionale Romano (istituito nel marzo del 1889) e così tanti altri cimeli.

Oggi le catacombe ebraiche conosciute a Roma sono ancora molto poche rispetto a quelle cristiane, quella rinvenuta la prima volta nel 1602 potrebbe essere datata a cavallo fra il I e il II secolo d.C. ed è sicuramente la più antica appartenente alla comunità ebraica di Roma. Oltre ad essere la prima ad essere stata reperita, sembrerebbe essere anche la catacomba più longeva, ad esempio il Sarcofago con Stagioni è stato datato intorno al III-IV secolo d.C. Grazie ad Antonio Bosio e alla sua accurata opera, in cui descrive gli ambienti, le pitture, i cimeli rinvenuti e le iscrizioni e soprattutto grazie a tutto il materiale di supporto al testo, oggi possiamo avere un'idea significativa della necropoli ebraica romana e dell'eccellente sviluppo culturale di un popolo verso i propri defunti.



**PROFESSIONALITÀ, CORTESIA, ESPERIENZA
AL SERVIZIO DELLA VOSTRA SALUTE**

*Felice Anno nuovo,
la salute l'augurio più bello*

SALUS A.R.

Centro Medico Radiologico
BIOMEDICA

MANT MED

IRMED

GIFA

Alabiso
MEDICINA E LABORATORI
Lab

NUOVA APERTURA

SALUS MEDICAL CENTER
LADISPOLI
VIA ANCONA 94

IRMED CENTRO FISIOTERAPICO
LADISPOLI
PIAZZA I. ODESCALCHI 4

GIFA - POLIAMBULATORIO
CERVETERI
VIA E. SALOMONE 18

☎
06.9949944

🌐
www.grupposalus.net

IL CINEMA RITROVATO

"Luci di varietà"

LA CINETECA DI BOLOGNA PROPONE UN VIAGGIO ONLINE NELLA STORIA DEL CINEMA CON MYMOVIES. OGNI MESE UN NUOVO PROGRAMMA IN STREAMING, PER CHI AMA LA SETTIMA ARTE. FRA LE PROPOSTE DI QUESTO MESE, "LUMIÈRE!", LA RACCOLTA DELLE PELLICOLE REALIZZATE DAI FRATELLI CHE INVENTARONO IL CINEMA, FIRMATA DA FRÉMAUX

Cinema

34

Non c'è nessuna forma d'arte come il cinema, per colpire la coscienza, scuotere le emozioni e raggiungere le stanze segrete dell'anima, sosteneva Ingmar Bergman. Forse anche per questo la Cineteca di Bologna ha deciso di portare nelle case di tutti la sua esperienza più preziosa, quella del "Cinema Ritrovato" ma "Fuori sala", realizzata con il sostegno dei Beni Culturali, della Regione Emilia-Romagna, del Comune di Bologna e della multiservizi Hera. Si tratta di un pacchetto di 15 pellicole, che si rinnova ogni mese, da vedere in streaming su Mymovies e che si può anche donare. Con questa iniziativa la cineteca offre in rete pellicole che hanno contribuito a fare la storia della cinematografia e che dal 2013, con questo progetto, distribuisce sull'intero territorio nazionale. Film italiani, europei, statunitensi e di

paesi che non esistono più, come la Germania dell'Est o l'URSS. Ogni film è presentato nella migliore versione esistente ed è accompagnato da musiche concepite appositamente. 90 anni fa le prime cineteche nel mondo affermarono, per prime, il valore del cinema come arte da salvare, da sottrarre all'oblio, da conoscere, da condividere - spiega il direttore della Cineteca, Gian Luca Farinelli. Sono stati necessari decenni e oggi la sensibilità nei confronti del patrimonio cinematografico è cambiata, dice. Tra le scelte di questo mese troviamo *Luci del varietà*, l'esordio di Federico Fellini a quattro mani con Alberto Lattuada, un omaggio a Marco Ferreri e Ugo Tognazzi con *L'ape regina* e *La donna scimmia* e due capolavori di Charlie Chaplin, *La febbre dell'oro* e *Luci della città*. Molto interessanti anche i documentari di pregio, da quelli di



L'ape regina



Fratelli Lumiere



"La febbre dell'oro"

