



Settimanale indipendente di cronaca, attualità, politica, sport - a carattere professionale, tecnico e scientifico - Fondato da Filippo Di Lorenzo - ANNO 23 - 13/11/2020

L'O

SETTIMANALE

L'Ortica

DEL VENERDÌ

Anno XXII n°44 - 2020

Funge ma non fa male

EMÒ CHE CE FAMO CO' 'STI BANCHI?

RISPONDE UN PROFESSORE: "MAGARI
ORGANIZZEREMO UNA GARA CON I RAGAZZI"

LADISPOLI

L'ACQUA PUBBLICA
PASSA AD ACEA AT02

CERVETERI

GITA ALLE CASCATELLE
PIOGGIA DI MULTE

SPETTACOLO

LA MANIFESTAZIONE
RINSCI ...CON LA DANZA

SETTEVENE

RIPARTE L'ASFALTATURA
CI VORRÀ UN MESE

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

un nome, una garanzia

Superal

2000



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



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

S.O.S.

PRONTO INTERVENTO

Apertura porte blindate e sostituzione immediata della serratura

APERTURE FORZATE con **Ufficiale Giudiziario**

Attrezzato per aprire qualsiasi tipo di serratura

**COSTRUISCE
LE FINESTRE IN PVC**

A PREZZI DI FABBRICA



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



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



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



Cantina Cerveteri

CONSEGNE
A DOMICILIO

Dal 1961
la nostra passione
per la vite ed il vino

Tutto il carattere
del nostro territorio



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

www.cantinacerveteri.it

Settimanale indipendente

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

ISSN 2704-6664

ROC 34126

Direttore Editoriale: Cristiano Cimarelli

Direttore: Grazia Villani

Editor: Miriam Alborghetti

Redattori:

Barbara Pignataro

Emanuele Rossi

L'Oroscopo di P'Astra

Responsabile scientifico:

Aldo Ercoli

Collaboratori:

Flavio Enei, Dario Gaggiottino,

Giovanni Zucconi, Barbara Civinini,

Emiliano Foglia, Angelo Alfani,

Antonio Calicchio, Lorenzo Mezzadri,

Flavia De Michetti, Christian Scala,

Alessia Moricci, Pamela Stracci.

Speciale Viaggi

Adriano Botta

Speciale Cinema

Michele Castiello

Videorticando

Toni Moretti

Marketing:

Vito Michelangelo Lius

Fotografi e collaboratori

Paolo Gennari, Claudia Cavallo,

Biagio Tamarazzo, Vincenzo Quondam,

Andrea Fenili, Massimiliano Magro,

Marco Tanfi

Grafica

Isabel Maccari

Stampa:

Universo Editoriale S.r.l.s.

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

Redazione

Piazza Risorgimento, 4

Cerveteri

Tel. 06 99 41 736

Cell.339 2864552

info@orticaweb.it

redazione@orticaweb.it

www.orticaweb.it

Chiuso in redazione il giorno 11/11/2020

In copertina la Ministra Lucia Azzolina

Uguaglianza a ribasso?

Massimo Cacciari: "Anche statali devono pagare crisi".

"Non è possibile tenere la gente a zero euro al mese o a 700 euro al mese. Voglio dire ai miei colleghi dello stato e del parastato, prima o dopo arriveranno a voi, per forza. E io spero che ci arrivino presto, perché è intollerabile che questa crisi la paghi metà della popolazione italiana". Così il filosofo, politologo di sinistra si è espresso alcuni giorni or sono in diretta con Piazzapulita.

Quindi, se ho ben capito, per "giustizia sociale" ci dovrebbero essere meno diritti per tutti.

Tutti egualmente precarizzati, tutti egualmente poveri, tutti egualmente miserabili per essere davvero eguali.

Come dire: è intollerabile che ci siano uomini liberi se ci sono gli schiavi. E se hanno tolto le scarpe a qualcuno perché non scipparle al resto dell'umanità?

Insomma l'apoteosi del capitalismo neoliberalista.

Questa tesi, di fatto, si fa strada da tempo e nel corso degli ultimi due decenni ha causato sfaceli, facendo regredire la giurisdizione del lavoro, danneggiando la domanda interna e soprattutto portando ZERO vantaggi ai non-garantiti. L'uguaglianza a ribasso è un'idea furbastra partorita dagli squali della finanza global e postglobal. In una società civile e democratica non dovrebbero essere i lavoratori – dipendenti o autonomi che siano – a rimetterci, bensì il sistema di potere e i pochi che ne definiscono gli indirizzi, a cominciare da quell'Unione Europea che ci ha imposto decine di miliardi di tagli al sistema sanitario.

