

# L'ortica SETTIMANALE

Anno XXIV n°25- 2021

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

## UN'ESTATE DA FAVOLA



### STASH & THE KOLORS NEL RICCO PROGRAMMA DI EVENTI E MANIFESTAZIONI DEL TERRITORIO



### A LADISPOLI RE CEMENTO VINCE ANCORA

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



un nome, una garanzia  
**Superal**  
**2000**

**VETRATE PANORAMICHE**

[WWW.SUPERALL2000.IT](http://WWW.SUPERALL2000.IT)

**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*



**ECOBONUS  
50%**

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

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

**FABBRICA INFISSI IN PVC**

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

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

**Grilli**  
*al* **7**

TEMPORARY STORE

LADISPOLI

PIAZZA MARESCOTTI N°7

TEL 0689520322

 grilli\_al\_7

**NOI VEDIAMO OLTRE**

ED IN ATTESA DELLE DECISIONI DI GOVERNO

**ANTICIPIAMO  
IL BONUS  
OCCHIALI**

PER TUTTI I NOSTRI CLIENTI



Marchio registrato di proprietà esclusiva.  
Vietata ogni riproduzione totale o parziale.

**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 Calcchio,  
Lorenzo Mezzadri, Flavia De Michetti,  
Christian Scala, Alessia Moricci,  
Pamela Stracci, Giuseppe Vatinno.

**Speciale Viaggi:** Adriano Botta**Speciale Cinema:** Michele Castiello**Videorticando:** Toni Moretti**Marketing:** V.M. Lius, Carlo Leonori**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 23/06/2021



# L'elefante nella stanza

Mentre procede a ritmo incessante la propaganda della vaccinazione sperimentale di massa al punto che nei dibattiti televisivi non si parla di altro, nel mondo reale c'è un problema mastodontico, ignorato o minimizzato: un milione di nuovi disoccupati nell'ultimo anno in Italia, un numero di gran lunga maggiore in arrivo nei prossimi mesi.

Il presidente del World Economic Forum, Klaus Schwab, ha però teorizzato apertamente il fatto che, nei prossimi anni, un terzo della popolazione dei paesi occidentali verrà estromessa dal mercato del lavoro. Teorizzazione che non trova obiezioni – né preoccupazioni - da parte di nessuna delle forze politiche. Ma un "elefante nella stanza" non puoi ignorarlo a lungo. Ed è così che nei giorni scorsi alla FedEx Tnt di Lodi, contro gli operai che facevano picchettaggio a causa di 280 licenziamenti, si è svolta un'aggressione da parte di altri dipendenti contrari allo sciopero e dei bodyguard dell'azienda, a colpi di bastoni, pezzi di bancali e sassi: feriti nove operai di cui uno è finito al pronto soccorso con la testa spaccata. A questo si aggiunge un altro recente tragico episodio: un sindacalista di Novara è morto dopo essere stato travolto da un camion che ha – deliberatamente? - forzato il blocco dei manifestanti che scioperavano.

E cosa fa nel frattempo la CGIL, quello che un tempo fu un grande sindacato dei lavoratori? In scena una imbarazzante manifestazione davanti all'ambasciata dell'Iran, (nazione peraltro sottoposta a sanzioni e minacce militari da parte degli Stati Uniti e della Nato) per chiedere che in Iran ci siano "elezioni libere" e "rispetto dei diritti umani e democrazia". Con piacere però apprendiamo che Landini ha scoperto che il lavoro è sotto attacco. Peccato che lo scopra solo ora, dopo aver spalleggiato le politiche chiusuriste che in questi 16 mesi hanno rappresentato la giustificazione per la più grande operazione del secolo di indebolimento della classe lavoratrice. "Chiudere tuttooooo" è stato il grido pressochè unanime dei dirigenti sindacali dalle loro comode poltroncine. Fin dall'inizio dell'era pandemica, l'impianto "biosecuritario" ha sottoposto i lavoratori ad un'infame ricatto fondato sul dogma che il diritto al lavoro debba essere sacrificato sull'altare del "diritto al rischio zero covid". Di fatto anche il diritto alla salute è stato compresso a causa del blocco della assistenza sanitaria, oltre che del boicottaggio delle terapie domiciliari.

L'aggressione squadrista ai lavoratori che scioperano è espressione d'un contesto globale di feroce attacco a quel poco che ancora è rimasto in piedi dei loro diritti. Attacco sostenuto da una buona parte degli organi di informazione, attraverso una propaganda incessante volta a negare il dramma della disoccupazione creata dalle norme di distanziamento sociale. Dall'inizio della pandemia sono stati pubblicati a ripetizione farneticanti articoli su persone che, dopo aver perso il lavoro a causa del lockdown, si sono messe a svolgere lavori da rider o altre mansioni sottopagate ricavandone una presunta felicità esistenziale, veicolando così una narrazione di stampo neoliberalista contraddistinta da una sistematica rimozione della questione sociale e della crescente disoccupazione nel paese.

In sostanza i picchiatori di Lodi hanno agito in un contesto culturale connotato da un'offensiva, anche ideologica, contro i lavoratori da parte delle élite economiche.

**Miriam Alborghetti**



## 5G, ECCO IL LIBRO SUI LATI OSCURI

**L'ULTIMA FATICA DI MAURIZIO MARTUCCI È LA BIBBIA DEI TECNORIBELLI: IL LIBRO È DESTINATO A RISCRIVERE LA STORIA SUL FUTURO DIGITALE NELLE INSIDIE SOTTACIUTE DAI GRANDI MEZZI DI INFORMAZIONE**

Si intitola **#STOP5G, salute, ambiente, geopolitica, privacy, transumanesimo e controllo sociale: libro-inchiesta sui lati oscuri del futuro digitale**, è l'ultimo libro del giornalista e scrittore **Maurizio Martucci** per **Terra Nuova Edizioni**. "Documenti, studi e ricerche inedite per capire quale futuro ci aspetta con l'arrivo del wireless di quinta generazione", si legge nel sito della casa editrice. Il libro è disponibile nelle maggiori librerie, nei circuiti di rivendica bio-ecologici e nei maggiori E-store. "Il 5G è sicuro per umanità ed ecosistema? Maurizio Martucci presenta la prima e più completa inchiesta sul 5G in Italia. Un libro di grande attualità, che svela i lati oscuri del futuro digitale, soffermandosi su salute, ambiente, geopolitica, privacy e controllo sociale." Per l'autore, il libro è destinato a riscrivere la storia, mostrando al lettore "la verità

nascosta sull'inquietante futuro digitale disegnato dalle multinazionali delle telecomunicazioni con l'avallo di istituzioni internazionali e governi. Il libro serve all'accrescimento di consapevolezza per la rivendicazione dell'auto-determinazione digitale." Cosasappiamo davvero del 5G? E dei suoi effetti, cosa conosciamo? È vero che scientificamente non esiste il rischio zero? E della salute pubblica, dell'ambiente e della privacy, che ne sarà quando ci ritroveremo costretti a vivere nelle *Smart Cities* sommersi da una sommatoria multipla, cumulativa ed inesplorata di radiofrequenze? Intelligenza Artificiale e algoritmi, come cambieranno il modello sociale nel nuovo paradigma di controllo digitale e capitalismo della sorveglianza? Cosa c'entrano geopolitica e strategie militari con l'Internet delle cose? E perché, nell'era del grande virus, automazione, *smartworking* e robotica

**natur ENERGY** dal 1974 al vostro fianco nel risparmio energetico  
Viale Alessandro Manzoni, 44/46 - Cerveteri

TERMOIDRAULICA  
SCONTO IN FATTURA  
IMMEDIATO

50% 65% 110%  
ECOBONUS

ci stanno traghettando nel transumanesimo? Ma soprattutto, perché sempre più cittadini, esperti, medici e scienziati di tutto il mondo si mobilitano per contrastare l'avvento del *wireless* di quinta generazione? E perché in Italia oltre 600 Comuni si sono opposti al 5G? Chi sono i tecnoribelli? Passando in rassegna documenti inediti, studi e ricerche, in un libro di grande attualità Maurizio Martucci presenta la prima e più completa inchiesta sui lati oscuri del futuro ipertecnologico, offrendo al lettore una panoramica complessiva sui pericoli nascosti dietro al grande cambiamento, quel grande *reset* che governi e multinazionali indicano come indispensabile per finire nel migliore dei mondi possibili.

“(...) tirando le somme ci troviamo davanti ad una vera e propria azione che non ho difficoltà a definire totalitaria e totalizzante se è poi vero che scienziati e medici aderenti all'appello internazionale lanciato all'ONU e all'OMS parlano apertamente di una violazione del codice di Norimberga, lì dove si prefigura una sperimentazione vera e propria sulla popolazione che ovviamente oltre a non essere informata non ha di conseguenza espresso il proprio consenso a subire l'irradiazione sperimentale (...)”



**Maurizio Martucci** nasce a Roma nel 1973. Bil laureato (Lettere e Scienze e tecnologie della comunicazione), giornalista e scrittore, è giunto al suo decimo libro in 25 anni di attività pubblicistica. Promotore e portavoce nazionale dell'Alleanza Italiana Stop 5G, è più volte intervenuto alla Camera dei Deputati, al Senato, al Parlamento europeo oltre che in numerosi convegni, conferenze e manifestazioni pubbliche sia in Italia che all'estero. Sui rischi del 5G e i pericoli della deriva digitale, cura un blog su *Il Fatto Quotidiano* e una rubrica su *La Casa del Sole Tv* e sul settimanale *L'Ortica*. Ideatore del sito di informazione naturale *Oasi Sana*, per *Terra Nuova* ha pubblicato *'Manuale di autodifesa per elettrosensibili'* (2018) e *'#Stop5G'* (2021).

# Infissi 2000

Di Villella Giuliano

FABBRICA DI INFISSI IN ALLUMINIO

SCONTO  
50%  
IN FATTURA



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 - villellagiuliano@tiscali.it

Cell. 339 61 84 947 - 329 78 70 446

[www.infissi2000sas.it](http://www.infissi2000sas.it)

# LA STORIA UMANA È LA STORIA DEL MATERIALISMO

VIVIAMO IN UN MONDO IN CUI SIAMO CATEGORIZZATI,  
FACCIAMO PARTE DI UN DATABASE. LE ORIGINI DELLE ATTUALI CIRCOSTANZE,  
PACAL VOTAN: TESTIMONE SPECIALE DEL TEMPO

Tratto dalla traduzione di un testo pubblicato in occasione del 69° anniversario della scoperta della tomba di Pacal Votan a Palenque, il giorno 17 della Luna Cristallo (15 giugno 2021), Notte Magnetica Blu. Senza quella scoperta, non sarebbe venuta in essere la Legge del Tempo, né la Storia Cosmica. **La storia umana è l'opposto della Storia Cosmica.** La storia umana è la storia del materialismo, del potere e del dominio. È basata sul modo in cui la storia economica si adatta al materialismo. Tale materialismo è incorporato nella frequenza artificiale 12:60, e fa sì che le otto persone più ricche del mondo possiedano oggi la stessa ricchezza di metà di tutta la razza umana. Questo materialismo è governato da Saturno e mantiene sé stesso **manipolando la paura della morte**, rappresentata da Marte (si pensi alle compagnie farmaceutiche e alle assicurazioni).

L'effetto a lungo termine dell'immersione in questa frequenza artificiale è la cancellazione e la perdita di memoria della nostra identità originale, compreso il ricordo del nostro proposito spirituale. Questa frequenza meccanizzata ci disconnette dalla Natura, gli uni dagli altri, e in definitiva dalla nostra stessa anima.