Vittorio De Seta dedicati all'Italia rurale della seconda metà degli anni Cinquanta, alla Grande Mela degli anni Sessanta raccontata da Gideon Bachmann nel suo *Underground New York*. E per i cinefili più appassionati c'è una vera chicca, un omaggio al cinema che festeggia i suoi 125 anni con un film che raccoglie le opere dei geni che lo inventarono, i fratelli Lumière, scelte da Thierry Frémaux, direttore dell'Institut Lumière di Lione e del Festival di Cannes, e restaurate dal laboratorio L'Immagine Ritrovata. *Lumière!* propone 114 corti di 50 secondi ciascuno, selezionati nell'immenso catalogo Lumière di oltre 1.400 pellicole, realizzati dagli inventori del cinematografo e dai loro operatori tra il 1895 e il 1905. *Non sono soltanto le prime immagini in movimento che ritraggono il mondo, ma ce ne consegnano una visione straordinariamente potente e bella*, commenta Farinelli. *Questi film, fin dal primo, la Sortie d'usine, prosegue, hanno una consapevolezza dell'inquadratura che è assoluta e che si mantiene tale in ogni ripresa. Con Lumière! sarà possibile andare al di là del celeberrimo arrivo del treno al binario della stazione di La Ciotat, e scoprire che dietro a queste brevissime "vedute", c'era già un'idea che avrebbe cambiato il mondo: il cinema.*



CENTRO OCULISTICO
GAROFALO



VISITA OCULISTICA COMPLETA

CHIRURGIA DELLA MIOPIA CON LASER AD ECCIMERI

TERAPIA LASER DELLA RETINA

CHIRURGIA AMBULATORIALE DELLA CATARATTA

DIAGNOSI PRECOCE GLAUCOMA

CURVA TONOMETRICA - PACHIMETRIA

TOPOGRAFIA CORNEALE - CAMPO VISIVO

DIAGNOSI PRECOCE MACULOPATIE

FOTO FONDO OCULARE - OCT - RETINOGRAFIA

VISITA ORTOTTICA E STUDIO DELLA MOTILITÀ OCULARE

PER APPUNTAMENTO:

329.4586661 - Ladispoli Via Berna 6/A

338/3996983 - Roma Via Merulana 88



giacchino.garofalo@uniroma1.it



Centro Oculistico Garofalo

www.giacchino-garofalo.docvadis.it



L'oroscopo di
P'Astra

2021

♈ Ariete

Elemento Fuoco

L'anno passato è stato difficile ma le sfide non mancheranno anche in questo nuovo. Se ben speso il periodo da fine marzo a fine aprile darà ottimi risultati sia in campo economico che sentimentale: è un momento proficuo per consolidare le finanze e rinsaldare legami che in amore hanno perso entusiasmo o recuperare rapporti distanti. Il mese di ottobre sarà per molti quello più stancante per la salute e per le possibili discussioni alimentate da Marte.

♉ Toro

Elemento Terra

Si inizia a rilento con qualche fastidio e nervosismo. Occorre aspettare periodi più favorevoli per affondare l'acceleratore ma già dalla fine di aprile utilizzando una buona dialettica e calma riuscirete ad ottenere successi soprattutto in campo lavorativo con una buona dose di energia e facilitazione accordata dagli astri. In amore rivoluzionerete il modo di vedere le cose mettendo al primo posto la famiglia purché anche il partner faccia lo stesso, sarà un accordo vincente.

♊ Gemelli

Elemento Aria

Possibili conflitti nella vita personale e familiare nei primi mesi dell'anno: preferite una posizione pacata per una risoluzione tempestiva. Chi vuole cambiare lavoro potrebbe trovare una buona alternativa dal mese di marzo che andrà a buon fine a patto di essere scevri da pregiudizi e idee ostinate. Venere e Mercurio da maggio saranno favorevoli portando nuovi spunti in amore e una brillante capacità comunicativa che vi porterà vantaggi anche in campo lavorativo.

♋ Cancro

Elemento Acqua

I primi mesi dell'anno sono all'insegna della stabilità anche se non manca un po' di agitazione a causa di possibili eventi imprevisi e non programmati. A giugno sarà facile consolidare finanze e beni materiali ma evitate di essere eccessivamente egoisti e dedicatevi anche a rinforzare gli affetti più cari, i beni spirituali. L'eccessivo carico di stress a partire dalla seconda metà dell'anno potrebbero comportare problemi psicofisici da non sottovalutare anzi prevenire.

♌ Leone

Elemento Fuoco

L'anno nuovo si apre con tanti piani per il futuro e la necessità di trovare consensi soprattutto se avete iniziato una nuova attività o vi apprestate a farlo. Una buona dose di sesto senso aiuterà in campo lavorativo e sentimentale. Se qualche cosa non va come sperato non demoralizzatevi perché la seconda metà dell'anno porterà una forte energia mentale e una buona dose di intraprendenza che se sfruttate in un gruppo di lavoro affiatato porteranno benefici e successi a tutti.

♍ Vergine

Elemento Terra

Le ferite trascinate dai mesi precedenti potranno essere risolte con la buona volontà e una dose di amore verso se stessi. Gli ultimi mesi dell'anno saranno caratterizzati da un eccessivo idealismo che potrebbe portare ad estraniarvi dalla situazione reali vestendovi di una eccessiva dose di egoismo. Sarete estremamente affascinanti sia sul campo sentimentale che nella vita in genere. Favoriti i nuovi incontri e la possibilità di ottenere premi o posti lavorativi ambiti.