Ma soprattutto a pagare dovrebbero essere coloro che dall'emergenza pandemica ne stanno traendo un vantaggio smisurato, come i colossi del web e di telefonia mobile, le aziende farmaceutiche, e magari quei multi miliardari che prendono i soldi dalla stato italiano e poi pagano le tasse in Olanda o in altri paradisi fiscali. Se qualcuno non ha l'acqua per bere, non è che per giustizia dobbiamo toglierla a tutti gli altri. Dobbiamo in caso levarla a quella manciata di persone che si è accaparrata tutte le riserve idriche, che possiede il 70% delle risorse del Pianeta e che, manovrando informazione, giustizia e politica, tenta di depredare il restante 30%.

È innegabile che in tale contesto di delirio collettivo, chi sta "con il sedere al caldo" ha spesso e volentieri mostrato totale indifferenza e mancanza di empatia nei confronti dell'altra metà del Paese sulle cui spalle è ricaduto il peso dell'emergenza. Un'indifferenza sconcertante che spesso è sconfinata nel disprezzo e nell'odio (alimentati ad arte dai media mainstream) nei confronti di chi osa protestare contro le misure liberticide ed affamanti. Come è innegabile che se venissero intaccati i diritti e le tasche dei garantiti forse, nella sventura comune, si riscoprirebbe una coscienza di popolo e di classe (ragion per cui la precarizzazione e la proletarizzazione dei garantiti non sarà attuata nell'immediato anche se resta l'obiettivo finale del Grande Reset in atto). Ma attenzione, non cadiamo nella trappola delle guerre tra poveri. Uguaglianza significa PIÙ non MENO: più benessere e più diritti per tutti. Non fame e schiavitù di massa.

“5G, CHIEDIAMO VERITÀ”



PARTE LA CAMPAGNA DI R2020 SU COMUNI, ASL, ARPA E REGIONI PER CAPIRE COSA CI VOGLIONO IRRADIARE (E CON QUALI GARANZIE)

Il coordinamento R2020 parte all'attacco con la campagna “5G, chiediamo verità”, guidata da Davide Barillari, Commissione Tutela Ambientale. La campagna invita i cittadini a formalizzare l'accesso agli atti pubblici secondo le vigenti disposizioni di legge, per capire da enti comunali,

ASL, Agenzie regionali ambientali e Regioni quali garanzie offrono per la tutela della salute pubblica e cosa stanno autorizzando ad installare alle compagnie telefoniche.

“Tutta la popolazione è attualmente esposta a Campi Elettro Magnetici (CEM) ad alta frequenza (emessi

STOP 5G

6

17 MINUTI AL GIORNO PER 10 ANNI DI CELLULARE: TUMORI, AUMENTO DEL RISCHIO. L'ULTIMO STUDIO CONFERMA

Revisione sistematica e meta-analisi, un nuovo studio pubblicato il 2 Novembre 2020 sull'International Journal of Environmental Research and Public Health conferma: l'uso del telefono cellulare per circa 17 minuti di al giorno per un periodo di 10 anni è collegato a un aumento del rischio di sviluppo del tumore. Lo studio è stato condotto da un'equipe di ricercatori e scienziati, tra i quali il noto Joel Moskowitz della School of Public Health, University of California at Berkeley (USA) e il coreano Seung-Kwon Myung della Divisione di epidemiologia e gestione del cancro, National Cancer Center Research Institute.

In sintesi, la meta-analisi completa aggiornata degli studi caso-controllo ha trovato prove significative che collegano l'uso del telefono cellulare all'aumento del rischio di tumore, in particolare tra gli utenti di telefoni cellulari con un uso cumulativo del telefono cellulare di 1000 o più ore nella loro vita (che corrisponde a circa 17 min al giorno per 10 anni), e soprattutto tra gli studi che hanno utilizzato metodi di alta qualità. Ulteriori studi prospettici di qualità che forniscono un livello di evidenza più elevato rispetto agli studi caso-controllo sono necessari per confermare i nostri risultati.

da antenne dei servizi radio e TV, punti di accesso Wi-Fi, router, adattatori client, smartphones, tablets, telefoni cordless, cellulari comprese le loro basi, dispositivi Bluetooth) e a bassa frequenza (emessi, ad esempio, da cavi elettrici, lampade ed elettrodomestici).

Ormai tantissimi studi scientifici certificano che le emissioni elettromagnetiche hanno ripercussioni anche gravi sulla nostra salute, nonché forti impatti sull'ambiente. Migliaia di studi peer-reviewed mostrano una vasta gamma di danni al Dna statisticamente significativi, tumori cerebrali e cardiaci, infertilità e così tanti altri disturbi. Ben 224 medici, scienziati e ricercatori di 40 nazioni hanno firmato un appello all'Unione Europea, mentre oltre 150.000 sono le adesioni provenienti da 203 diversi paesi al mondo rivolte all'Organizzazione Mondiale della Sanità e alle Nazioni Unite per proteggere la salute pubblica dalle radiazioni wireless multiple e cumulative. Recenti studi pubblicati dal Centro per ricerca sul cancro dell'Istituto Ramazzini hanno infatti evidenziato un aumentato rischio correlati alle radiofrequenze, sia per i tumori alla testa che per gli schwannomi. Risultati in linea con il National Toxicological Program l'ente pubblico americano che, a seguito di uno studio costato oltre 25 milioni di dollari d'investimento, ha stabilito una "chiara evidenza" della correlazione tra alta esposizione alle radiofrequenze e l'insorgenza di tumori del cuore (tumori delle cellule di Schwann come per il Ramazzini). Questi e altri studi hanno portato l'Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro (IARC) ad indicare come prioritaria una revisione della cancerogenesi delle radiofrequenze onde non ionizzanti attualmente in Classe 2B, possibili agenti cancerogeni.