Viviamo in un mondo in cui siamo categorizzati, facciamo parte di un database; le informazioni su di noi vengono comprate e vendute per scopi di marketing. Tutto ciò che è puro e vero è stato sequestrato ed invertito da quello che chiamiamo il "furto nel tempo." In questo mondo invertito, non veniamo incoraggiati a dare voce liberamente al nostro cuore, esprimere la nostra creatività e fidarci delle nostre intuizioni; al contrario, ci si aspetta che recitiamo copioni già scritti, frasi fatte e slogan che si conformano alla narrazione

CASA del TENDAGGIO

TENDE DA BALCONE MONTAGGIO COMPRESO		
Larghezza	Altezza	Prezzo
mi 1	mi 2,50	€ 200,00
mi 2	mi 2,50	€ 250,00
mi 3	mi 2,50	€ 300,00
mi 4	mi 2,50	€ 350,00

Ladispoli: Via Ancona, 26/b Tel. 06.9946864 - Cell. 335.5271132



prescritta. **I Banchieri Globalisti (Tempo è Denaro) cercano di creare un mondo-ombra governato dalla mentalità 'dividi e comanda'.** Possiedono le compagnie farmaceutiche; gli scienziati; gli ospedali; i media; le chiese. Tutto ciò al fine di promuovere una particolare narrazione, basata sulla dominazione totale della terza dimensione e di tutti i suoi corpi nel Tempo. Quando prendiamo inconsiderazione la comunicazione moderna, dobbiamo anche focalizzarci sul metodo fondamentale della globalizzazione, che consiste nel marketing e nella propaganda in nome del consumismo. **Il marketing è l'uso dei mezzi di comunicazione di massa per controllare la mente del consumatore. Nello stadio finale della globalizzazione, il marketing rimpiazza la coscienza.**

*JoséArgüelles, Time and the Technosphere: The Law of Time in Human Affairs.*

La Profezia di Pacal Votan e la Via dei Maya Galattici arrivano per ricordarci che la Saggezza Universale è contenuta nel nostro corpo, non nella macchina. I nostri corpi sono i custodi e i templi della saggezza dell'Antico/Futuro. Per comprendere questa profezia ed i suoi insegnamenti ci viene richiesto di elevare la nostra mente al di sopra delle attuali circostanze, e di unificare la nostra Consapevolezza con ciò che è Eterno. In ultima analisi, è tutto dentro di noi, compresi coloro che sembrano cercare di controllare. La profezia di Pacal Votan è arrivata a noi grazie a JoséArgüelles/Valum Votan, che ha fatto una chiara distinzione tra tempo artificiale (12:60) e tempo naturale (13:20). Può sembrare semplicistica, ma quando viene compresa ha implicazioni in grado di cambiare il mondo.

*Dal blog della Regina Rossa*



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

f Ferri Carni

**VIA SERGIO ANGELOCCI, 5 - CERENOVA**  
paolofrancesco@inwind.it - Tel/Fax 06 9904388



# MIXER VACCINALE?

## COSENTINO: "I FONDAMENTI SCIENTIFICI SULLA VACCINAZIONE ETEROLOGA SONO RISIBILI"

Sonora bocciatura della vaccinazione eterologa da parte del professor Marco Cosentino dottore di ricerca in Farmacologia e Tossicologia, nonché professore ordinario di Farmacologia presso la Scuola di Medicina dell'Università dell'Insubria, dove dirige il Centro di ricerche in Farmacologia Medica.

«La decisione di utilizzare vaccini diversi per prima e seconda dose è legata a questioni logistiche-organizzative della campagna vaccinale. – afferma Cosentino nella sua pagina Fb - Qualsiasi discussione su eventuali fondamenti "scientifici" è risibile per vari motivi». In sintesi le ragioni di questa affermazione: "1. Qualcuno dice che l'efficacia di determinati mix vaccinali possa essere superiore, ma l'affermazione riguarda i livelli anticorpali, NON la protezione contro il covid e tanto meno contro il contagio. Nessuno studio del genere è in corso per i mix e nemmeno lo si sta progettando.

2. Per dimostrare un minimo di protezione contro il covid sintomatico da parte dei singoli vaccini sono stati necessari studi su decine di migliaia di persone, studi che peraltro sono ancora in corso, hanno fornito per il momento risultati parziali su un intervallo di tempo limitato a poche settimane, si concluderanno solo tra oltre un anno e comunque anche nel migliore dei casi ci diranno poco sulla sicurezza e nulla sull'efficacia nel prevenire il contagio.

3. D'altra parte, i livelli anticorpali dicono talmente poco sulla protezione contro il covid che le autorità sconsigliano di misurarli prima e tanto meno dopo il vaccino, dal momento che nessuno è in grado di interpretare il significato di qualsivoglia valore (compreso lo zero: la memoria immunologica è cellulare e non anticorpale).

4. Da questo punto di vista, nemmeno è chiaro il motivo per cui certi vaccini sono proposti in due dosi. La prima dose già induce anticorpi, la seconda di regola ne induce di più ma appunto non si sa se e quali siano i livelli protettivi, c'è una crescente letteratura sulla protezione già dopo prima dose e ad esempio il vaccino J&J è monodose malgrado utilizzi la medesima tecnologia di Astrazeneca (due dosi) e addirittura lo stesso vettore di Sputnik V (due dosi).

5. Perché J&J sia monodose e non lo possano essere anche gli altri non è chiaro, così come non è chiaro perché, di fronte alla (asserita) minore efficacia di J&J non si sia pensato di utilizzare anche in questo caso la seconda dose. Ovvio che qualcuno ci ha pensato e sicuramente una decisione è stata presa sulla base di ragioni ben precise, anche se non è dato sapere quali siano.

6. Infine, qualcuno asserisce che il mix possa comportare qualche effetto avverso in più. Questo è plausibile per due ordini di motivi:

- sono diversi gli eccipienti, e dunque gli eventuali effetti avversi dovuti a questi si sommerebbero;
- sono diverse le tecnologie (anche tra Pfizer e Moderna, che usano entrambi RNA, così come tra AZ e J&J, che usano entrambi vettori virali), e dunque aver fatto la prima dose senza problemi non rassicurerebbe su eventuali problemi con una differente seconda dose.

7. Peraltro [...] il meccanismo di tutti questi prodotti è il medesimo, così, l'uno o l'altro è addirittura probabile che davvero non faccia alcuna differenza".

*Cristiano Cimarelli*



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

Immobiliare **Ciavarella**

[www.immobiliareciavarella.com](http://www.immobiliareciavarella.com)



LADISPOLI

LUNGOMARE ARENILE DI TORRE FLAVIA

RARA OPPORTUNITÀ CON ACCESSO DIRETTO AL MARE CON AMPIO GIARDINO E POSTO AUTO INTERNO. PIANO TERRA RIALZATO DI 70 MQ CON INGRESSO INDIPENDENTE IN PICCOLO STABILE SENZA CONDOMINIO. L'APPARTAMENTO SI PRESENTA IN PERFETTO STATO ORIGINALE E LA METRATURA SI PRESTA PER TRASFORMARE L'IMMOBILE IN TRILOCALE. TERRAZZO DI 30 MQ CON AFFACCIO SULLA SPIAGGIA.

€ 210.000,00



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

APPARTAMENTO DI 90 MQ TOTALMENTE RISTRUTTURATO A 200 MT DAL COMUNE E DAL CENTRO COMMERCIALE COMPOSTO DA GRANDE SALONE CON CUCINA A VISTA, 2 CAMERE DA LETTO CON OGNUNA LA PROPRIA CABINA ARMADIO, BAGNO E COMODO BALCONE ABITABILE

€ 167.000,00  
TRATTABILI  
Classe Energetica G



LADISPOLI CENTRO - VIALE ITALIA

APPARTAMENTO DI 80 MQ AL 1° PIANO CON ASCENSORE LA METRATURA COMODA PERMETTE LA REALIZZAZIONE DI UN'ULTERIORE CAMERA DA LETTO

€ 128.000,00  
TRATTABILI  
Classe Energetica G

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](mailto:immobiliareciavarella@alice.it)



## RESTA SUL TRONO RE CEMENTO

**NUOVO CENTRO COMMERCIALE SPAZZA VIA LE CAMPAGNE DI LADISPOLI. DA RIDENTE CITTADINA BALNEARE A SOBBORGO DELLA CAPITALE**

Alla notizia del progetto di un centro commerciale all'altezza del km 38 della via Aurelia Ladispoli insorge. Volano parole forti dall'opposizione tutta, dai cittadini che da tempo ormai denunciano la sempre più ristretta presenza di aree verdi sul territorio.

Lunedì sera mentre in aula si svolgeva il consiglio comunale, a porte chiuse, fuori Palazzo Falcone una ristretta folla di cittadini manifestava pacificamente il proprio dissenso verso il sindaco Alessandro Grando. Dopo la brutta palazzina costruita accanto all'ufficio postale, le colate di cemento nei giardini centrali, (ex) pubblici, ora spunta un centro commerciale di circa 33 mila metri cubi al km 38 della via Aurelia. Ennesima falciata al verde dai risvolti devastanti per l'economia locale. È il progetto presentato il 17 giugno da Grando in Commissione urbanistica.

Tutto ha avuto inizio con l'annuncio della convocazione del consiglio comunale per il giorno 21 giugno inspiegabilmente a porte chiuse. Si discute in fretta, sull'approvazione del progetto di un centro commerciale alle porte della città, dove adesso c'è un prato verde domani un mega business. Di questo ha bisogno Ladispoli? Sembrerebbe di no data la risposta della cittadina all'annuncio del sindaco, curioso se si pensa che il suo cavallo di battaglia durante la corsa alla poltrona fu proprio in difesa del territorio, minacciato dai piani integrati approvati delle precedenti amministrazioni.

C'è cascato pure lui. Bizarro è anche il momento in cui accade, ad un passo dalle elezioni, potrebbe sembrare una mossa azzardata, occasione per

vecchi e nuovi schieramenti politici di brillare.

Ma al di là dei giochi politici, cosa pensano gli abitanti di Ladispoli?

Non erano molti in piazza, le risposte social indicano una buona fetta favorevole a nuove aperture viste come opportunità di lavoro, ma che fine faranno le attività storiche presenti in città è la domanda di chi lunedì sera è sceso in strada per rivendicare il diritto degli esercenti di sopravvivere. Cosa si aspetta dal sit-in di questa sera? Mi aspetto che si smuovono le coscienze – risponde una cittadina – che dissente dal progetto in quanto “il commercio a Ladispoli è stato affossato abbastanza. I vecchi commercianti li stiamo perdendo ad uno ad uno e non mi sembra corretto in quanto hanno fatto grande Ladispoli. Quando si abbassa una serranda è un colpo al cuore”, conclude. Proprio su questo aspetto ha puntato nel suo discorso Daniela Cianfarini chiedendo ai consiglieri in aula di uscire ed unirsi al NO. Tra loro c'è stato chi si è dichiarato pronto a votare contro il progetto, sperando però di non doverlo fare “. Si auspicava la mancanza del numero legale. Un atto che avrebbe certificato la sfiducia politica all'attuale amministrazione da parte di alcuni suoi componenti. Non è accaduto. Il punto è stato approvato, le opposizioni hanno votato contro eccetto Marco Pierini che ha votato favorevole con la maggioranza. “L'identità di un partito che sa fare comunità – afferma Silvia Marongiu dopo il fattaccio – è fatta di differenze e sintonie, di senso di responsabilità, di valori e ci sono momenti nei quali si fanno scelte nette e si prendono strade diverse”.





Un progetto che sembrerebbe essere spuntato dal nulla, caratterizzato dalla fretta di concludere, dove anche chi non lo contesta ha preso le distanze dalle modalità private: una commissione di corsa, dove parecchie persone non hanno partecipato, perché non discuterne con la cittadinanza? Forse perché la risposta non sarebbe piaciuta al sindaco che invece va per la sua strada, inviccinabile all'ingresso del palazzo comunale, circondato da vigili e dalla polizia in presidio nella piazza. Non è mancata la stampa locale, chi di casa nelle stanze, chi in attesa del verdetto. Presente Renato Rizzo di Casa del Popolo di Ladispoli, con tanto di striscione con su scritto "Grando non dovevi difendere il territorio? No alla colata di cemento", il suo è un messaggio condiviso da tutte le realtà presenti. Compreso Garau che rileva come la situazione attuale sia frutto di un vuoto lasciato da una sinistra, che proprio dagli errori del passato è pronta a rinascere. Ma non sarebbe la prima amministrazione a favorire gli imprenditori del mattone, è l'osservazione, pertinente, che giunge dalla strada, "si tratta solo di un attacco alla destra" che sembra scoprire il fianco agli avversari. A conferma, le parole pronunciate da Grando nel 2017, quando era il suo turno: "Basta cemento a Ladispoli. Ettari di verde agricolo potrebbero trasformarsi presto in centinaia di migliaia di metri cubi sparsi qua e là con vari piani integrati. Viviamo in una città che ha sette chilometri di costa, che ha alle spalle verdi colline e fitti boschi, oltre una spiaggia di sabbia ferrosa dagli effetti salutari ricercatissimi. E invece non ne abbiamo cura." Che lungo il tratto di strada nel quale Dino Risi girò una scena memorabile de 'Il Sorpasso' l'amministrazione comunale farà sorgere l'ennesimo polo commerciale, che deturperà un'area verde, con ricadute negative, non solo sul piano ambientale, ma anche sulla viabilità in entrata e uscita da Ladispoli, già fortemente intasata – citando Ladispoli Attiva - resta un fatto con il quale i cittadini, anche quelli in vacanza, presto o tardi, dovranno fare i conti.