♎ Bilancia

Elemento Aria

Potreste soffrire nei primi mesi di una sensazione di incertezza, reduci da quella che vi ha accompagnato per quasi tutto il 2020 ma dovete superarla accelerando! Fate tesoro delle esperienze negative per trovare nuove strategie, cambiare l'ambiente di lavoro e l'approccio nella gestione della vita familiare e sentimentale. È un anno che richiede il sacrificio per voi di gestire le occasioni con rapidità di ragionamento e di esecuzione.

♏ Scorpione

Elemento Acqua

Si parte alla grande con una piena fiducia in se stessi e una buona lucidità mentale da utilizzare per raggiungere gli obiettivi, per rivalutarsi e reinventarsi soprattutto se nel 2020 ci sono stati problemi lavorativi, economici o eccessive spese per la casa e per i figli. Una fine dell'anno invece stabile sotto il punto di vista sentimentale ed emotivo che vi porterà anche a sviluppare il vostro lato meno pratico e più emotivo.

♐ Sagittario

Elemento Fuoco

Energia per raggiungere gli obiettivi a patto di focalizzarli e individuarli precisamente. Buone possibilità di consolidare le finanze nei primi mesi dell'anno e raggiungere successi insperati in campo lavorativo.

Attenzione nell'ultima parte del 2021 a possibili conflitti e a eccessiva avidità che vi potrebbe allontanare dalla lucidità mentale necessaria per raggiungere gli scopi. Buoni i rapporti amicali e favoriti gli incontri sentimentali.

♑ Capricorno

Elemento Terra

Siete nella parte finale di una rivoluzione che avete sperimentato e che ora si trova al suo culmine. Molti hanno da poco cambiato lavoro o partner per raggiungere una libertà e una soddisfazione così appagante da mettere in secondo piano i sacrifici che sono stati necessari. Quest'anno vi regalerà la forza della pazienza e della dedizione anche in campo sentimentale che vi vede protagonisti da subito. A fine anno maggiore concentrazione.

♒ Acquario

Elemento Aria

Questo è l'anno del riscatto, del rinnovamento materiale e spirituale da cogliere senza remore pena il rimanere intrappolati in una normalità che vi va stretta! Tutto sarà evidente sin da subito con Giove che vi regala soddisfazioni già dalla fine di dicembre passato e il Sole che entra nel segno dal 19 gennaio e che vi stimolerà in questo percorso. Attenzione però a non estremizzare i concetti e il lato emotivo, mantenete la calma e la buona dialettica.

♓ Pesci

Elemento Acqua

La sfida maggiore da afferrare sarà quella di una crescita personale a livello sociale soprattutto per quei Pesci che sono molto introversi, eccessivamente timidi e poco aperti verso gli altri. Sviluppando questa sensibilità e empatia nei confronti degli altri aumenterete anche la fiducia in voi stessi: tutti gli altri campi della vita da quello sentimentale e familiare a quello lavorativo e sociale goveranno di questa crescita consentendovi di raggiungere buoni risultati.

*C'è chi è nato sotto una buona stella e chi se la deve guadagnare.
L'universo ha in serbo per ognuno uno spicchio di felicità che sta a noi
e alle nostre scelte raggiungere più o meno velocemente o non raggiungere affatto.
Buon anno P'Astra*





OIPA: "LA VENDITA DI PETARDI E FUOCHI D'ARTIFICIO VA VIETATA"

La "guerra di Capodanno" è andata in scena anche quest'anno nonostante il divieti imposti dall'ordinanze dei sindaci.

L'Organizzazione internazionale protezione animali (Oipa), ogni anno non fa che ripeterlo: "la vendita di petardi e fuochi d'artificio va vietata e le aziende riconvertite", ribadisce il presidente dell'Oipa, Massimo Comparotto, secondo il quale le ordinanze sono inutili, di fatto i controlli non esistono e ogni anno si contano numerosi morti e feriti tra la fauna selvatica e animali domestici a causa dei botti.

"È tempo che il legislatore rimedi a tale scempio che colpisce anche gli umani. È questione di salute, ordine pubblico e, soprattutto, di civiltà".

Parole che trovano conferma nella strage di uccelli a Roma, tra via Cavour e la stazione Termini dove gli stormi trovano riparo tra gli alberi.

La città si è svegliata con le strade invase da cadaveri, moria addebitata alla violenza che i botti rappresentano per gli animali.