Tant'è che nessuno, né il governo né l'istituto superiore di sanità, mette nero su bianco una dichiarazione che escluda ogni possibile danno del 5g sull'uomo.

Restiamo noi, cittadini in prima linea, a ricordare il principio di precauzione, la condotta cautelativa per quanto riguarda le decisioni politiche ed economiche sulla gestione delle questioni scientifiche controverse.

Per questo R2020 lancia la campagna "5g: chiediamo verità", vogliamo innanzitutto essere informati, per essere liberi di decidere. Noi cittadini non vogliamo essere cavie inconsapevoli di una nuova tecnologia. Il progresso deve essere sostenibile e compatibile con la vita sul nostro pianeta.

Il primo passo è chiedere informazioni a chi si dovrebbe occupare della tutela della nostra salute: amministrazioni locali, sindaci ed enti appositi. Essere informati è un nostro DIRITTO e un nostro DOVERE di cittadini".



ASSOCIAZIONE AMICI MIURA CANTIERE NAUTICO E RIMESSAGGIO



PER TUTTI GLI ASSOCIATI
SPAZIO RISERVATO PER RIMESSAGGIO



VIA FURBARA SASSO, 84 - CERVETERI
INFO: 348.6584531
lombardimaurizio1@gmail.com

ECOREATI, UNA LEGGE PER COMBATTERLI



"TERRA MIA", L'ATTESO DISEGNO DI LEGGE RICONOSCEREBBE LA TUTELA DELL'AMBIENTE COME UN ELEMENTO DI EQUITÀ E GIUSTIZIA SOCIALE

Coinvolgono l'intera Penisola e sono in continuo aumento, parliamo di **ecoreati**. Dopo anni di abusi finalmente nel 2015 è uscita una legge specifica che li inquadra e che li definisce sotto la tutela del diritto ambientale. Con l'introduzione degli ecoreati nel Codice penale l'Italia ha dichiarato finalmente guerra agli ecocriminali, con la Legge n. 68 del 22.05.2015 recante "Disposizioni in materia di delitti contro l'ambiente", entrata in vigore il 29.05.2015.

Si tratta di una norma, il cui iter legislativo è stato lungo e complesso, frutto di un lavoro condiviso in Parlamento da più forze politiche, nell'intento di lasciare alle spalle decenni di disastri ambientali senza colpevoli. Con la quale inoltre, l'Italia si è allineata alla direttiva 2008/99/CE sulla tutela penale dell'ambiente, che di fatto ha obbligato tutti gli Stati membri dell'Unione Europea ad adeguarsi a norme comunitarie.

Ecoreati, cosa dice la legge

L'articolo 452bis cod. pen., intitolato "inquinamento ambientale": *chiunque abusivamente cagiona una compromissione o un deterioramento significativi e misurabili: 1) dell'acqua. dell'aria,*

o di porzioni estese o significative del suolo o del sotto-suolo; 2) di un ecosistema, della biodiversità, anche agraria, della flora o della fauna." (comma 1). Il secondo comma dell'articolo prevede un aumento di pena nel caso in cui l'inquinamento venga causato in aree naturali protette o sottoposte a vincolo (paesaggistico, ambientale, storico, artistico etc.). **L'art. 452** – quinquies del cod. pen., intitolato "Delitti colposi contro l'ambiente", introduce, nel comma 1, la "versione colposa" dell'inquinamento ambientale (oltre che la versione colposa del disastro ambientale). E' proprio questo articolo che prevede l'ipotesi in cui, per colpa, si commette uno dei reati ambientali indicati, che finirà per ricomprendere la maggior parte dei casi pratici riguardanti le PMI. Nel caso d'inquinamento ambientale colposo è prevista una diminuzione di pena (da un terzo a due terzi).

Dal 2015 "chi inquina paga"?

Prima la maggiore parte dei reati ambientali erano di tipo contravvenzionale, le sanzioni non erano correlate alla gravità dei fatti, i termini di prescrizione si presentavano ridotti e vi era

la possibilità di estinguere la contravvenzione tramite oblazione.

Ora il sistema sanzionatorio è stato potenziato, sono stati introdotti nel codice penale i delitti ambientali e sono state previste pene correlate alla gravità dei fatti. La norma rappresenta un primo passo verso un sistema efficace di tutela dell'ambiente, non mancano però alcune criticità che dovranno essere quanto prima affrontate. Dubbi e perplessità da un punto di vista applicativo a distanza di 5 anni vengono sollevati da alcune realtà dedite all'ambiente, per le quali l'Italia sembra essere ancora lontana dal fare Giustizia.