Trattoria dei Cocci  
CUCINA ROMANA

**SIAMO APERTI**  
**TUTTI I GIORNI**  
**pranzo e cena**  
**CON TAVOLI ALL'APERTO**

**PRENOTA IL TUO TAVOLO**  
**379.1997005**

Cerveteri, via Agillina, 41-Centro Storico

  Trattoria dei cocci

# DEL REGNO

## IMPRESA DI PULIZIE



**331.8076580**

delregnogiuseppe@libero.it

- ✓ CONDOMINI
- ✓ GIARDINAGGIO
- ✓ UFFICI PRIVATI
- ✓ UFFICI PUBBLICI E MINISTERIALI
- ✓ SGROSSI



## LADISPOLI BLATTE GIGANTI A VIA RAPALLO

### ESCONO DAI TOMBINI INVADENDO I GIARDINI PRESENTI SULLA VIA, I RESIDENTI CHIEDONO AIUTO

Ladispoli, via Rapallo - Dai tombini in strada escono blatte, anche di 4 centimetri! Lo racconta Michela (nome di fantasia), una simpatica signora di 86 anni che vive sulla piccola via, poco transitata. Eccetto quando è aperta la scuola, la via è tranquilla, le case sono tutte con giardino e abitate da persone adulte. Michela dopo essersi accorta delle blatte che fuoriescono dai tombini invadendo i giardini, ha chiamato il centralino del Comune per segnalare il fenomeno, senza ottenere risposta. Ha chiamato per sapere a chi rivolgersi ma senza esito. È venuta a sapere poi che doveva mandare una email all'ufficio igiene e ambiente. "Come la manda una email una signora di 86 anni?" ci dice divertita. Si è rivolta a noi non per rivolgere l'ennesima critica sterile verso l'amministrazione di Ladispoli, città - che confessa - piacerle molto, bensì per trovare una soluzione al problema che gli abitanti della via reputano fastidioso oltre che ingestibile. "Da soli non sappiamo che fare e siamo preoccupati, vorremmo venisse effettuata una disinfestazione dei tombini, sono del Comune, è compito loro" afferma. A risultare antipatico invece è il fatto di non ricevere una risposta all'insorgere di una problematica. Un evento non raro in città che fa sentire soli i cittadini, soprattutto i più fragili. Allo scrivere, Michela preferisce parlare dunque insiste, invano, al telefono. "Proverò domani, magari oggi l'ufficio era chiuso" conclude speranzosa anche perché le blatte salgono sui muri e provano ad entrare dalla finestra del bagno. Le hanno trovate persino, al terzo piano. Salgono eccome!" - avverte. E non piacciono.

*Barbara Pignataro*



# Farmacia Cavallini Maria Teresa

Omeopatia - Erboristeria - Veterinaria - Sanitaria



## Servizi Salute

- Misurazione gratuita della Pressione
- Holter Cardiaco
- Holter Pressorio
- Elettrocardiogramma
- Test infiammazione da zuccheri e alimenti
- Test Ricerca Streptococco Beta
- Emolitico Istantaneo
- Autoanalisi pannello lipidico
- Autoanalisi INR
- Foratura + orecchini

## DOMENICA APERTI DALLE 9 ALLE 13

Via Vivaldi, 37 - Valcanneto/Cerveteri (Rm) - Tel./Fax 06.99206361

email: [farmacavallini@gmail.com](mailto:farmacavallini@gmail.com)  Farmacia Cavallini Dott.ssa Maria Teresa

Orari d'apertura dal lunedì al sabato 8:30/13:00 - 16:00/19:30 - Aperta tutte le domeniche dalle 9:00 alle 13:00



## A LADISPOLI DAL CENTRO ALLE CAMPAGNE È INVASIONE DI SERPENTI

**NESSUN TIMORE PER GLI ESPERTI: SI TRATTA DELLA INNOCUA SPECIE NATRIX. UN ESEMPLARE È STATO RECUPERATO PERSINO SULLA SPIAGGIA**

Li trovi sulla spiaggia sotto all'ombrellone. Vanno a "passeggio" sul corso principale e si incuneano nei giardini al primo piano strisciando a volte fin dentro casa. Qualcuno li ha persino filmati mentre si accoppiano nel parcheggio in prossimità della stazione ferroviaria. A questo punto si può anche parlare di invasione di serpenti a Ladispoli ma nessuna paura per gli esperti del settore: sono innocui. Anzi, per biologi e animalisti sono proprio i rettili ad essere minacciati dall'uomo, come quel povero esemplare che ha fatto una brutta fine sul viale Italia, ucciso da uno sconosciuto di fronte a un bar. Si tratterebbe tuttavia di una proliferazione di Natrix o comunemente detta Biscia dal collare. I volontari di Fareambiente Ladispoli in queste settimane continuano a correre da una parte all'altra della città per rispondere a continue segnalazioni degli abitanti e persino dei turisti al mare. Si perchè l'ultimo intervento in ordine cronologico è avvenuto tra un ombrellone e il pattino in uno stabilimento balneare di via Regina Elena, in pieno centro. Qualche bagnante è rimasto sotto choc pensando fosse una vipera. Invece l'ospite era una Natrix per altro molto spaventato. I volontari lo hanno preso con un retino e poi portato in un ambiente più idoneo. Un altro è stato recuperato in uno spiazzo a pochi metri dallo scalo ferroviario. «Purtroppo era ferito in maniera molto

grave – precisano le Guardie Ambientali sulla loro pagina Facebook - sicuramente investito da un'auto, poiché in quel tratto la strada è molto stretta e ad elevata percorrenza. Grazie comunque al cittadino che ci ha avvisati. È una specie innocua perciò non c'è da temere nulla». Due serpenti simili sono state immortalate in un video da un passante mentre si aggrovigliavano sotto ad una vettura parcheggiata a non molta distanza dal centro. Nel video che ha fatto il giro dei social si nota chiaramente come il maschio cercasse un approccio con la femmina pronta a sgusciare via dentro una cabina elettrica con lo "spasimante" pronto ad inseguirla. Una gran quantità di Natrix si troverebbero sulle sponde dei fossi e da lì poi l'assedio pacifico in città magari alla ricerca di topi da inghiottire. Sconvolto invece quel cittadino che in via Flavia, sempre a Ladispoli, se l'è ritrovato nel cofano della sua vettura entrato dal motore. Come ci sia finito lì dentro è davvero un mistero.

A Cerveteri il fenomeno è conosciuto da tempo, anche per la presenza di molte frazioni agricole e quindi di campagne. Il comune etrusco tempo fa ha attivato il Nucleo Recupero Rettili al cui interno figurano membri esperti e addestrati al fine di evitare situazioni di stress per l'animale e di panico per i cittadini (stesso discorso a Ladispoli). Una pattuglia è pronta sempre ad intervenire al numero 366.4488368.





“ **SIGNORE E SIGNORI...  
LA PINSA** ”



**#just\_do\_eat**

**E' arrivata una Nuova Protagonista firmata...**

**DOPPIOZERO *Pizza***

*Scopri la nostra PINSA, fragrante, leggera e altamente digeribile  
condita e farcita con prodotti di prima qualità!*

*Servizio Delivery e Take-away con le nostre Pizze Tonde e al Taglio*



**PIZZE TONDE**

VIA MESSICO 12  
TEL. 06 9910561  
CELL. 350 00 96 668



**PIZZA A TAGLIO**

VIALE ITALIA 71A  
TEL. 06 9912406



# A LADISPOLI UN'ESTATE DA FAVOLA



## IL CARTELLONE DELLE MANIFESTAZIONI CULTURALI, ARTISTICHE, FIERISTICHE E SPETTACOLARI VEDRÀ SUL PALCO ANCHE ARISA, GIUSY FERRERI E THE KOLORS

Due mesi all'insegna del divertimento e della voglia di tornare a sorridere tutti insieme in modo spensierato. Lo annuncia l'assessore alla cultura, Marco Milani, nel presentare il programma degli eventi che si svolgeranno in più zone di Ladispoli, a conferma della volontà di coinvolgere tutta la città in questo ritrovato clima di festa ed allegria.

Piazza Rossellini. Si partirà i primi di luglio con Ladispolibri, e ogni fine settimana, per tutto luglio e agosto sino all'inizio di settembre, sarà possibile gustarsi concerti, cabaret, danza e tanto altro. Questo sarà il sito dedicato a eventi culturali e di spettacolo più popolari, divertenti, che vedranno succedersi anche grandi nomi dello spettacolo come il duo Stefano Masciarelli e Fabrizio Coniglio, Antonello Costa, Michele Ascolese chitarrista di De André. Torna lo Street Food e, alla sua prima edizione, la Fiera del Fitness. La piazza sarà chiusa con accesso contingentato, nel pieno rispetto delle normative vigenti.

Nello spazio culturale della Grottaccia "I servitori dell'Arte" hanno approntato un cartellone di grande qualità, con tanto teatro, concerti e spettacoli nella suggestiva cornice del criptoportico romano per tutto luglio e agosto. Nei giardini Nazareno Fedeli sarà presente un Villaggio Estivo da favola. Gli alberi saranno illuminati magicamente, e tanti gazebo a pagoda ci proietteranno in un'atmosfera orientale.

Si alterneranno presentazioni di libri, concerti, danze e tanto altro. Non mancheremo di coinvolgere anche il Centro Arte e Cultura, dove sarà aperta la mostra pittorica dedicata all'Ultimo Approdo del Caravaggio, con le opere del Maestro Guido Venanzoni e dei suoi allievi. Sono previsti appuntamenti con la musica del Caravaggio, ovvero brani del '500 e del '600, con suonatore di liuto e cantante e diverse incursioni del Caravaggio stesso (interpretato da un attore), che spiegherà i quadri e ciò che vi è celato e si confronterà con il pubblico. Al Teatro Vannini, fino al 29 luglio si terrà l'VIII Summer Music Camp con stages, concerti, seminari e multimedialità a cura dell'Orchestra Giovanile Massimo Freccia diretta dal Maestro Massimo Bacci. A cavallo tra luglio e agosto, il 30, 31 e il primo, il Parco di Palo ospiterà il Ladispoli Summer Fest, l'appuntamento clou dell'estate con tre grandi nomi della musica italiana. Arisa, The Kolors e a chiudere la tre giorni, Giusy Ferreri. Ingresso gratuito. A settembre, dal 3 al 5, altro grande appuntamento con il Ladispoli Celtic Festival, una tre giorni dedicata alla cultura celtica con concerti di musica tradizionale, danze irlandesi e scozzesi, una banda di ben 52 cornamuse, laboratori per i più piccoli, artigianato di qualità, insomma, una piena immersione nella cultura celtica in quello che già da quest'anno si affermerà come il festival celtico di riferimento nel centro-sud.