Idem per cani e gatti, nonostante gli accorgimenti dei proprietari, ci sono state segnalazioni di malori durante la notte anche sul territorio, dove non sono mancate le esplosioni di mezzanotte. Non è raro - ricorda Oipa - che gli animali più anziani o cardiopatici possano morire d'infarto o, impauriti, scappino dai giardini e dai cortili perdendosi o finendo investiti.



AMBULATORIO VETERINARIO

Dir. Sanitario

Dott. De Angelis Pio

Cerveteri (Rm)

Via Soprani Fratelli, 50

Tel./Fax 06 9943155 - Cell. 360 240002

APERTI TUTTI I GIORNI



FARMACIA Dott. Luigi Demichelis DAL 1934



Con te dal 1934
ogni volta che vuoi
noi ci siamo!



La farmacia
del dott. Demichelis
è rinomata per la continua
innovazione dei prodotti
e dei servizi.



Prodotti per la prima infanzia,
omeopatici, dietetici, fitoterapici,
dermocosmetici,
integratori alimentari,
laboratorio galenico,
medicinali e articoli veterinari.



SERVIZIO FARMARECUP GRATUITO
PER LA PRENOTAZIONE DI VISITE SPECIALISTICHE,
ESAMI DIAGNOSTICI ED ESAMI DI LABORATORIO

RECARSI IN FARMACIA MUNITI DI IMPEGNATIVA
E TESSERA SANITARIA
DAL LUN AL VEN ORARIO 07-20
QUANDO LA FARMACIA È DI TURNO ANCHE LA DOMENICA

Via Ancona, 76 - Ladispoli
tel. 06 99 477 46 - fax 06 99 470 85 - www.farmaciademichelis.com



Ortica

Salute Benessere

A cura del
Dottor Professor **ALDO ERCOLI**



L'IDROSSICLOROCHINA NON È PIÙ FUORILEGGE

Vi ricorderete quando nella prima ondata primaverile (marzo, aprile) scrissi con entusiasmo dell'idrossiclorochina nella prima fase dell'infezione Covid19? Segui alla lettera le indicazioni del professor Didier Raoul, direttore dell'Istituto di Malattie infettive e tropicali dell'Università di Marsiglia. Sin da allora ho curato così di pazienti Covid-19 positivi aggiungendo, sempre ai primi sintomi, all'idrossiclorochina (una comp. due volte al giorno per sette giorni) l'antibiotico azitromicina (una comp. al giorno per tre giorni, poi mezza comp./die per altri quattro giorni). Solo se la febbre non si fosse abbassata con i fans (oki, aulin etc) ricorsi ai cortisonici a scalare (dalla dose più alta a quella più bassa) per non più di quattro- cinque giorni.

Nel trattamento vi erano anche fermenti lattici e farmaci per proteggere lo stomaco. L'eparina sotto cute? Solo

per i pazienti allettati. Nei casi, ne ho visti pochi in verità, in cui la sintomatologia febbrile (trattata solo con paracetamolo) perdurava da tempo, con associata difficoltà respiratoria e PaO2 sotto i 90 (saturimetria) ho consigliato il ricovero ospedaliero. Ricorderete che già nei mesi precedenti il fine anno 2019 avevo riscontrato insolite forme polmonari con negatività alla percussione e ascoltazione dei polmoni con quadri radiologici di polmoniti atipiche interstiziali. Certo erano solo casi sporadici (3-4 in tutto) poi rivelatosi essere stati positivi al Covid solo dagli esami sierologici. Allora le attribui empiricamente al *Mycoplasma pneumoniae*. Guarirono tutti con una associazione antibiotica (azitromicina + minociclina) protetta per 7-10 giorni. Si è poi scoperto che anche in quel periodo il virus circolava in Italia. Forse non era così diffuso né tantomeno aggressivo. Sto ricapitolando le decine di articoli che avete letto in

tanti mesi sul settimanale l'Ortica.

Nella seconda ondata ho trattato di nuovo altri pazienti Covid19 positivi ma, essendo male equipaggiato (non bastano la mascherina e gli occhiali protettivi per un broncopneumologo che visita a stretto contatto con il malato) nei primi giorni di novembre mi sono ammalato anche io. Chi me lo ha fatto fare? Sono un medico in pensione! Credo che il carattere sia in buona parte ereditario. Il coraggio se non ce l'hai non te lo puoi dare (Don Abbondio docet).

Del resto compito del medico è quello di diagnosticare, curare e cercare di salvare vite umane. Mi sono sempre comportato così in più di 40 anni di professione. Incoscienza? Forse, tanti medici di base sono deceduti. Paura no. Avevo la mia carta da giocare, quella con cui avevo trattato Covid sintomatici (idrossiclorochina e azitromicina). E così ho fatto, mi sono curato da solo sin da quando ho avuto il primo attacco febbrile. Curare se stessi è più difficile che curare gli altri. Al terzo giorno di terapia stavo così bene da abbassare di molto le dosi. Ritornò la febbre e dovetti ricorrere ai corticosteroidi per tre-quattro giorni. Il 13 novembre, al terzo tampone molecolare, ero diventato negativo anche se da più di una settimana non solo ero asintomatico ma avevo recuperato completamente le forze.