Ma l'Italia non si è fermata, il 24 settembre 2020, all'ordine del giorno del preconsiglio dei ministri c'era il disegno di legge sui reati ambientali "Terra mia", messo a punto dai ministeri dell'Ambiente e della Giustizia, annunciato a più riprese dal Ministro Sergio Costa. Dove il legame tra **giustizia e ambiente** promette di stringersi.

Lo scopo è l'inasprimento della pena per i reati ambientali, l'atteso disegno di legge riconoscerrebbe la tutela dell'ambiente come un elemento di equità e giustizia sociale. Il **4 ottobre** scorso un post del ministro "Voglio ringraziare il Ministro della Giustizia Alfonso Bonafede per il grande lavoro sinergico, che ha aiutato a definire una legge che protegge e tutela i nostri territori. Configura nuove modalità di prevenzione e prevede misure come il Daspo ambientale: chi inquina terra, aria, acqua, non è degno di stare in quel territorio, e deve andare via. Terramia inasprisce le pene per chi avvelena e inquina. E non solo. L'obiettivo di questa legge è avere pugno duro con chi inquina e al tempo stesso premiare chi, a volte con tanta difficoltà, invece lavora onestamente".

L'auspicio ora è che venga discusso il prima possibile al Consiglio dei Ministri. Non si può più rimandare. "Questa è una legge di tutti. Questa è una vittoria, una vittoria di tutte le persone che negli anni hanno subito delitti ambientali vedendo gli avvelenatori andarsene via impuniti", conclude Costa. Proprio lui, durante la presentazione del rapporto "Emergenza epidemiologica Covid-19 e ciclo dei rifiuti" (del 15 Luglio 2020, ndr) della Commissione parlamentare di inchiesta sulle attività illecite connesse al ciclo dei rifiuti, si esprime chiaramente dicendo che "questo è il momento di spingere sul decreto economia circolare per il quale siamo all'ultimo miglio e sul disegno legge Terra Mia che sposta ancora più in alto l'asticella della tutela anche penale, ma non solo, del meccanismo. Per schiacciare con tutta la forza dello Stato la criminalità che ogni volta prova a rialzare la testa".

**DISPONIBILE
DAL 20 NOVEMBRE**



di Monica Bertoletti e Roberta Raffelli

**Una guida illuminante
e rivoluzionaria
che invita ogni donna
a riappropriarsi
di ciò che veramente
l'appaga e la rende felice.**

**PRE-ORDINA
ORA**

**SENZA COSTI
DI PREVENTIVA
E SENZA SPESE
DI SPEDIZIONE**

SU WWW.EDIZIONIUNIVERSO.IT

L'ACQUA DI LADISPOLI PASSA AD ACEA

È fatta, il servizio idrico è passato ad Acea. Era febbraio quando a piazzale Roma i cittadini manifestavano in difesa dell'acqua pubblica al grido "l'acqua non si tocca", ma quanto pare non è servito conoscere l'opinione dei Ladispolani. "Esprimo il mio dissenso alla legge nazionale, dopo il referendum del 2011 con la totale vittoria per l'acqua pubblica - bene comune - raggiunge il voto del popolo, facendo finire tutto in una bolla di sapone" commentava una cittadina indignata. La città di Ladispoli era riuscita a mantenere negli anni una struttura capace di gestire il servizio idrico in maniera efficiente e con tariffe calmierate, dimostrando che la gestione pubblica dell'acqua è conveniente. Non è bastato, come inutile si è rivelato l'appello del sindaco: "Scenderemo in strada per protestare contro l'obbligo di legge - tuonava Grando - che ci impone di cedere il

servizio idrico ad Acea e contro la procedura di commissariamento avviata dalla Regione Lazio, che vuole toglierci anche la possibilità di discutere direttamente con il gestore unico ed ottenere le condizioni più vantaggiose per la nostra città". Sono proprio le condizioni adesso a preoccupare, alcuni esponenti Pd a questo punto chiedono il blocco delle tariffe per almeno tre anni, considerato che, a differenza di altri Comuni dove Acea ha dovuto realizzare depuratori e nuove reti, a Ladispoli le strutture per la captazione, l'adduzione e la depurazione sono già state ultimate. Oltre al mantenimento del personale presente, per il quale si è pronunciato anche il consigliere delegato Filippo Moretti per il quale "è venuto meno il rispetto per i lavoratori di Flavia Servizi". Per Ladispoli nel Cuore invece a venire meno è stato l'impegno dell'attuale amministrazione, che avrebbe potuto fare di più.



NUMERI VINCITORI DELLA 1° LOTTERIA DI BENEFICENZA

- 1° PREMIO:** n. **732** - Piumone offerto da Conad City.
2° PREMIO: n. **409** - Kit Pic-nic acciaio offerto da Conad City.
3° PREMIO: n. **381** - Pranzo di pesce x 2 persone offerto dal ristorante Massimo e Non Solo.
4° PREMIO: n. **410** - Ingresso SPA QC Terme x 2 persone.
5° PREMIO: n. **91** - Forno e friggitrice ad aria offerto da Elettromix.
6° PREMIO: n. **198** - Ombrellone e 2 lettini x 1 settimana a giugno offerto dallo stabilimento La Baia.
7° PREMIO: n. **489** - Smart TV 40.