La casa  
del Pane



Via Fiume, 67 Ladispoli - Tel. 06 9914 4577

# PNEUS CAR di Giacobbe Roberto CENTRO REVISIONI

CARROZZERIA - SOSTITUZIONE BOMBOLE GPL - SOCCORSO STRADALE H24

**OFFERTA ESCLUSIVA** PER LA STAGIONE ESTIVA

➤➤ **FAI LA REVISIONE ALLA TUA AUTO**

E IL TRATTAMENTO DECARBONIZZANTE OXYHYDRO LO PAGHI SOLO

**€ 70**

OPPURE

➤➤ **FAI LA REVISIONE**

E LA RICARICA DELL'ARIA CONDIZIONATA

**SCONTO -50%**




**OXYHYDRO** È UN TRATTAMENTO INNOVATIVO A BASE FISICO-CHIMICA, IL MACCHINARIO EFFETTUA UNA **PULIZIA PROFONDA** DELL'IMPIANTO ALIMENTAZIONE /MOTORE/SCARICO ELIMINANDO TUTTI I RESIDUI INCOMBUSTI CHE ALTERANO IL RENDIMENTO DELL'AUTO E DANNEGGIANO I SISTEMI ANTINQUINAMENTO.  
**L'AUTO DIVENTA COSÌ PIÙ EFFICIENTE  
DIMINUISCE I CONSUMI E RIDUCE L'INQUINAMENTO**

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**



## CAMPO DI MARE O CAMPER DI MARE?

**IRONIA DEI RESIDENTI MA ANCHE POLEMICHE PER L'INVASIONE DEI CAMPER SUL LUNGOMARE. PER MOLTI INVECE NON CREANO ALCUN PROBLEMA. MANCA PERÒ UN'AREA ATTREZZATA SULLA COSTA NORD**

Camper sì, camper no. E c'è chi la battezza ironicamente "Camper di mare". Ci sono i critici cronici insomma sulla costa cerveterana, pronti a puntare l'indice contro la solita invasione di roulotte (anche quest'anno avvenuta su un ampio terreno privato) senza che ci sia nessun tipo di servizio. C'è chi invece non si preoccupa più di tanto sostenendo che i villeggianti in fondo non fanno nulla di male occupando semmai solo un po' di spazio. Il duello è acceso. «Una meravigliosa veduta: ci voleva proprio una zona camper abusiva per rivalutare la frazione di Cerenova», ironizza la signora Patrizia. Come lei tanti altri abitanti ritengono che i turisti si debbano sistemarsi in un'area idonea e non sul prato tra via Navigatori etruschi e viale Mediterraneo, togliendo magari posti auto ai vacanzieri che vogliono

raggiungere le spiagge e devono anche superare l'ostacolo dei cantieri in corso. La verità comunque è che da Cerveteri a Ladispoli (la fetta si allarga sia verso nord che verso la Capitale) non esiste una sola attività attrezzata e i camperisti non è che abbiano alternative. Per questo si teme una sorta di assalto soprattutto nel periodo di luglio e agosto. Qualche cittadino punta poi i riflettori sul possibile inquinamento che alcuni mezzi potrebbero creare a causa di un ipotetico sversamento di liquami, o per i rifiuti prodotti e accatastati, prima di lasciare Campo di Mare, nei pochi cestini disponibili che si trovano lungo la strada. Alcuni comunque hanno contattato sul serio la Polizia Locale nei giorni scorsi per segnalare un odore non proprio invitante, l'accensione di barbecue, segnalando pure come




**PINSA ROMANA**  
**FINO A 3 GUSTI**  
**€ 10,00** Alla pala

**Largo Claudio Monteverdi, 25 - 0639376268 Valcanneto - Cerveteri**

la nuova segnaletica sembri incoraggiare questa situazione in una zona priva di qualsiasi servizio. Il clima insomma non è proprio idilliaco.

L'area sosta in sé e per sé non sarebbe illegittima. L'unica regola da rispettare, e lo prevede il codice della strada, è quella di non campeggiare. Fin quando il camper arriva, parcheggia e i suoi occupanti vanno al mare non c'è nulla di irregolare. Lo si può utilizzare anche per riposare durante la notte, ma non è consentito aprire la veranda, posizionare tavolini o sedie. Non si può nemmeno lasciare il gradino aperto o mettere i piedini di stazionamento. Ovviamente se qualcuno viene sorpreso a scaricare liquami rischia una multa e peggio un procedimento penale. L'assessora alle Politiche Ambientali Elena Gubetti ha rassicurato sostenendo che i controlli sono all'ordine del giorno, specie nel fine settimana, e che al momento non si sono verificate situazioni a rischio per l'ambiente. È dello stesso avviso la categoria dei balneari. «Corrisponde al vero affermare che la costa nord, e anche Campo di Mare – afferma Giorgio Alabiso, presidente di Assobalneari – è sprovvista di un'area adibita per i camper e ciò sarebbe naturalmente auspicabile per il futuro. Molti però hanno polemizzato eccessivamente a mio avviso, sostenendo che queste persone sporcano e, almeno per quanto visto da me, direi di no. Non hanno lasciato a terra una sola cartaccia». Il discorso, inevitabilmente, si sposta sui cantieri in corso. Lavori in ritardo secondo la tabella di marcia. «Finalmente un intervento urbanistico – aggiunge Alabiso – destinato a migliorare la situazione socio-economica della nostra frazione balneare. Da anni attendevamo un intervento del genere sperando si concluda nel più breve tempo possibile per evitare ulteriori disagi». Si sono lamentati in parecchi a giugno. I consiglieri comunali di opposizione non le hanno mandate a dire alla maggioranza. La Giunta però rassicura con l'assessore ai Lavori Pubblici. «Entro giugno ce la faremo, – risponde Matteo Luchetti – in questi giorni verranno montate le rastrelliere, le pensiline per le fermate del bus e almeno otto fontanelle. Poi i lampioni e tanti altri arredi sulla pista ciclabile in fase di costruzione». Mistero sulle palme. Alcune erano state impiantate ma sono state subito rimosse. Il Comune ne ha così ordinate altre 20 resistenti al punteruolo rosso e compatibili con il clima marittimo. «Erano troppo piccole – conclude Luchetti – alte un metro e 60 centimetri quando le avevamo chieste da 3 metri. La pianta è la Washingtonia, resistente al punteruolo rosso». A proposito di opere pubbliche. A breve inizieranno i lavori per la rotatoria tra via Settevene Palo e via Chirioletti. L'appalto con la ditta è stato firmato, così come quello relativo alla riasfaltatura di alcune strade, come viale Manzoni, via Domenica D'Annunzio nei pressi della scuola materna Montessori e via Iaffei.



**STABILIMENTO BAGNI 33**

Dove trascorrere una giornata in pieno relax

**Servizi offerti**  
COLAZIONE - PRANZO - CENA  
SERVIZIO BALNEARE - APERITIVO

LUNGOMARE REGINA ELENA, 33 - LADISPOLI  
INFO E CONTATTI: 388 958 3110



## STUDIO DENTISTICO

Dott. Clemente Danese

Odontoiatria e Chirurgia Orale

dal 1996 a Cerveteri

PREVENZIONE ED IGIENE  
IMPLANTOLOGIA  
PARODONTOLOGIA  
PROTESI FISSA,  
SU IMPIANTI E MOBILE  
CHIRURGIA ORALE  
ORTODONZIA  
INFANTILE E ADULTA  
CONSERVATIVA  
ENDODONZIA  
ODONTOIATRIA INFANTILE



VIA S. ANGELO, 1 CERVETERI  
Tel. 06.9951282 - Cell. 335.207694



## GUARDIA COSTIERA: 250 UNITÀ A VIGILARE LE SPIAGGE LAZIALI

**CIVITAVECCHIA, ROMA-FIUMICINO E GAETA: AL VIA L'ATTIVITÀ ESTIVA A TUTELA DEI BAGNANTI. ATTIVO 24 ORE SU 24 - 7 GIORNI SU 7, IL NUMERO PER LE EMERGENZE IN MARE:1530**

Guardia Costiera - "Mare Sicuro 2021". Dopo la presentazione ad Ostia, alla presenza del Ministro Giovannini e del Comandante generale del Corpo delle Capitanerie di porto, Ammiraglio Pettorino, anche sul territorio della **Regione Lazio** la **Direzione marittima di Civitavecchia** ha dato avvio, sabato 19 giugno, alla tradizionale attività estiva a tutela di bagnanti, diportisti e, in generale, di tutti i fruitori del mare e delle spiagge laziali.

Il dispositivo organizzato dalla Guardia Costiera lungo i 361 km di litorale che si estendono da Montalto di Castro a Minturno prevede l'impiego di **42 mezzi navali del Corpo dislocati nei porti e negli approdi laziali sotto il coordinamento operativo del 3° Centro di soccorso marittimo di Civitavecchia**. Nei 3 Compartimenti marittimi della Regione (Civitavecchia, Roma-Fiumicino e Gaeta) circa 250 operatori distribuiti in 17 uffici marittimi sono quindi pronti a vigilare, come ogni anno, per consentire a milioni di persone di trascorrere la prossima estate in sicurezza e nel rispetto dell'ambiente marino e costiero.

Tra le novità di quest'anno va registrata sul **litorale di Tarquinia** l'adozione e l'approvazione a cura della Capitaneria di porto di Civitavecchia di un piano di salvamento collettivo tra più strutture balneari con l'obiettivo di incrementare i livelli di tutela e salvaguardia dei bagnanti.

A tal proposito, sulla scorta dell'analisi dei più comuni incidenti registrati negli anni precedenti, non è mai superfluo il richiamo a comportamenti

orientati alla massima prudenza a terra, ma ancor più a mare, rispettando scrupolosamente le regole di navigazione, in particolare quando ci si trova sotto costa e in prossimità di spiagge frequentate da bagnanti. Anche quest'anno dedicate verifiche permetteranno ai diportisti di conseguire il cosiddetto "Bollino blu", ovvero una sorta di certificazione di conformità alle norme in grado di prevenire possibili duplicazioni nei controlli a mare. Degno di nota è l'accordo intervenuto tra la **Capitaneria di porto di Roma-Fiumicino ed i Comuni di Pomezia ed Ardea** per il potenziamento delle attività di vigilanza lungo le coste, accompagnate da mirate campagne di informazione e prevenzione ed una più efficace interoperabilità con gli organi di Polizia Locale. E ancora, nel **Compartimento marittimo di Gaeta**, l'intensificazione, soprattutto nei weekend ed in prossimità delle principali festività, dei controlli sul traffico diportistico e passeggeri verso le Isole Pontine e la presenza di personale e mezzi navali della Guardia Costiera anche Marina di Latina, ove è prevista la prossima apertura di un dedicato presidio del Corpo.

Si ricorda infine che è sempre attivo, **24 ore su 24 - 7 giorni su 7, il numero per le emergenze in mare "1530"**, con il quale si può contattare il più vicino ufficio della Guardia Costiera e attivare con immediatezza il personale e i mezzi navali del Corpo delle Capitanerie di porto, organizzazione cui fa capo la sicurezza in mare.

# PREZZI DA CAMPIONI

**SUN SILK**  
 SHAMPOO 250 ML  
 BALSAMO 200 ML  
 ASS.

**OCCHIO AL PREZZO** 😊  
**0,88**

**NELSEN**  
 PIATTI  
 900 ML  
 ASS.

**OCCHIO AL PREZZO** 😊  
**0,79**

**PASTA DEL CAPITANO**  
 DENTIFRICIO  
 100 ML ASS.

**OCCHIO AL PREZZO** 😊  
**0,49**

OGNI 30 EURO DI SPESA\*  
 CON IL CONTRIBUTO DI **1** EURO RICEVERAI  
 UNO SPAZZOLINO COLGATE TRIPLE ACTION X4 MEDIO  
 O UN SET 3 STROFINACCI 45X60 CM

\*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.  
 L'OFFERTA DI ACQUISTO È LIMITATA A 3 PEZZI PER CODICE PER I REPARTI DETERGIVO, PROFUMERIA E MONOUSO ED A 4 PEZZI PER CODICE PER TUTTI GLI ALTRI REPARTI, SALVO ESAURIMENTO SCORTE E/O ERRORI TIPOGRAFICI (ART. 11 L. 104/98 REGOLAMENTO MIN. N. 558/01)

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

**OFFERTE VALIDE DAL 26/06 AL 10/07/2021**

SALVO ESAURIMENTO SCORTE



MAGAZZINI  
**Maurys**

MAGAZZINI  
**Maurys**

MAGAZZINI  
**Maurys**

MAGAZZINI  
**Maurys**

MAGAZZINI  
**Maurys**



DOVE  
SAPONE LIQUIDO  
250 ML. ASS.

**0,99**



PALMOLIVE  
SAPONE SOLIDO  
90 GR 3+1  
ASS.

**0,99**



PALMOLIVE  
DOCCIA  
250 ML.  
ASS.

**0,79**

**50% SCONTO**  
SULLA LINEA MILMIL



MILMIL  
DERMO GEL  
300 ML.

MILMIL  
CREMA VISO  
60 ML.

MILMIL  
UREA 3%  
DEO SPRAY REFRESH  
200 ML.

**50% -1,99**  
**0,99**



SPUMA SCIAMPAGNA  
BAGNOSCHUMA  
500 ML. ASS.

**1,19**



OMEGA  
BAGNOSCHUMA  
400 ML. ASS.

**400 ML**  
**2,49**



**1 LT**  
**1 LT**

PALMOLIVE  
BAGNO DOCCIA  
1 L. ASS.

**OCCHIO AL PREZZO**  
**1,79**

MILMIL  
DERMO GEL MANI 300 ML.  
CREMA VISO 60 ML.  
UREA ILLUMINANTE  
DEO SPRAY REFRESH  
200 ML.

**50% -1,99**  
**0,99**

NATURALE  
**THERMO THERAPY**

DISPOSITIVI TERAPEUTICI  
SENZA MEDICINALI  
ERBAFIT COMPLEX

**OMAGGIO**

OGNI PZ DI THERMOTHERAPY TUBO GEL  
ACQUISTATO IN OMAGGIO UN  
THERMOTHERAPY FITO-MONDOOSE  
SCHIENA/SPALLE

**6,99**

LA SCIENZA DELLA NATURA.