Mi era rimasto solo un'allergia con secchezza della cute più evidente alle estremità (mani e piedi). A circa un mese di distanza grande è stato la mia soddisfazione quando il 12 dicembre il consiglio di Stato ha sospeso la nota con la quale, dalla scorso 26 maggio, l'Agenzia per il farmaco (AIFA) ne vietava la prescrizione, sia in ospedale che a domicilio, nel trattamento del Covid19. In Italia, come già riportato nel precedente articolo, non sono certo stato il solo ad utilizzare l'idrossiclorochina, assumendomene la responsabilità. Sono sempre più convinto che se il farmaco fosse stato assunto nei primi due-tre giorni febbrili la malattia si sarebbe arrestata e il paziente poi guarito. Preciso però che non ho trattato pazienti immunodepressi, affetti da leucemia o neoplastici in chemioterapia. Anche per colpa mia l'infezione che ho ora alle spalle, per dirla "alla Totti" non è stata una passeggiata. Mi sento però più in forze (a differenza della Lorenzin), come se mi fossi depurato, guarendo "dall'interno verso l'esterno del corpo". I valori di pressione arteriosa sono tornati normali come alcuni decenni fa ((120/809 tanto da sospendere la mezza compressa di antipertensivo (avevo 140/90). Strano vero?

life
brain
Eccellenza per
la tua salute

Laboratorio
Analisi
Salus Ladispoli



TEST INTOLLERANZE ALIMENTARI 108 ALIMENTI GENNAIO IN PREVENZIONE

Tariffa agevolata valida fino al 31 gennaio 2021.



TEST COVID-19
PRENOTAZIONE ONLINE



INQUADRA IL QR CODE
E PRENOTA ONLINE



Laboratorio Analisi Salus Ladispoli



Via Ancona, 94
00055 Ladispoli



06 83780971

www.lifebrain.it

LIFEBRAIN CONSIGLIA DI CONSULTARE IL PROPRIO MEDICO
DI FIDUCIA PRIMA DI EFFETTUARE ACCERTAMENTI DIAGNOSTICI



PERCHÉ MANGIARE LA FRUTTA SECCA È INDISPENSABILE

La frutta secca si divide in due categorie: quella glucidica (ricca di zuccheri e povera di grassi) e quella lipidica (ricca di grassi e, viceversa, povera di zuccheri).

Nel primo caso si parla di frutta essiccata (prugne, datteri, albicocche, etc.).

In questo articolo parleremo dei frutti appartenenti alla prima categoria, quindi noci, nocciole, mandorle, anacardi, pinoli, pistacchi, arachidi, noci pecan, brasiliane e di macadamia.

All'unanimità la frutta secca è considerata una delle classi di cibi che esercita i maggiori effetti benefici sulla salute. È uno dei migliori snack; tuttavia, gli effetti positivi si riferiscono a quella che non è stata sottoposta ad un processo industriale, che non contiene additivi e proviene da coltivazioni biologiche certificate.

Molte persone evitano di mangiare frutta secca per il suo elevato contenuto calorico, invece rappresenta un ottimo spuntino i cui effetti positivi sulla salute sono spesso ancora poco conosciuti. Basta non esagerare: 100 grammi di noci, ad esempio, contengono 660 kcal, mentre la stessa quantità di mandorle solo 542. Si può consumare in diversi momenti, aggiungendo ad esempio 2/3 noci in uno yogurt, a colazione, oppure in un'insalata o nel primo piatto a pranzo o a cena.

La porzione consigliata è 20/30 grammi al giorno.

La frutta secca nelle sue molteplici varietà è ricchissima di nutrienti.

- è un'ottima fonte di proteine vegetali (assieme ai legumi, una possibile alternativa alla carne);
- è particolarmente ricca di fibre (es. mandorle 14 g per 100 g);
- fornisce notevoli quantità di sali minerali (calcio,

magnesio, potassio, zinco, ferro, fosforo, rame);

- è ricca di vitamine (in particolare vitamina E, A, C, K e gruppo B);

- è ricca di sostanze antiossidanti;

- contiene acidi grassi omega3 e omega6.

La frutta secca dovrebbe far parte di ogni piano dietetico basato sul concetto di sana alimentazione. Ma vediamo la sua incredibile utilità.