PROIETTORI SOLARI

EFFICIENZA E RISPARMIO ENERGETICO



A PARTIRE DA € 31,50 + IVA

Il risparmio viene dal sole.
Quindi: più ce n'è, meglio è.



ELETTRODISTRIBUZIONE AURELIA
La tua soluzione. In un lampo.

Via Aurelia Km. 40 - 00055 Ladispoli (RM) - **Tel.** 069947405 - **email:** info@edaurelia.it
Seguici su **Facebook** o visita il nostro e-commerce **www.edaurelia.it**



MANIFESTAZIONE RINASCI ... CON LA DANZA

LEZIONI, LABORATORI COREOGRAFICI E CONCORSO PER SOLISTI
DI DANZA CLASSICA, CONTEMPORANEA E MODERNA
12-13 / 19-20 / 26-27 SETTEMBRE 2020 - LADISPOLI (RM)

Il lungo fermo dovuto all'emergenza COVID ha limitato di molto le attività motorie ed in particolare impedito lo svolgimento delle lezioni di danza e di tutte le attività ad essa connesse come concorsi, gare, esami ecc...impoverendo le persone sia dal punto di vista fisico quanto emotivo.

L'ACSD Profession Dance da oltre 25 anni presente sul territorio laziale e organizzatrice di molti eventi legati alla Danza, in quanto punto di riferimento storico nella sua principale attività artistica e sportiva, con questo progetto vuole aiutare i giovani a rinascere proprio dalla Danza superando le paure legate al futuro che questa pandemia ha generato.

Con grande successo e raggiungendo gli scopi che si era prefissata, la manifestazione **Rinasci... con la Danza!** ha dimostrato di essere un progetto pensato per ripartire da se stessi, dal rapporto con il proprio corpo e dalle proprie emozioni, riprendendo la forma fisica attraverso le lezioni di danza, ma anche rimettendosi in gioco emotivamente attraverso il concorso per solisti nel rispetto delle attuali normative di sicurezza legate all'emergenza COVID.

La manifestazione patrocinata dall'Ente di

Promozione Sportiva AICS (Associazione Italiana Cultura e Sport), si è svolta su tre weekend (12-13 / 19-20 / 26-27) nel mese di Settembre all'interno degli spazi dell'Ass. Culturale Mandala Dance Company a Ladispoli (700 mq di ambienti sanificati, 7 sale attrezzate (in particolare la Sala Arancio, Verde e lo Spazio Performativo AGORA' di 150mq, completo di service audio/luci, che da 99 posti ha adeguato la sua capienza agli attuali protocolli di sicurezza COVID19 che hanno previsto l'ingresso contingentato su prenotazione di max 25 persone di pubblico).

Durante i tre weekend, suddivisi per livelli ed età, bambini e ragazzi dagli 8/9 anni in poi hanno seguito **lezioni di danza classica, contemporanea e moderna**, e relativi **laboratori coreografici** in cui i docenti hanno insegnato una coreografia libera per solisti, per un coinvolgimento totale di 7 ore e mezza al giorno.

L'ultimo weekend si è svolto il **Concorso per solisti** dove i partecipanti si sono esibiti suddivisi nelle discipline **Danza Classica, Contemporanea e Moderna**, livelli ed età **Principianti età 8/9-11, Intermedi età 12-14 e Avanzato età over 15** davanti alla commissione



dei docenti/giudici (composta da Alessandro Tiburzi, Sabrina Cerrone, Paola Sorressa, Francesca di Maio ed Elisa Lauria) che hanno assegnato, per ciascuna disciplina e categoria, i Premi (1°, 2°, 3°) sotto forma di targhe e borse di studio formativi per futuri eventi regionali o nazionali (concorsi e stage formativi), oltre agli attestati di partecipazione, t-shirt identificative dell'evento per tutti i partecipanti.

Di chiara fama i docenti/giudici coinvolti che hanno affiancato i ragazzi in questa avventura formativa all'insegna della sana competizione e del divertimento: **Alessandro Tiburzi e Sabrina Cerrone** (già solisti internazionali e del Teatro dell'Opera di Roma) per la Danza Classica; **Paola Sorressa** (docente e coreografa internazionale e Direttrice Artistica di Mandala Dance Company e Profession Dance) ed **Elisa Lauria** (solista Mandala Dance Company) per la Danza Contemporanea; **Francesca Di Maio** (danzatrice e coreografa internazionale) per la Danza Moderna.

La manifestazione è stata aperta a tutte le scuole di danza del territorio italiano con un'evidente richiamo per quelle residenti nella Regione Lazio (ben sei scuole di danza rappresentate dai partecipanti), e ha costituito un momento di confronto costruttivo con altre scuole affiliate all'AICS e ad altri enti di promozione sportiva.