THERMOTHERAPY  
FITO TUBO ROLL-ON  
100 ML.  
+ MONDOOSE FITO  
SCHIENA/SPALLE  
IN OMAGGIO

**6,99**

BILBA  
● CERA FIX  
● CREMA DEL FIX  
● SPUMA RICCI PERFETTI  
● LACCA SEMI DI LINO

**1,79**



CERA DI CUPRA  
VASO 50 ML. ASS.

**4,69**

ACQUISTA  
1 SALVIETTINE FRIA MILLEUSIPIU'  
IGIENIZZANTE 70% ALCOOL 20 PZ  
**IN OMAGGIO**  
1 FRIA MILLEUSI IGIENIZZANTE 8 PZ

**1,79**

FRIA  
FRIA STRUCCANTI  
MICELLAR

SALVIETTE  
STRUCCANTI  
20 PZ ASS.  
+ MASCHERA  
FACCIALE  
IN OMAGGIO

**1,99**



L'OREAL  
MEN EXPERT  
GEL DOCCIA  
300 ML.

L'OREAL  
MEN EXPERT  
DEO SPRAY  
150 ML.

**1,49** **1,69**



NEUTROMED  
BAGNOSCHUMA  
750 ML.

**OCCHIO AL PREZZO**  
**1,39**



NEUTROMED  
DEO SPRAY  
ASSORTITI  
150 ML.

**0,99**

NEUTROMED  
DEO ROLL-ON  
ASSORTITI  
50 ML.

**0,99**

**PROFUMERIA**

**PISCINA CORAL KIDD**  
A 3 ANELLI  
CM. 122X25  
**4,99**

**PISCINA A 3 ANELLI**  
FONDO GONFIABILE  
CM. 70X30,  
2 COLORI ASS.  
**2,99**

**LA MIA PRIMA PISCINA FAST SET**  
• CM 152X38 H  
• CAP. 477 LT.  
• 2+ ANNI  
**12,99**

**PISCINA SUMMER**  
3 ANELLI COLOR  
CON FONDO GONFIABILE  
CM. 102X25

**FUCILE AD ACQUA BIMBO**  
**6,60**

**LA MIA PRIMA PISCINA CON STRUTTURA**  
CM. 122X122X30,5H  
CAP. 365 LT. 2+ ANNI  
**19,90**

**GIOCO BASKET C/2 PALLE**  
**3,99**

**MONOPATINO SPIDERMAN/FROZEN**  
2 RUOTE  
**16,99**

**FUCILE ACQUA DELFINO**  
2 COLORI ASS.  
**3,99**

**FUCILE ACQUA MILITARE**  
C/ SERBATOIO  
**3,99**

**MONOPATINO FROZEN**  
3 RUOTE  
**14,99**

**FOREVER SUNDAY**  
MONOPATINO  
UNICORNO/SQUALO  
**14,99**

**ME CONTRO TE**  
MONOPATINO  
**16,99**

**FUCILE AD ACQUA**  
AVENGERS/SPIDERMAN  
**6,99**

**SET MARE CASTELLO PICCOLO**  
**2,49**

**SET SPIAGGIA MARINE**  
**2,69**

**SET SPIAGGIA MARINE +CARRIOLA**  
**3,99**

**GLI SCAVATUTTO "RUSPA"**  
**3,99**

**CAMION COMPLETO MARE**  
**6,99**

**CARRETTINO C/COMPLETO MARE**  
**6,99**

**MAURY'S RACCHETTONI BEACH BALL**  
**1,99**

# ESTATE

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

**OFFERTE VALIDE DAL 26/06 AL 10/07/2021**

SALVO ESAURIMENTO SCORTE

L'Associazione Culturale  
vi invita a

**Quia**

Dante, il sommo canto

Sala espositiva Principi Ruspoli  
Piazza Santa Maria - Cerveteri  
25-26-27 giugno 2021



Pagina ufficiale  
[www.quiamagazine.it/danteufficiale](http://www.quiamagazine.it/danteufficiale)

## CERVETERI MOSTRA D'ARTE "DANTE, IL SOMMO CANTO"


La città si veste di Dante Alighieri in una suggestiva mostra in occasione della ricorrenza dei 700 anni dalla morte del Sommo Poeta. Organizzata nel Lazio dall'Associazione Quia, in collaborazione con l'Associazione La Collina dei Ciliegi e la APS Il Mandorlo d'Oro, sotto la direzione dei curatori Moreno Stracci e Pamela Stracci.

La mostra, che si terrà nei giorni del 25, 26 e 27 giugno presso la sala espositiva Palazzo Principi Ruspoli in piazza Santa Maria, prevede una serie di iniziative che renderanno la visione di Dante interessante e attuale nonché accessibile ad un pubblico sia adulto che giovane: rievocazioni storiche, balli medievali, performances artistiche e la immancabile Lectura Dantis di passi scelti della Divina Commedia. Pittori, scultori e poeti provenienti da tutta Italia e non solo ci introdurranno in una visione interiore del simbolismo e del messaggio dantesco che a dispetto dei secoli è ancora attuale e coinvolgente. Nel corso degli appuntamenti spazio anche ai giovani ai quali è dedicata, con il progetto Dante Scuole, una sezione della mostra e degli eventi mirati. *"Dante propone un messaggio sempre moderno e accessibile a tutti, anche ai ragazzi – dice Pamela Stracci – proprio per questo motivo una sezione della mostra sarà dedicata all'esposizione dei lavori del Liceo Sandro Pertini di Ladispoli che ha aderito in maniera importante all'iniziativa".*



CONSEGNA A DOMICILIO TUTTI I GIORNI  
DALLE 17 ALLE 22

VIA GLASGOW, 58 LADISPOLI TEL. 06.99144828

 UN PEZZO DI RUSTICA



## KRAMER ALLA BANDITACCIA

**ERA IL 1834 QUANDO L'ILLUSTRE ACCADEMICO VENNE A CERVETERI PER ISPEZIONARE STRAORDINARI RITROVAMENTI ARCHEOLOGICI**

*Nel susseguirsi degli incalcolabili anni di **vacche magre** vissuti dalla Necropoli, proporre l'emozionante racconto dell'ispezione alla Banditaccia dell'accademico G. Kramer, nell'aprile del 1834, potrebbe far rinfocolare, in noi cervetrani, un legittimo moto di orgoglio. Un sentimento sopito da tempo e che, ritrovato, potrebbe rappresentare la primigenia condizione per uscire dall'interminabile tunnel in cui ci siamo lasciati infilare, così come, mi si passi la blasfemia, la vittoria degli Azzurri al Campionato europeo di calcio. Un Rinascimento delle coscienze, foriero di un'auspicabile partecipazione attiva all'incredibile Patrimonio della nostra comunità, prima ancora che dell'Unesco.*

Le notizie che giungevano all'Istituto Archeologico, sebbene frammentarie, non lasciavano dubbi: nel vicino principato di Cerveteri erano venuti alla luce rilevanti ritrovamenti Etruschi. La paura che ben presto le tombe di quel sepolcreto sarebbero state di nuovo interrate fece decidere l'Istituto ad inviare in ispezione il professor G. Kramer. Purtroppo all'arrivo del professore ben cinquantuno sepolcri dei cinquantatre scoperti erano di già finiti sottoterra.

Seguiamo il racconto relazione del Kramer riportato nel bollettino di corrispondenza archeologica del maggio 1834: «Questo sepolcreto trovasi su una eminenza tufacea a nord della città. Di là si monta per un piccolo sentiero sulla vetta dell'indicata eminenza che si estende in vasta pianura posta a coltivazione, chiamata la Banditaccia, e sulla quale si approfondano i sepolcri sempre nel tufo.

Alcuni monticelli rotondi di forma regolare danno indizio certissimo che là è un sepolcreto. I quali monticelli poichè furono aperti, si trovò contenere un sepolcro e talvolta due; ed i tumuli ove si inoltravano dalla superficie del suolo, erano spesso anche ornati d'una specie di cornicione terminante in gradini. L'uno dei due sepolcri che abbiamo esaminato ha l'ingresso volto a levante ed è composto da sei camere tagliate nel masso. Da rilevare mi parvero due sedili a poggiali coi loro suppedanei ricavati diligentemente dal tufo stesso a ridosso della parete principale della camera più grande la quale fa centro del sepolcro, fra le tre porte che introducono a tre camere più piccole. Sopra ognuna di quelle sedie è un gran disco intagliato con rilevamento della parete, come fosse ornamento; ed uguali dischi si



### AMBULATORIO VETERINARIO

*Dir. Sanitario*

**Dott. De Angelis Pio**

**Cerveteri (Rm)**

**Via Soprani Fratelli, 50**

**Tel./Fax 06 9943155 - Cell. 360 240002**

trovano tutt'intorno per le pareti di questa camera e di quelle di una delle attigue, ma in questa in margine più basso così circonda i dischi che rassomigliano interamente agli scudi argivi. Oltre le sedie meritano osservazione i letti che sono lavorati costantemente nel masso con eleganza singolare. L'altro sepolcro ha l'ingresso volto a ponente ed è composto di quattro ambienti. Il più importante è senza dubbio il primo di forma quasi ellittica e ornato di varie pitture, le quali pur danneggiate, conservano nondimeno quanto basta per concepire una idea degli oggetti rappresentati e dello stile del disegno. Siffatte dipinture sono assai rozze e semplici: perché senza preparazione d'alcuna sorta di fondo, sia per levigare la parete ossia per colorarla, sono adoperate sul tufo naturale che è umido, poroso e di colore bruno. Tre soli colori vi si vedono usati, cioè il nero, il bianco ed il rosso; i contorni delle figure sono di nero e fatti per un pennello grossissimo; ed i corpi alternativamente o di bianco o di rosso in modo molto semplice e particolare. Le teste sono quasi tutte bianche, i corpi rossi; talora l'una gamba rossa e l'altra bianca. Nella prima camera vi stanno le dipinture più importanti. Cominciando da destra si vede una figura maschile con naso lungo e barba puntuta in atto di camminare e di scoccare un dardo dall'arco che s'incurva per la corda tratta con forza. Il volto è bianco, i capelli neri, lunghi e rozzissimi; le gambe pur bianche ed il resto è coperto da una foggia di veste stretta e corta, tinta di rosso e striata di nero. Innanzi costui procede una bestia la quale, se le offese del tempo e del luogo n'han quasi scancellata la testa, non per tanto dimeno può determinarsi con certezza essere una cerva. Succede alla cerva un gruppo di due leoni ed un cervo, primo è un leone che, adunghiate il cervo alle spalle sta per isquartare, stringendone colle zanne la gola; ed il cervo con grandi corna rivolge forzosamente la testa. L'altro leone seduto sui deretani piedi inchina la testa verso la groppa dello stesso cervo, forse per farne strazio anch'egli. La porta, a somiglianza di quelle dei templi antichi, ha lo stipite tutt'intorno colorato a liste bianche rosse e nere. E sopra l'architrave è dipinto un ariete correndo verso la parte sinistra dello spettatore, e par che fugga l'arrivo dell'altro leone che inseguendo e spiccato un salto dal piano delle altre bestie del lato descritto, già colle zampe dinnanzi è sull'architrave e quasi raggiunge l'ariete. Proseguendo a sinistra le dipinture sono assai più danneggiate; nientedimeno dopo la porta si scorge una testa umana molto simile a quella disopra; e mi pareva che anche alcune tracce d'arco vi fossero rimaste. Le pitture dell'ordinamento inferiore sembra pur che rappresentassero figure d'animali ma tranne la testa d'un leone sedente tutte quante sono perdute. Malgrado la rozzezza di questi dipinti, non manca, almeno nelle bestie, espressione e verità».