FRUTTA SECCA E CUORE

Noci e mandorle riducono il rischio di patologie coronariche. Mangiare frutta secca soprattutto con il guscio fa bene al cuore. Noci, mandorle, e anacardi contengono Vitamina E, acidi grassi omega3, e sali minerali: tutte sostanze ricche di proprietà benefiche. Uno studio pubblicato sul New England Journal of Medicine ha confermato che la frutta secca è un alleato per la nostra salute perché allunga la vita riducendo il rischio di contrarre patologie cardiovascolari. Non fa male e il suo consumo non determina problemi di obesità. Viene anzi consigliata anche a chi ha disfunzioni cardiache.

FRUTTA SECCA E TUMORI

Uno studio che ha coinvolto oltre 800 pazienti in cura per un carcinoma del colon al terzo stadio ha evidenziato che chi consumava almeno 60 grammi di frutta secca alla settimana vedeva diminuire del 42 per cento il rischio di una ricaduta e del 57 per cento la probabilità di morire, rispetto a chi non mangia noci e simili. «L'importanza di una sana alimentazione è stata più volte dimostrata sia per prevenire il cancro sia per diminuire le probabilità di una recidiva o per sopportare meglio le terapie – commenta Daniel F. Hayes, presidente di Asco (American Society of Clinical Oncology). Questa ricerca mostra che mangiare frutta secca è una scelta salutare che può

fare la differenza nella sopravvivenza a lungo termine dei malati». Gli autori di un altro studio pubblicato sul New England Journal of Medicine affermano che un consumo quotidiano di 30 grammi di frutta secca ha come beneficio più evidente la diminuzione del 29 per cento della mortalità cardiovascolare, seguito da una riduzione dell'11 per cento della mortalità per cancro.

FRUTTA SECCA, PRESSIONE E COLESTEROLO

La frutta secca contiene vitamina E, che è l'antiossidante per eccellenza. La sua assunzione determina notevoli benefici al corpo in quanto combatte l'aumento della pressione arteriosa nelle giuste quantità e abbassa il colesterolo "LDL" (cattivo) liberando le pareti arteriose. Infine impedisce anche la coagulazione di sangue facendo da antitrombotico e migliorando così il flusso ematico.

FRUTTA SECCA E GRAVIDANZA

Ormai è risaputo che la frutta secca in gravidanza fa davvero bene ed è un ottimo alleato per la futura mamma, in quanto assumere questo alimento apporta diversi vantaggi a fronte di svantaggi davvero ridotti. La frutta secca come si sa non è certo poco calorica, per cui se si è in dolce attesa è bene non eccedere nel mangiarla, per evitare di prendere chili che potrebbero portare problemi legati all'eccesso ponderale. L'ideale sarebbe mangiare una porzione di frutta secca tutti i giorni, tuttavia, se non si ama particolarmente questo alimento, il consiglio è di assumerne almeno 30 g tre volte la settimana. È perfetta da mangiare al pomeriggio come spuntino.

La frutta secca contiene molto fosforo ma, anche potassio, fibre, vitamine e sali minerali: tutte sostanze fondamentali per una donna che aspetta un bambino e che non possono mancare nella sua dieta. Inoltre è ricca di acido folico, sostanza importantissima per la riproduzione cellulare e dunque essenziale per la crescita del feto. Non è finita qui, la frutta secca contiene anche altre sostanze che apportano benefici alle gestanti come il magnesio che aiuta a ridurre i crampi dovuti allo stato interessante.

Gli importantissimi Omega-3 aiutano lo sviluppo cardiovascolare del bambino. Inoltre la frutta secca contiene il calcio, elemento essenziale per lo sviluppo osseo del feto. Ecco perché mangiare la frutta secca in gravidanza è importante se non addirittura fondamentale. Tra le altre cose, da recenti studi scientifici si è appreso che una donna in dolce attesa che mangia frutta secca, protegge il proprio bambino dall'insorgere di allergie alimentari soprattutto nei primi mesi di vita.

FRUTTA SECCA E SPORT

Tra gli innumerevoli vantaggi che caratterizzano questi piccoli frutti, è senza dubbio da annoverare la loro "comodità". Questo li rende ideali a essere portati con sé comodamente nella borsa della palestra, nello zaino, o nella 24ore.

*Leggi l'articolo completo
su www.orticaweb.it*

BEN DI BIO

vasta gamma di PRODOTTI BIOLOGICI



ALIMENTI FRESCI E CONFEZIONATI PRODOTTI A KM 0



PANE FRESCO BIO



PRODOTTI PER L'INFANZIA

DETERSIVI ALLA SPINA



ECODETERGENZA E COSMESI

PER TUTTA LA FAMIGLIA

Via Ancona 170 – Ladispoli (RM)
Tel. 06.99222248 – Cell. 347.5215221
www.bendibio.net - bendibioladispoli@gmail.com
Facebook e Instagram Ben di Bio