Il Progetto, si è svolto sotto la direzione artistica di Paola Sorressa, dal mese di Ottobre nuova Coordinatrice della Commissione Tecnica Nazionale Danza di AICS, e si è rivolta a favorire la massima diffusione per le discipline sportive legate alle Danze Accademiche per recuperare il ruolo educativo e lo spirito di solidarietà per la pratica sportiva e motoria in questo delicato momento storico e mese Settembre di tiepida ripresa delle attività.



📍 Via Nevada, 5 - 00055 Ladispoli (Rm) ☎ 06.9912500 - 347.5938218

✉ info@professiondance.it 🌐 www.professiondance.com

DONA IL TUO C.F. 05765331003 700 MQ DI AMBIENTI SANIFICATI

AGORA
SPAZIO PERFORMATIVO
MULTIDISCIPLINARE
CON PIACERE PER TUTTI

MANDALA DANCE
www.mandaladancecompany.com
MATRIX

CORRISPONDENZE
ACS

DANCE
TEACHING
WEEK



LA MUSICA IN STREAMING E IL PUB DIVENTA UNA BIBLIOTECA

CI SI ADATTA PER SOPRAVVIVERE MENTRE LO SPORT SI INGEGNA INDIVIDUALMENTE E LE BALLERINE DANZANO ALLA NECROPOLI

Pub trasformati in biblioteche. È il caso del Four X di Ladispoli che ha messo a disposizione il locale per gli studenti. Musicisti che suonano via streaming sperando che la connessione non vada via. Istruttrici di danza costrette a non mollare (sarebbe la fine per il futuro) ed individuare siti idonei all'aria aperta per tenersi in forma. Sportivi di nuovo alle prese con allenamenti individuali anche se si sa quanto sia complicato per le discipline di squadra. Il calcio, il basket, la pallavolo e tante altre realtà si sono ritrovate a fare i conti con la solitudine imposta dall'ultimo Decreto nel tentativo di far scendere questa maledetta curva dei contagi. Sarebbe persino riduttivo parlare dei ristoratori, baristi e proprietari delle attività commerciali che stanno facendo salti mortali per salvare il salvabile ed ingegnarsi in mille soluzioni, quando però stanchezza e un pizzico di rassegnazione iniziano a farsi sentire.

La fantasia però non manca. È stato sempre così per il popolo italiano, e anche le nostre realtà, un po' per sopravvivenza, un po' per tenere la mente occupata dalle proprie passioni, di pigiare il tasto "pause" non ne vogliono di che sapere. E allora neanche stupisce se ci si ritrova alla Necropoli a danzare in libertà. È il caso di "Dimensione Danza 2000", ormai un punto di riferimento da oltre 20 anni per la città etrusca e non solo, ha pensato ad un luogo tenere in movimento il gruppo che conta oltre 120 giovani. «Il periodo è tosto – confida Alessandra Ceripa – ma non dobbiamo fermarci, abbiamo bisogno di proseguire perché questo è il nostro lavoro che molte volte va oltre il semplice compito di insegnante. Sono stati 20 anni di sacrifici, gioie e soddisfazione e il sogno deve andare

avanti». I corsi professionali continuano via social. Nel piazzale del sito archeologico però i ragazzi possono allenarsi e pensano anche a ripulire la zona dal degrado. «Più che altro – prosegue Ceripa – si tratta di un risveglio muscolare, di respirare ossigeno approfittando anche del bel tempo di questo periodo. Il movimento è salute e l'aspetto psicologico è ancora più importante ora».

E a Cerveteri non si ferma nemmeno la musica. Ancora un concerto via streaming dal Granarone dell'orchestra sinfonica "Renzo Rossellini" ispirato a due grandi cantautori del passato: Lucio Dalla e Lucio Battisti e dedicato a Lara Calisi, scomparsa prematuramente.

Va avanti lo sport, individualmente. L'Academy Ladispoli e il Cerveteri di nuovo in campo, sì ma come? Corsa, esercizi singoli, stretching. Niente partitella. Vale ovviamente per le categorie minori. Anche il basket di Ladispoli con una vena polemica del presidente della Dinamo che da poco aveva allestito una femminile pronta alla C. Stop anche alla Promozione maschile, agli esordienti, agli Amatori e al mini-basket dei ragazzi. La società sta provando a trovare il modo di poter svolgere qualche allenamento in spazi aperti ma non è facile. «Abbiamo sempre messo al primo posto la sicurezza – dice Luigi Fois, presidente del club di pallacanestro - e la tutela della salute dei nostri iscritti». Poi lo sfogo. «Detto questo – prosegue il patron - son siamo scienziati o virologi ma secondo noi consentire le attività sportive aiuterebbe a contenere il propagarsi del virus che continuerà a propagarsi più andando a prendere un caffè in un bar entro le 18 che in una palestra dove ci si allena».