**TIEFFE**  
La qualità del prodotto  
**MADE IN ITALY**

**SCONTO IMMEDIATO**  
IN FATTURA



**PRODUZIONE INFISSI  
LAVORAZIONI IN FERRO**

PORTE BLINDATE / PORTE IN LEGNO  
INFISSI IN ALLUMINO / INFISSI IN PVC  
ZANZARIERE / TENDE DA SOLE  
CANCELLI / GRATE  
RINGHIERE / PERSIANE BLINDATE

[www.tieffeinfissi.com](http://www.tieffeinfissi.com)

**VIA S. ZOPPO, 14 00062 BRACCIANO (RM)**

TEL: 06 9987021 - FAX: 06 99809343

Email: [info@tieffeinfissi.com](mailto:info@tieffeinfissi.com)

# CERVETERI, RACCONTI CHE SCALDANO IL CUORE



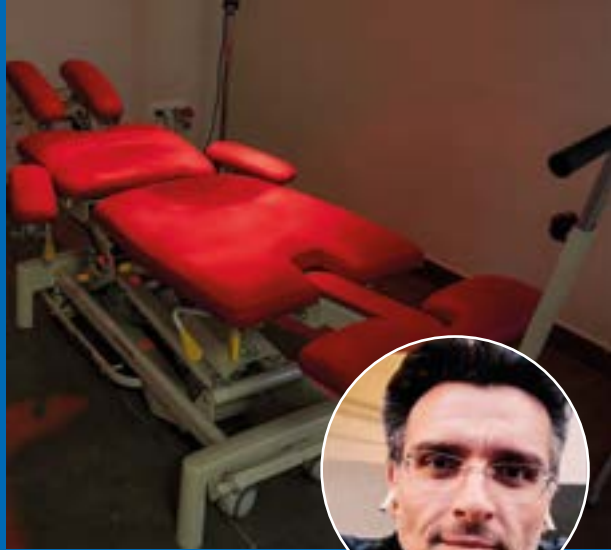
## CI SONO EVENTI, SITUAZIONI E PERSONE CHE FANNO SENTIRE ORGOGLIOSI DI APPARTENERE A QUESTO MERAVIGLIOSO TERRITORIO: LUISIANO FIORE ED I SUOI ALLIEVI

Il 4 luglio 2021, presso il centro sportivo RIM potremo vedere realizzarsi il sogno di un Maestro e dei suoi allievi: dimostrare che picchiare duro sul ring non impedisce di essere amici fuori. Che, se si gioca secondo le regole ne usciamo tutti vincitori. Un gruppo di ragazzi dilettanti da tutto il territorio provinciale arriveranno a Cerveteri per sfidarsi e confrontarsi, conoscersi e capirsi dimostrando come il confronto a volte può essere un'occasione di crescita. Una serata in cui anche i più piccoli avranno un palco per dimostrare quanta disciplina, lavoro, impegno e coordinazione occorre per fare uno sport completo come la boxe, troppo spesso relegato a livello di "scazzottata da strada". Insieme alle cose che non vanno, iniziamo a raccontare anche quelle che funzionano, dell'impegno e la passione di un singolo che diventa la passione di un gruppo e rappresenta un valore aggiunto per tutto il territorio. Sono le parole di Francesca Romana, la mamma di due ragazzi che vivono nelle campagne di Cerveteri. Circa due anni fa i suoi figli si sono avvicinati alla disciplina della boxe in una palestra di zona. "Non le nascondo che entrambi, sia mio marito sia la sottoscritta, nutrivamo delle riserve: come cambieranno i nostri figli? Non è che ora diventeranno aggressivi o peggio violenti?" si confida considerando come l'adolescenza sia un periodo delicato. "Bene, iniziato il percorso – prosegue – abbiamo notato dei cambiamenti, ma con nostra grande sorpresa non quelli che temevamo. Il

loro Maestro, infatti, li ha accolti e sorretti, guidati, indirizzati come a volte neanche un genitore riesce a fare. Durante il lockdown non li ha mai lasciati soli, tanto che sono arrivati al rientro, in forma come quando hanno interrotto". Il gruppo di giovani atleti, dapprima scarno, si è fatto via via più nutrito, sono arrivati i primi incontri, anche le prime sconfitte, ma ogni volta ad asciugare sudore e lacrime c'era sempre Luisiano. Ben oltre l'angolo. In punta di piedi, delicato e deciso, proprio come bisogna essere sul ring. "Una persona che ha fatto di un gruppo di aspiranti atleti una seconda famiglia, e solo Dio sa quanto abbiamo bisogno di esempi positivi per i giovani, spesso persi in un turbinio di emozioni, confronti e giudizi" - aggiunge Francesca Romana - e ci racconta come il lavoro del Maestro è stato talmente valido che l'amministrazione comunale ha voluto premiare l'impegno concedendo il Patrocinio all'evento e collaborando nella realizzazione dello stesso. Grazie al sostegno dell'assessore delle politiche culturali e sportive e dell'assessore alle attività economiche e produttive, che da subito hanno sposato l'idea, si vedrà realizzato il sogno dei ragazzi. "Ci tenevo a far sapere – conclude - quanto una mamma si possa sentire tranquilla ad affidare entrambi i suoi figli a Luisiano Fiore e, mettere a conoscenza la cittadinanza che a Cerveteri, ogni tanto, ci sono eventi, situazioni e condizioni che fanno sentire orgogliosi di appartenere a questo meraviglioso territorio".



**RIABILITAZIONE ORTOPEDICA  
E FUNZIONALE  
TRATTAMENTI VISCERALI  
DISORDINI  
MUSCOLOSCELETRICI  
RIABILITAZIONE  
NEUROLOGICA  
VOJTA/PERFETTI  
ESPERTO DI YOGA**



## **ORA LADISPOLI!**

Tante le collaborazioni avute in più di 20 anni di lavoro, tante le riflessioni per un lavoro che si spinge oltre il disturbo di un paziente, tante le storie ascoltate e tanti gli amici acquisiti, questo il mio approccio da sempre!!!!

Il lavoro d'equipe rimane il cardine della mia visione, equipe formata da medici e collaboratori al servizio della salute da sempre!!!

### **LA NOSTRA MISSIONE.**

Ora Ladispoli, perché la vita è fatta d'incontri, di occasioni e di casualità! La mia nuova esperienza è nata dall'integrazione di queste energie, una bella storia che da un anno e più stà facendo conoscere una riabilitazione adulta dove il paziente è una persona, dove il paziente torna con fiducia!!!!

Ora Ladispoli per ringraziare tutti i pazienti visti in questo periodo che mi hanno fatto sentire a casa come mai è stato!!!

In questo grazie c'è la voglia come il primo giorno di ricevervi nel mio centro anche solo per una considerazione perché questo sono io.

La Fisioterapia è il mio biglietto da visita in uno studio confortevole e spazioso, molte le tecniche utilizzate molti gli strumenti e gli elettromedicali impegnati per il trattamento di patologie ortopediche, neurologiche, disturbi posturali, disturbi dovuti a carichi sportivi o disfunzioni varie!!!

Ora a Ladispoli in Via Berna 6a potete trovare Fabrizio Valletti perché questo è il mio nome con tutti i ragazzi della mia squadra pronti ad accogliervi!!!

Fabrizio Valletti (Fisioterapista)

I.P.

**INFO E APPUNTAMENTI**  
**340 896 9357**  
**LADISPOLI - VIA BERNA 6/A**  
CI TROVI ANCHE SU  **fluagesrl**



## TARIFFE PARCHEGGIO VIA DEL LAGO: RESIDENTI DIMENTICATI

**NESSUNA AGEVOLAZIONE PER I CITTADINI.  
MA IN CAMPAGNA ELETTORALE LA PROMESSA ERA UN'ALTRA**

Verba volant scripta manent. Pesa come un macigno sull'amministrazione Tondinelli di Bracciano quanto scritto nero su bianco nel programma elettorale se si effettua un confronto con quanto messo in atto. L'incoerenza la fa da padrona, non ci si ricorda più quanto promesso al cittadino votante. Lo si è imbonito in vari modi, ma la realtà è ben diversa. E' il caso dei parcheggi e della recentissima polemica sfociata anche sui social sulle tariffe imposte per parcheggiare nel parcheggio in via del Lago in prossimità del lungolago: 5 euro sonanti per l'intera giornata, 3 per mezza giornata. Scompaiono le agevolazioni che nel 2020 erano previste per i residenti. Un'estate salata. E a dire che per dare una sistemata alla buona a quel terreno incolto sono stati impiegati contributi ad hoc regionali. Bracciano Punto e basta, nel senso, vengo una volta poi scappo, altro che "Punto Bracciano" lanciato come slogan turistico della cittadina dai soloni consulenti della corte di Tondinelli. Ricordiamo allora agli elettori quanto promesso da Tondinelli in campagna elettorale. Citiamo testualmente: "Revisione del piano parcheggi a pagamento che preveda l'abolizione o la massima riduzione per i residenti". Il politico oltre la casacca cambia pelle. Ora si può, come racconta la delibera che amplia le aree di sosta a pagamento, cedere pezzi di territorio in affitto perché li subaffitti (ma

i soldi a quanto pare non andranno alla ditta ma al Comune) per la sosta all'ignaro turista romano attirato dalla fama di uno dei castelli più amati al mondo e al cittadino vessato. "VISTO che - si legge nelle premesse della delibera di giunta che stabilisce le tariffe valide dal 3 luglio al 31 agosto - il parcheggio nelle strisce blu, essendo un contratto di parcheggio senza custodia, è soggetto alle norme sulla locazione...; VISTO il contratto di Rep. n. 10027 del 24/11/2020 e relativo capitolato d'appalto ... che, all'art.2, individua espressamente le località/zone del territorio comunale ... interessate al servizio di gestione dei parcheggi a pagamento ... tra cui non rientra il cosiddetto "parcheggio del Lago", area di parcheggio situata in prossimità del lago di Bracciano via del Lago 26 ed avente una capienza di circa n. 150 posti auto/moto; ... VISTO che l'art.4 del contratto (parola mancante) la possibilità per l'Ente appaltante di modificare, eccezionalmente e temporaneamente, e per periodi dell'anno non superiori a 60 giorni, la superficie delle aree destinate a parcheggio a pagamento senza apportare alcuna modifica dell'importo dovuto alla ditta". Nel Comune dove tutto gira attorno alle rotatorie tutto è possibile. Anche una tassa di soggiorno per servizi turistici, se si eccettua il mezzo elettrico al centro storico, praticamente nulli.

**PROFESSIONALITÀ  
IMPEGNO  
E TRASPARENZA**  
SONO I MOTORI  
DELLA NOSTRA **PASSIONE.**

Con **Urbe Aero**  
puoi accedere al Prestito  
**BNL Futuriamo**  
dedicato agli studenti per sostenere  
l'investimento nel futuro\*



**SCOPRI  
BNL FUTURIAMO**

Con oltre di 10 anni di esperienza e più di 56.000 ore di volo training, la Urbe Aero offre un programma di formazione per cadetti seguendone la crescita professionale dall'inizio del percorso e oltre. La nostra missione è formare profili di successo mirando ai più elevati standard richiesti dalle compagnie aeree.



**Urbe Aero Flight Academy**  
Aeroporto di Roma Urbe - Via Salaria, 825 - Roma  
+39 06.8854.3187 - training@urbe.aero

#Strongerthanbefore  
#Makeyourdreamshappen  
[www.urbe.aero](http://www.urbe.aero)  




## PET, SOS DISIDRATAZIONE: COSA FARE

### I CONSIGLI DELL'ENPA PER NON FARSI TROVARE IMPREPARATI DAL CALDO IN UN VADEMECUM ON LINE

Non sudano, ma anche loro temono il caldo e hanno bisogno di cibo leggero e acqua fresca, ma non gelata. Ci siamo. Il caldo è arrivato e, per essere sicuri di non farci trovare impreparati, l'Ente Nazionale Protezione Animali (ENPA) ricorda le piccole precauzioni da prendere per godersi l'estate insieme ai nostri animali con un piccolo vademecum on line.

E' bene dire subito che cani e gatti per abbassare la loro temperatura corporea – normalmente intorno ai 38,5° - aumentano i ritmi respiratori. Inoltre, proprio come noi, sono soggetti a scottature solari, alla disidratazione e al più pericoloso colpo di sole. E' importante osservare il gatto e non sottovalutare i campanelli d'allarme. Ma quali?

Se il micio è stanco, spassato, dorme troppo e non gioca come fa di solito è probabile che sia disidratato. Anche la bocca asciutta e gli occhi infossati sono un sintomo da non sottovalutare. Come per il cane, è importante sollevare il labbro ed esercitare una pressione sulla gengiva, se non torna subito di colore rosa è probabile che sia disidratato. Anche la scarsa elasticità della pelle è un sintomo di carenza di acqua. In questi casi è bene somministrargli subito dell'acqua fresca:

se il gatto non beve, è necessario rivolgersi al veterinario.

Per prevenire il problema è importante fornirgli un'alimentazione leggera ed evitare il gioco e l'attività fisica nelle ore più calde proprio come per il cane.