Dottorssa
ANNA MARIA RITA MASIN
Psicologa - Psicoterapeuta

THE END

QUANDO UN AMORE FINISCE

Ho pensato di iniziare il nuovo anno con un argomento importante e che lego alla rinascita. Sì perché la fine di un amore spesso è l'opportunità per una rinascita personale. È chiaro che la coppia nasce, cresce e si trasforma attraverso il contributo di entrambi i partner; quindi anche l'interruzione del rapporto è determinato da entrambi i partner, anche se spesso uno solo prende la decisione dell'interruzione. Per entrambi i partner la coppia solitamente è la base di progettualità futura e fonte di una sicurezza attuale. Per entrambi i partner la rottura del rapporto è un dolore e per alcuni può essere vissuta proprio come un fallimento. La rottura di una relazione d'amore è un vero e proprio lutto percepito con una iniziale incredulità, un forte dolore e una grande rabbia, in momenti successivi. È difficile riprendere la vita da single dopo che si sono condivisi momenti importanti con un'altra persona, e questo è indipendente dall'età. Un adolescente soffre perché ha poche difese e si trova impreparato ad affrontare un dolore così importante, l'adulto potrebbe soffrire perché pensa di non riuscire a trovare un nuovo amore vista l'età. Considerando che il dolore ha un suo percorso di elaborazione, mi sembra importante elencare le cose da fare per ricominciare ad amarsi oppure per iniziare ad amarsi. Alle volte le persone non hanno mai imparato ad amarsi e trovano tempo per sé "solo dopo che tutto e tutti sono sistemati" e, soprattutto, "se avanza tempo". Tutti questi "se" ostacolano l'ascolto di sé e delle proprie necessità. Allora: quando una relazione viene interrotta, al di là dell'età e della sua durata, è importante fare dei passaggi importanti. 1- *accettare il dolore*: come quando ci si taglia è impossibile non

provare dolore, così quando una relazione viene interrotta è impossibile essere felici (se così fosse vuol dire che qualcosa non va oppure si aspettava questa fine); 2- *prendersi una pausa dalle reti social*: il postare foto o frasi, il vedere o far vedere le storie è una comunicazione col partner e finché si comunica si è legati e finché si è legati l'attenzione è rivolta verso l'esterno (l'ex) e non verso se stessi e ciò che la persona prova (quando si prova dolore è importante ascoltarlo e sentirlo); 3- *chiedere aiuto*: "quando si sta male si sta male" e la persona che sta male ha bisogno di persone che l'aiutino e la sostengano e, soprattutto, che siano propositive; 4- *cercare nuove attività, nuovi interessi e nuove motivazioni*: anche se all'inizio è difficile e soprattutto la persona sembra "vagabondare senza meta" è fondamentale forzarsi perché facendo così è come se si iniziasse a guardare una bella opera d'arte nel suo complesso e non solo un suo particolare ed entrano nel cervello nuove informazioni; 5- *riprendere i ricordi e le foto in cui si è soli* o con amici ma senza l'ex: ciò è importante perché quando si è abituati ad essere in due la mente continua a pensare e la persona continua a comportarsi ancora come se fosse ancora in coppia (anche pensando "questa cosa la facevo con lui/lei" oppure "questa cosa vorrei farla con lui/lei"); nel momento dopo la separazione è importante avere un riscontro concreto che c'erano e si vivevano dei momenti anche senza il partner; 6- *evitare di iniziare altre relazioni*: la persona che ha interrotto una relazione è molto fragile e spesso una nuova relazione funge da tappo per coprire ciò che è appena finito; 6- *farsi dei regali*, piccoli ma quotidiani.



ACIDI GRASSI TRANS: SE LI CONOSCI, LI EVITI

Cosa sono? Sono grassi polinsaturi che sono stati idrogenati e quindi saturati industrialmente: durante questo processo, chiamato idrogenazione, i doppi legami vengono fatti saltare e saturati con idrogeno. Ne risulta un grasso saturato, solido, più duraturo e utile all'industria alimentare per produrre prodotti da scaffale di maggiore durata nel tempo. Durante questo processo si hanno anche delle idrogenazioni parziali, che portano alla formazione di acidi grassi trans. Lo stesso fenomeno avviene anche quando surriscaldiamo oli vegetali ad elevato contenuto in acidi grassi polinsaturi: già a 130° si ha la formazione di acidi grassi trans.