Infissi 2000

Di Villella Giuliano

FABBRICA DI INFISSI IN ALLUMINIO



VETRATE PANORAMICHE

CERTIFICAZIONE INFISSI PER DETRAZIONE FISCALE

FINESTRE IN PVC

LAVORAZIONI IN FERRO
(Persiane, Grate, Combinate Ecc.)

SERRATURE

**SERRAMENTI
IN PVC
ED ALLUMINIO
DI NOSTRA
PRODUZIONE.**

TENDE DA SOLE

ZANZARIERE DI OGNI TIPO

PORTE BLINDATE

**PREVENTIVI E SOPRALLUOGHI GRATUITI
INFISSI SU MISURA A PORTAR VIA**

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

AL VIA LE LEZIONI A DISTANZA. E ORA I BANCHI CON LE ROTELLE?

RISPONDE UN PROF: «MAGARI ORGANIZZEREMO UNA GARA CON I RAGAZZI»

Lezioni a distanza. E ora che funzione avranno gli ormai celebri banchi della ministra Azzolina? Semplice e scontata la risposta: nulla. Certo, non in tutte le scuole. Negli istituti di istruzione primaria i banchi monoposto, a poco a poco, sono stati dirottati nei vari plessi. Alle superiori invece quelli con le rotelle, arrivati già da diverso tempo, sono parcheggiati nelle classi vuote. Vale per Ladispoli e Cerveteri e per le altre città naturalmente. Lo chiediamo ad uno storico docente dell'Alberghiero di Ladispoli. «Non saprei che dire – ammette – con le lezioni imposte a distanza dall'ultimo Dpcm firmato dal premier effettivamente non hanno senso. Solo alcuni classi magari frequenteranno dei corsi di laboratorio, quindi in presenza. Forse potremmo organizzare delle gare nei corridoi o nel cortile dell'edificio. Scherzi a parte, sono domande che andrebbero rivolte alla classe politica, non alla scuola».

Vero, anche se andare poi ad analizzare quanto abbia speso il Governo per un servizio che non può utilizzare, ecco questo potrebbe far ridere un po' meno. I pionieri nella città ladispolana erano stati i ragazzi del liceo Sandro Pertini. Aveva esultato a fine settembre la dirigente scolastica, Fabia Baldi, per l'approdo dei primi 300 banchi di colore azzurro e rigorosamente con le rotelle. La prima scuola del comprensorio ad utilizzarli nelle varie sezioni. Trasportati da tir, chissà da dove e per conto di chi, sono arrivati sigillati all'interno di scatoloni prima di essere montati. Qualche settimana dopo è stata la volta del plesso Di Vittorio, con i banchi smistati

un po' all'Alberghiero di via Federici, un'altra parte al Geometra di via De Begnac. L'istituto alla fine è rimasto chiuso quasi una settimana per consentire l'allestimento e il montaggio di centinaia e centinaia di banchi. A proposito. Proprio per questo motivo (e la colpa non è di certo della scuola) gli studenti hanno perso una settimana. Basta comunque sfogliare molti siti telematici nel resto del Paese per rendersi conto di quante critiche siano piovute addosso a questo progetto, potremmo dire "cancellato" (momentaneamente). Matteo Salvini, ex ministro, ha svelato i costi in un messaggio lanciato di recente su Facebook.

«Evviva! Sono arrivati i mitici banchi con le rotelle anche a Bari, le priorità della Azzolina. Con calma. Ah, ma adesso non servono più. P.s. ciascuno costa tra 120 e 170 euro». Povera Italia. E intanto basta farsi in giro per vedere all'esterno delle scuole i vecchi banchi e le sedie, neanche poi tanto vecchie, ammassate per essere portate via. Domande sempre lecite: per conto di chi? Cioè, chi ci guadagna per riciclare gli arredi scolastici? In fondo adesso gli italiani sono alle prese con mille preoccupazioni, figuriamoci se possano trovare il tempo di pensare se e dove vengano smaltiti i banchi tradizionali. Però, come abbiamo visto con i camici lombardi, o le mascherine laziali, c'è sempre qualcuno in agguato che questi pensieri se li fa, e non vede l'ora di ricevere delle risposte per il proprio tornaconto. Forse allora meglio sdrammatizzare pensando al simpatico prof che ipotizza un tour immaginario sui banchi da gp di Monaco.