Se poi il vostro gatto è bianco è necessario avere maggiore cura ed evitare l'esposizione al sole, almeno fra le 11:00 e le 17:00, per risparmiargli l'insorgenza di una dermatite da fotosensibilizzazione, che può trasformarsi in qualcosa di più grave come un tumore. Un altro accorgimento utile è quello di applicare una protezione solare specifica per animali con un alto fattore di protezione, soprattutto nelle zone più delicate, il naso e le orecchie. E se vuole fare un tuffo con voi nel tardo pomeriggio non ci sono problemi. I gatti sono anche discreti nuotatori, come il Norvegese, il Maine Coon, il Turco Van e il Siberiano.

Comunque, per i dubbi più insidiosi c'è il Centro di Cultura felina, che fornisce preziose informazioni sul gatto, oltre ad organizzare corsi on line e webinar molto utili per chi ama il proprio felino ([www.culturafelina.it/](http://www.culturafelina.it/)).



**ANIMAL MARKET** Tutto per la cura dei tuoi piccoli amici

[www.animalmarket2014.it](http://www.animalmarket2014.it) - Orario Lun-sab 8.30-20.00 Dom 8.30-13.00

CERVETERI - L.go Guido Rossa, 2 - 06 995 2482 - LADISPOLI - Via dei Garofani, 1 - 06 455 59667  
BRACCIANO - Via Braccianese Claudia, 56 - 06 982 68127

f Animal Market  animal\_market



*Cantina Cerveteri*

Tutto il carattere del nostro territorio

*Dal 1961 la nostra passione  
per la vite e per il vino*



CONSEGNE A DOMICILIO

VIA AURELIA KM 42,700 - CERVETERI

TEL . 06 99 444 201 - FAX 06 99 444 217 - [info@cantinacerveteri.it](mailto:info@cantinacerveteri.it)

[www.cantinacerveteri.it](http://www.cantinacerveteri.it)

### ♈ Ariete

Elemento Fuoco

Continuate ad espandere i vostri interessi, ma, soprattutto dove siete nuovi, non dovete fare l'errore di riporre fin troppa fiducia negli altri e poca o nulla in voi stessi: avete tutti gli strumenti per riuscire nel vostro intento alla perfezione!

### ♌ Leone

Elemento Fuoco

Purtroppo continuano a circondarvi problemi di cui fareste a meno molto volentieri, perciò vi consiglio di cercare una distrazione: quando avete troppo da fare, la cosa migliore è prendersi un po' di tempo per se stessi e per le cose che amiamo davvero.

### ♐ Sagittario

Elemento Fuoco

Le stelle sono dalla vostra parte soprattutto se in questa settimana scegliete di dedicarvi ad attività che riguardano l'ambito artistico o un qualsiasi altro modo in cui potete dare sfogo alle vostre emozioni, attività che vi rilasseranno e calmeranno.

### ♉ Toro

Elemento Terra

In questa settimana il vostro cuore potrà entrare in conflitto con la vostra testa. Per questo ragionate bene prima di prendere una decisione, e considerate tutti i punti di vista, per trovare un accordo tra i vostri sentimenti e ciò che è giusto fare.

### ♍ Vergine

Elemento Terra

Potreste avere qualche pensiero amoroso che annebbia la vostra mente, ad esempio quello di un amore non corrisposto, ma dovete ancora avere un po' di pazienza: l'amore, se non lo avete ancora trovato, arriverà, ma dovete avere ancora un po' di pazienza.

### ♑ Capricorno

Elemento Terra

Finalmente le vostre emozioni non rappresentano più la maggiore preoccupazione del vostro presente. È perciò un ottimo periodo per fare pulizia e per liberare la vostra vita da tutto ciò che è ormai vecchio o superfluo. Ottimo periodo per i nuovi inizi.

### ♊ Gemelli

Elemento Aria

Siate pronti, perché un incontro inaspettato potrebbe da subito rivoluzionare le vostre giornate. A lavoro vivrete dei momenti che vi sembreranno un po' monotoni, ma ricordate che non sempre la vita può essere così tanto movimentata come quella dei film.

### ♎ Bilancia

Elemento Aria

Un nuovo interesse bussa alla vostra porta, e questo vi riempie davvero il cuore di gioia, perché da tempo sentivate di aver. A lavoro invece, potrebbero esserci dei fraintendimenti che, se non curate in tempo, causeranno diversi problemi in futuro.

### ♒ Acquario

Elemento Aria

Vi sentite molto combattuti tra quello che dice il vostro istinto e le vostre idee, e le restrizioni imposte dalla società o che non dipendono direttamente da voi: purtroppo, fino a che questa situazione si protrae, non potete agire diversamente.

### ♋ Cancro

Elemento Acqua

Questa settimana inizia all'insegna delle emozioni, in modo particolare la dolcezza, garantita soprattutto dal vostro partner.

È anche un ottimo periodo per prendere una decisione in ambito finanziario, dato che adesso darà i frutti che tanto sperate.

### ♏ Scorpione

Elemento Acqua

Questo è un momento estremamente importante dar vita a quelle cose che volete portare a termine in breve tempo e con successo, perciò datevi da fare soprattutto in ambito lavorativo: anche se ci sarà chi prova a buttarvi giù, voi non dovete curarvene.

### ♓ Pesci

Elemento Acqua

A voi nati sotto il segno dei Pesci aspetta un periodo pieno di opportunità e abbondanza, che porterà alla realizzazione dei vostri sogni, sempre se sarete in grado di cogliere le occasioni giuste. In amore ottimi momenti si alterneranno a piccoli litigi.

**New Café Millennium**  
Viale Fregene Cerenova (Adiacente Poste)  
Tel. 06 99 02 887

**Tabaccheria CATALDI**  
BIGLIETTI COTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI

Sisal, TIV, Wind, Sky, and other logos are visible.

# 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](http://www.farmaciademichelis.com)

# BODY POSITIVE

LA PSICO ESTETICA  
LO INSEGNA,  
IL RIMETTERSI IN FORMA  
COMINCIA DALLA TESTA

Mostrare indulgenza verso sé stesse, risvegliare i sensi e rinunciare alla perfezione. La psico estetica insegna come il recupero di una buona forma fisica sia anzitutto una questione di testa. Vuoi scoprirti bellissima? Pensa positive, ovvero apprezza il tuo corpo, valorizzalo ed impara ad ascoltarlo. È il messaggio della nuova psico estetica, fondata sulla certezza che per raggiungere una buona forma fisica bisogna partire dalla testa. La bellezza è un'esperienza emozionale, una continua fonte di energia per la mente – scrive Giuseppe Polipo, esperto medico estetico presidente dell'associazione Italiana Psicologia Estetica. “Quando parti per un programma di remise en forme imbocca le autostrade sensoriali: gusta del buon cibo, respira nella natura, asseconda il piacere tattile che deriva dal contatto con la tua pelle, gusta ogni movimento che accende il corpo” consiglia alle lettrici del settimanale F, che dedica alla bellezza una rubrica interessante. Per piacersi di più davanti allo specchio, bisogna tonificare e rassodare il corpo ma anche amare e accettare quel che si vede!

La psicologia estetica si propone come una ricerca multidisciplinare che ha come scopo lo studio dei processi percettivi, cognitivi e comportamentali che permettono e definiscono ogni esperienza della bellezza. Partendo dal principio che la bellezza riguarda più 'l'immaginario' di ogni individuo che il mondo delle immagini, la psicologia estetica porta alla luce i meccanismi inconsci delle motivazioni e dei bisogni alla base di ogni 'consumo' estetico, allo scopo di far vivere la bellezza come una forza di orientamento verso la positività, il benessere e l'espressione emozionale. Ben venga dunque la collaborazione tra centri estetici e psicologi affinché il bello non sia percepito come un insieme di tecniche atte a far apparire le persone più desiderabili.

*Barbara Pignataro*

**La TRIACA**  
ERBORISTERIA



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

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

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



**Alabiso**  
**Lab**

# **LABORATORIO ANALISI**

**COVID-19**

**TAMPONI RAPIDI  
TAMPONI MOLECOLARI  
ESAMI SIEROLOGICI**

**NUOVA APERTURA**

**CERVETERI**

**VIA ETTORE SALOMONE 14 (ZONA MERCATO)**

**TEL. 0699552602 - 069949944 - WWW.GRUPPOSALUS.NET**

AUTORIZZAZIONE REGIONE LAZIO N. 400537 DEL 22/01/2021 - DIRETTORE TECNICO DOTT.SSA ELEONORA CAPOROSSI



# Ortica

## Salute Benessere

A cura del  
Dottor Professor **ALDO ERCOLI**

Specializzato in Broncopneumologia e Cardiologia. Già docente in microbiologia ambientale e Medicina Naturale



## FOCUS SULLA MARIJUANA

La modalità più comune di consumare la marijuana e l'hashish è il fumo. Le sigarette di **marijuana** vengono preparate con le foglie ed i fiori della **cannabis sativa** che contiene oltre al THC (tetrahydrocannabinolo) oltre 150 sostanze con proprietà psicoattive ma anche potenziali effetti fisiologici.

Per "farsi una canna" si intende fumare la cannabis sativa con assorbimento di THC da parte dei polmoni che arriva ai tessuti e viene metabolizzata dal fegato. Vi sono specifici recettori dei cannabinoidi a livello del sistema nervoso centrale, periferico e nel midollo spinale. La marijuana è la sostanza più diffusa nei paesi occidentali.

### Quali sono i suoi effetti?

Si può asserire che l'intossicazione acuta è caratterizzata da una sensazione di lieve euforia assai simile a quella di una modesta ebbrezza alcolica. Dosi più elevate possono

provocare comportamenti psichici e comportamentali analoghi ad una severa intossicazione alcolica. Vi è una certa variabilità da soggetto a soggetto: nei consumatori sani l'intossicazione è relativamente benigna, negli individui con precedenti psicotici o nevrotici compaiono gravi disturbi emotivi. Nell'intossicazione cronica si perdono i normali obiettivi sociali e si instaura una dipendenza dalla sostanza. Anche in questo caso vi è una notevole variabilità individuale. I disturbi cognitivi e neuropsicologici sono più evidenti quando vi è un abuso plurimo di altre droghe oppure di alcol.

Tra i giovani, ma non solo, la combinazione di marijuana e alcol è molto comune. Lo stato di ebbrezza euforica che ne scaturisce elimina i freni inibitori, ci si lascia andare in una sorta di allegria che non è quella fisiologica. La mia non è un'esperienza diretta ma osservata quale sanitario. Ricordo che una trentina di

anni fa mi diede fastidio solo il fumo passivo di una mia giovane amica che, non essendo una consumatrice cronica della droga "leggera" ma soltanto saltuaria, stava benissimo, era sempre lucida.

#### **Quali sono gli effetti fisici della marijuana?**

Alla prima sigaretta fumata nella vita vi è un certo arrossamento degli occhi e aumento dei battiti cardiaci. Questa tachicardia scompare poi negli utilizzatori cronici.

Da cardiologo, ho riscontrato una decina di casi, in soggetti adulti con anamnesi positiva per insufficienza coronarica, di crisi anginose dopo che avevano abusato nel fumare marijuana.

Ho pertanto sempre sconsigliato vivamente l'uso della droga nei cardiopatici. Anche come bronco pneumologo ho fatto altrettanto.

Troppo spesso l'inalazione profonda e la ritenzione prolungata del fumo può provocare un'irritazione bronchiale cronica.

Chi fuma solo tabacco ha un'inalazione di diffusione di monossido di carbonio minore rispetto ai fumatori che fanno uso di marijuana.

Non confermato è l'abbassamento dei livelli di testosterone negli uomini anche se alcuni studi hanno documentato una riduzione della motilità degli spermatozoi ed anomalie morfologiche nei consumatori cronici con conseguenze riguardo alla fertilità. L'uso nelle donne in gravidanza può compromettere la crescita e lo sviluppo del feto. Nei consumatori abituali si sviluppa una tolleranza verso gli effetti psicoattivi tale da ricorrere a preparati più potenti.

Tale tolleranza, sia comportamentale psichica che fisica, svanisce rapidamente con l'interruzione della sostanza.

Va però sottolineato che nei forti consumatori di marijuana possono comparire, in alcuni soggetti, segni e sintomi di astinenza alla sospensione del fumo: tremori, nausea, vomito, sudorazione, diarrea, insonnia, mancanza di appetito. Ciò è molto più evidente in coloro che assumono oppioidi o negli etilisti.