Quali sono gli effetti nel nostro corpo? Chimicamente non differiscono molto dagli acidi grassi polinsaturi, per cui il nostro corpo non li riconosce come dannosi, e li ingloba così nelle membrane cellulari, rendendole dure ed inflessibili, alterandone la permeabilità. Gli acidi grassi trans interferiscono con il metabolismo degli acidi grassi essenziali omega-3, impedendone la trasformazione in importanti ormoni tissutali,

incrementano la produzione di radicali liberi, mantengono attivo un costante stato di infiammazione, abbassano il valore biologico del latte materno, causano un basso peso dei bambini alla nascita, riducono la risposta immunitaria, diminuiscono il livello di testosterone. Dove li troviamo? I "grassi/oli vegetali idrogenati o parzialmente idrogenati" che ne derivano sono contenuti praticamente in tutti i prodotti confezionati: margarina, prodotti da forno confezionati come biscotti, croissant, pane da toast, cracker, oli per friggere, patatine fritte, snack, gran parte dei prodotti dei fast food, salse pronte, cibi con pasta sfoglia, cibi impanati surgelati, pizze surgelate, dolci, merendine, gelati confezionati, prodotti di pasticceria industriale, creme alla nocciola da spalmare, prodotti surgelati e liofilizzati, cibi precotti.

Come evitarli? Controllate che sull'etichetta compaia la dicitura "non contiene acidi grassi trans" oppure "acidi grassi idrogenati o parzialmente idrogenati", oppure "acidi grassi esterificati". Mangiate cibo fresco oppure lavorato artigianalmente da voi stessi o da persone fidate.

di Miriam Alborghetti

La TRIACA ERBORISTERIA



VIA BARI, 39
00055 LADISPOLI - TEL/FAX 06 9911137

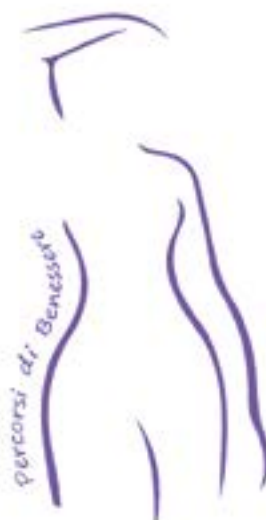
FITOCOSMETICA
FIORI DI BACH
CAMELLE SENZA ZUCCHERO
ALIMENTAZIONE NATURALE
LAMPADINE DI CRISTALLI DI SALE
PRODOTTI SPARGIRICI

VASTA SCELTA DI: INFUSI DI FRUTTA,
TISANIERE E DIFFUSORI PER L'AMBIENTE

CABINA **ESTETICA**

PERCORSO VISO

Rughe - rilassamento cutaneo
schiarente discromie
RADIOFREQUENZE
ELETTROPORAZIONE
RAD. FRAZIONATA
SCRUB AD ULTRASUONI
OSSIGENOTERAPIA



PERCORSO CORPO

Defaticante - inestetismi cellulite
adiposità localizzate - perdita elasticità
ONDE D'URTO
RADIOFREQUENZA
BENDAGGI A FREDDO
MASSAGGIO DRENANTE

EPILAZIONE PROGRESSIVA
LASER A DIODO 808 NM VISO/CORPO

Dott.ssa Cosmetologa: Lucia - Beauty: Francesca



SERVIZI ATTIVI IN **SICUREZZA**

- > EMOCROMO
- > EMOGLOBINA GLICOSILATA
- > INR
- > COLESTEROLO TOT
- > HDL/LDL/TRIGLICERIDI/GLICEMIA
- > AST/GOT/ALT/GPT/GGT
- > CREATININA
- > URINE

- > ANALISI GENETICA DELLA FLORA BATTERICA INTESTINALE BIOMAPLAN
- > HOLTER PRESSORIO
- > HOLTER CARDIACO
- > ECG ADULTI E BAMBINI
VALIDO ANCHE PER ATTIVITÀ SPORTIVA
- > CONTROLLO NEI IN TELEDERMOSCOPIA
- > BIOTRICOTEST
- > MISURAZIONE PRESSIONE
- > NOLEGGIO
AEREOSOL-TIRALATTE-BILANCIA PESA NEONATI-STAMPELLE

È ATTIVO IL SERVIZIO **GRATUITO** DI RITIRO RICETTE E CONSEGNE DOMICILIARI (NON SOLO FARMACI).

NUMERO ABILITATO AL SERVIZIO (ANCHE WHATSAPP) 320.4049960

VIA PELAGALLI 81 - CERVETERI (RM) TEL: 06 99551302 - FAX: 06 99551302

farma.pratocavalieri@tiscali.it - www.farmaciapratocavalieri.it

Farmacia PratoCavalieri Dr.ssa T. Morabito

Grilli
al 7

TEMPORARY STORE

OTTICA **GRILLI**

I nostri occhi vedono meglio. Dal 1977

SEGUI LA NOSTRA PAGINA INSTAGRAM GRILLI_AL_7
OGNI GIORNO VIENE PUBBLICATA UN'OFFERTA SPECIALE

VALIDA

SOLO
24
ORE



LADISPOLI - PIAZZA MARESCOTTI N°7 - TEL 0689520322
Instagram icon [grilli_al_7](#)