#### **Vi è un utilizzo terapeutico della marijuana?**

«I cannabinoidi sintetici, somministrati per via inalatoria o per via orale, possono risultare clinicamente utili in alcune situazioni» (Jock H. Mendelson, Nancy K. Mello. 2005). Durante i cicli di chemioterapia la sostanza riduce la tendenza al vomito (effetto antiemetico), stimola l'appetito nei pazienti affetti da AIDS, riduce la pressione intraoculare nel glaucoma, attenua la contrazione spastica nella sclerosi multipla.

# ACQUAREX

www.acquarex.it

SAI CHE PER COMPRARE  
L'ACQUA AL SUPERMERCATO  
E PER AVERE INSTALLATO  
UN PURIFICATORE ACQUAREX  
SPENDI GLI STESSI SOLDI?

TUO A PARTIRE DA **19** EURO AL MESE

Numero Verde  
**800 323300**

391 349 83 12



Qui le tue spese valgono  
**una vacanza**

per i nostri  
nuovi clienti  
un buono



IperVacanze

**OFFERTA A NUMERO LIMITATO**



## COME PROTEGGERSI DAL SOLE IN MANIERA SICURA ED EFFICACE

**TROPPO SOLE FA MALE E, OGNI VOLTA CHE CI ESPONIAMO, È INDISPENSABILE USARE UNA PROTEZIONE. SÌ MA QUALE?**

È dimostrato che i filtri solari, oltre a proteggere dalle scottature, riducono il rischio di incorrere in un carcinoma, il più comune tumore della pelle, che colpisce le parti del corpo più esposte al sole. Ma sono sorte alcune perplessità sull'uso a lungo termine delle creme solari, per via di alcune sostanze chimiche in esse contenute. Ingredienti come *petrolati*, *parabeni* e *siliconi* sono da tempo sul banco degli imputati. Addirittura una recente indagine<sup>1</sup> dimostra che la maggior parte dei filtri solari in commercio contengono sostanze chimiche che possono essere inutili o nel peggiore dei casi dannose. In sintesi il 73% di queste o ha un'efficacia minore di quella dichiarata o addirittura conterrebbe delle molecole che possono essere dannose per la salute.

Anche la *Food and Drug Administration* degli USA afferma che alcuni degli ingredienti normalmente utilizzati per la composizione delle creme solari potrebbero avere effetti negativi per la salute dell'uomo, in quanto sarebbero assorbite dall'organismo.

Altro aspetto non secondario riguarda l'impatto delle creme solari sull'ambiente: alcune creme contengono sostanze pericolose oltre che per l'uomo anche per l'ecosistema marino.

La buona notizia è che, per fortuna, le alternative non mancano. Il mercato offre la possibilità di scegliere tra diverse creme solari dall'ottimo INCI (lista degli ingredienti contenuti), quindi risulta indispensabile leggere l'etichetta o rivolgersi al negoziante di fiducia.

Come spesso accade anche in questo caso ci viene in soccorso internet: il sito [www.saicosatispalmi.com](http://www.saicosatispalmi.com) in pochi passaggi mostra intuitivamente eventuali ingredienti tossici presenti nei prodotti cosmetici, creme solari comprese.

Le creme biologiche danno ottime garanzie sia per la protezione, sia per la nostra salute e sia per la salvaguardia dei mari.

Un occhio di riguardo va rivolto ai bambini, così da evitare spiacevoli inconvenienti. Esistono specifici prodotti in commercio pensati appositamente per i più piccoli, che andrebbero comunque esposti al sole gradualmente e con qualche accorgimento. Meglio comunque utilizzare creme biologiche con un buon INCI, con un fattore di protezione alto, filtro minerale e possibilmente senza profumo.

In ogni caso è da ricordare che l'utilizzo di creme solari non costituisce una protezione totale rispetto ai rischi dell'esposizione.

Ma cosa consistono i filtri solari?

I filtri vengono inseriti all'interno dei prodotti cosmetici, in modo tale da proteggere dai danni provocati dalla radiazione solare.

*Esistono filtri fisici e filtri chimici.* In linea di massima i filtri fisici sono nella maggior parte dei casi sostanze naturali; i filtri chimici sono per lo più sostanze sintetiche.

I filtri fisici sono in grado di riflettere i raggi solari, per cui questi non possono raggiungere la cute ma, a differenza dei filtri chimici, non trattengono il calore e non penetrano nella pelle, restando in superficie e lasciandone attraversare solo una quantità limitata. Sono fotostabili, non vengono danneggiati dalle radiazioni solari e, inoltre, grazie alla loro composizione, sono particolarmente sicuri per la salute della pelle.

I filtri chimici hanno il vantaggio di essere particolarmente efficaci e di riuscire a garantire delle protezioni solari più elevate, garantendo un'abbronzatura omogenea e una migliore "spalmabilità", ma lo svantaggio è quello di assorbire l'energia solare e, dunque, presentano il rischio di dare il via a reazioni fotochimiche.

In conclusione: oltre alle solite raccomandazioni di non esporsi troppo al sole, di evitare categoricamente le ore più calde e di servirsi di cappelli, parei, magliette, sarebbe opportuno scegliere creme solari certificate biologiche con filtri fisici.

Buona tintarella!

<sup>1</sup>Indagine svolta dall'EWG (L'Environmental Working Group è un'organizzazione che si batte per salute pubblica e ambiente).

# BEN DI BIO

## vasta gamma di PRODOTTI BIOLOGICI



### ALIMENTI FRESCHI 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](http://www.bendibio.net) - [bendibioladispoli@gmail.com](mailto:bendibioladispoli@gmail.com)  
Facebook e Instagram Ben di Bio



**Dottoressa ANNA MARIA RITA MASIN**  
Psicologa - Psicoterapeuta  
Psicologa Giuridico-Forense



## L'ARTE DEL DISINNESCARRE

**M**i piacerebbe che ognuno di voi, prima di leggere questo articolo, pensasse ai litigi che ha avuto; non importa chi erano i protagonisti (genitori, amici, partner) e neanche gli argomenti. Mi piacerebbe che si iniziasse a pensare ai litigi come ad un format che col tempo si è consolidato tra quelle due persone, al di là dell'argomento. Nelle relazioni umane e, soprattutto nelle coppie e nelle famiglie, il conflitto e il litigio sono considerati quasi sempre in modo negativo per cui si cerca di evitarli. Ci sono due tipi di conflitti: quello distruttivo e quello costruttivo. A questo punto chiedo: i vostri litigi sono più distruttivi o più costruttivi? Nel conflitto distruttivo, le persone cercano di avere ragione e sovrastare l'altro in tutti i modi, usando soprattutto l'accusa. Questo tipo di litigio sembra una vera e propria guerra oppure una partita a ping-pong in cui si cerca di non far cadere la pallina, fino allo sfinimento. Qui il dolore viene sovrastato dalla rabbia. Alla fine, però, con molto rammarico, qualcuno cede. Nel litigio costruttivo, il vero protagonista è il dolore relativo all'argomento e la rabbia passa in secondo piano. Qui tutte le parti sono consapevoli che non c'è nessun vincitore/vinto ma che entrambi hanno contribuito allo sviluppo del litigio. Cosa fare, allora, affinché il litigio diventi costruttivo? 1- concentrarsi solo su quell'argomento; 2- raccontare come "io mi sento quando succede questo" per evitare di cadere in accuse; inoltre, se "io mi sento così" è una verità che non può essere smentita dall'altro; 3- mantenere una comunicazione chiara e 4- mantenere dei "turni di comunicazione": mentre uno parla, l'altro ascolta. Infine, 5- disinnescare: quando la rabbia prevale, fermarsi e chiedere

"cosa si può fare per..." e, se necessario, stoppare temporaneamente il litigio. Sappiamo che la rabbia è un'emozione primaria e, quindi, fa parte di noi come fanno parte di noi il cuore e i polmoni; la rabbia ha dei correlati neurofisiologici importanti (aumento battito cardiaco, tensione muscolare, ecc.) per non parlare degli aspetti non verbali (tono e ritmo della voce, postura corporea, cambiamento dell'espressione del viso, ecc.). Ognuno di noi conosce, se ci riflette bene, quali sono i segnali che il corpo dà quando si arriva al limite nel provare la rabbia. Molto spesso è fondamentale per disinnescare: a) ascoltare gli effetti che produce la rabbia e cercare di arrivare al punto da cui si può tornare indietro; b) quando sia arriva quasi al limite, interrompere il litigio anche fisicamente, cambiando stanza insieme oppure separandosi andando ognuno in una stanza diversa; c) mantenere una distanza di sicurezza, di solito la misura è la lunghezza del proprio braccio. Culturalmente, c'è una regola "mai andare a letto senza aver concluso il litigio"; questa è una parziale verità poiché mentre da un lato un litigio irrisolto può portare ad una notte insonne, dall'altro volere a tutti i costi concludere il litigio può portare alla sua esacerbazione. Ricordiamoci, però, che ci sono delle coppie e delle famiglie che mantengono il legame attraverso il litigio; inoltre, ci sono delle coppie che dopo il litigio fanno all'amore in modo più passionale. In entrambi i casi, soprattutto alla presenza dei figli, si possono produrre effetti educativi estremamente negativi perché i figli non sanno che ci sono altri modi di comunicare e non sanno che e come i loro genitori fanno pace (in questo caso sono consapevoli e apprendono solo la prima parte).

Dottoressa **Anna Maria Rita Masin**  
Psicologa - Psicoterapeuta  
Psicologa Giuridico-Forense



**Cell. 338/3440405**

[www.psicoterapeutamasin.it](http://www.psicoterapeutamasin.it)

Cerveteri - via Prato del Cavaliere, 5  
Ladispoli - via Ladislao Odescalchi, 27  
Roma - via dei Camillis, 8 (metro Cornelia)



## Centro Oculistico **GAROFALO**

### VISITA OCULISTICA COMPLETA

- ✓ CHIRURGIA DELLA MIOPIA CON LASER AD ECCIMERI
- ✓ TOPOGRAFIA CORNEALE - CAMPO VISIVO
- ✓ TERAPIA LASER DELLA RETINA
- ✓ DIAGNOSI PRECOCE MACULOPATIE
- ✓ CHIRURGIA AMBULATORIALE DELLA CATARATTA
- ✓ FOTO FONDO OCULARE - OCT - RETINOGRAFIA
- ✓ DIAGNOSI PRECOCE GLAUCOMA
- ✓ VISITA ORTOTTICA
- ✓ CURVA TONOMETRICA - PACHIMETRIA
- ✓ STUDIO DELLA MOTILITÀ OCULARE

facebook



**PER APPUNTAMENTO**

[www.gioacchino-garofalo.docvadis.it](http://www.gioacchino-garofalo.docvadis.it)



[gioacchino.garofalo@uniroma1.it](mailto:gioacchino.garofalo@uniroma1.it)



Centro Oculistico Garofalo

329.4586661 - Ladispoli Via Berna 6/A  
338.3996983 - Roma Via Merulana 88

## CABINA **ESTETICA**



### **EPILAZIONE PROGRESSIVA** **LASER A DIODO 808 NM VISO/CORPO**

#### **PERCORSO VISO**

Rughe - rilassamento cutaneo  
schiarente discromie  
RADIOFREQUENZA  
ELETTROPORAZIONE  
RAD. FRAZIONATA  
SCRUB AD ULTRASUONI  
OSSIGENOTERAPIA  
FOTOBIOSTIMOLAZIONE LUCE LED

#### **PERCORSO CORPO**

Defaticante - inestetismi cellulite  
adiposità localizzate - perdita elasticità  
ONDE D'URTO  
RADIOFREQUENZA  
BENDAGGIO SALINO  
LINFODRENAGGIO

Dott.ssa Cosmetologa: Lucia - Beauty: Miriana



 DERMOCOSMESI

 OMEOPATIA E FITOTERAPIA

 CELIACHIA E ALIMENTI BIO

 GALENICA

 VETERINARIA

 SPORT

## 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](http://www.farmaciapratocavalieri.it)

 Farmacia Pratocavalieri Dr.ssa T. Morabito

# TIRRENO

## VILLAGE 2.0

LADISPOLI

### RISTORANTE DI GIORNO

### APERIPUB & PINSERIA

### LA SERA SULLA SPIAGGIA



LUNGOMARE MARCO POLO

**ORARI RISTORANTE**

1° TURNO 12.00-13.30

2° TURNO 13.45 - 15.00

**ORARIO SERALE: 17.30 - 23.00**



**INFO E PRENOTAZIONI**

 **392.5046655**

**SEGUICI SU**



Tirreno village Ladispoli