**Farmacia
Cavallini Maria Teresa**

Omeopatia - Erboristeria - Veterinaria - Sanitaria



SOSTIENI IL TUO SISTEMA IMMUNITARIO



**PREPARIAMO IL NOSTRO ORGANISMO
AD AFFRONTARE LE PATOLOGIE INVERNALI**

CONSEGNA GRATUITA DEI FARMACI A DOMICILIO

Farmacia
aderente al gruppo



www.valoresalute.it

Via Vivaldi, 37 - Valcanneto/Cerveteri (Rm) - Tel./Fax 06.99206361
email: ordini.farmaciacavallini@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

LA SETTEVENE CHIUSA COMPIE UN ANNO



UN'ODISSEA IL CANTIERE CHE NON VEDE LUCE. IL CONSIGLIERE ASCANI: «PARTE LA RIASFALTATURA». LA VICESINDACA DI CITTÀ METROPOLITANA: «CI VORRÀ ANCORA UN ALTRO MESE»

Un annuncio, l'ennesimo. «Partirà la riasfaltatura della Settevene Palo», sono le parole rassicuranti di Federico Ascani, consigliere comunale di opposizione di Città Metropolitana (e anche consigliere comunale dem a Ladispoli). «Vero, ma la strada non aprirà prima di dicembre», è la replica stizzita di Teresa Zotta, vicepresidente Pentastellata della ex Provincia. Una cosa è certa al di là del dibattito politico e cioè che questa vitale arteria di collegamento tra Cerveteri e Ladispoli con Bracciano resterà ancora chiusa. Forse un altro mese, si spera meno. Insomma, la frana che ha interrotto la circolazione compie un anno e tutto è così com'era sul fronte della viabilità, seppur con spiragli positivi per il futuro. Dopo averne sentite tante, pendolari e automobilisti sperano che il "regalo" arrivi almeno nell'albero di Natale. Sperando sia la volta definitiva. «Proprio a seguito dello smottamento – precisa Federico Ascani – la Soprintendenza ha effettuato le sue opere i cui tempi si sono prolungati rispetto al 22 ottobre, come previsto inizialmente. Da questa settimana via al nuovo manto e al posizionamento delle reti di contenimento sui costoni rocciosi». A questa presa di posizione ne è seguita un'altra. Quella della Zotta e di Carlo Caldironi, delegato alla viabilità. Che hanno chiarito. «E' ormai consuetudine trovare articoli di giornali con dichiarazioni di consiglieri metropolitani che annunciano lavori terminati, strade asfaltate, progetti finanziati che per forza di cose hanno un effetto fuorviante rispetto alle aspettative dei cittadini. L'ultimo in ordine di tempo la Settevene Palo. Questa amministrazione, dopo anni di continui rinvii, problemi e autorizzazioni, finalmente riesce a concludere il percorso di messa in sicurezza e definizione di una arteria fondamentale

per quel quadrante di territorio metropolitano. Grazie alla collaborazione con Prefettura di Roma, Soprintendenza e amministratori locali, abbiamo definito una tabella di marcia per concludere un lavoro importante e che è stato molto impegnativo». Dopo l'asfaltatura si procederà poi al montaggio delle reti paramassi e delle reti di contenimento finanziati dalla Soprintendenza. Il tutto dovrebbe concludersi nel giro di tre settimane, sempre secondo Palazzo Valentini. Poi si procederà all'ultimo strato di asfalto, al montaggio della segnaletica e barriere guardrail. «La tabella di marcia sarà rispettata in base anche alle condizioni atmosferiche di questi giorni prevedendo la fine dei lavori per fine mese, inizio dicembre. Vogliamo ristabilire la verità per non confondere i cittadini che hanno pazientato per tutti questi anni », aggiungono però Zotta e Caldironi. I cittadini sono infuriati e delusi per i cronici ritardi, sperano che almeno entro novembre i lavori possano finire, anche se eventuali giornate di maltempo potrebbero creare ulteriori ostacoli. Intanto gli abitanti della zona continuano a segnalare il degrado che avvolge la Settevene Palo ormai da diversi mesi. «Una immensa distesa di rifiuti scaricati da mesi a pochi passi dal centro cittadino – scrive Franco Iannilli – si tratta di almeno due chilometri di monnezza che l'amministrazione comunale di Cerveteri non sente la necessità di sgomberare mentre a Città Metropolitana non importa. Uno scaricabarile vergognoso». Le polemiche non finiscono qui. «Gli operai – lamenta sempre il cerveterano Iannilli – hanno rimosso tutto il costone della collina, distruggendo la cascata d'acqua con la graziosa fontana che per secoli utilizzavano i contadini ed i pastori per dissetarsi».

PNEUS CAR di Giacobbe **CENTRO REVISIONI**

CARROZZERIA - SOSTITUZIONE BOMBOLE GPL - SOCCORSO STRADALE H24

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

CHIAMA PER UN PREVENTIVO



AZZERA OGNI RISCHIO >>>
DI CONTAMINAZIONE

**SANIFICA
LA TUA AUTO**

**CHIAMACI
AL 06.99551289**



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

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

MOBILE 339.3687944



SOCCORSO STRADALE H24

LA GITA ALLE CASCATELLE COSTA CARA

**OLTRE 50 MULTE DEI VIGILI URBANI AI VISITATORI
CHE AVEVANO LASCIATO L'AUTO DI FRONTE AL CIMITERO DI VIA DEI VIGNALI**

Multe indigeste per un'escursione nei boschi di Cerveteri. È accaduto nell'ultimo week end dove una cinquantina di persone al rientro dai sentieri delle Cascatelle, zona gettonata della città etrusca, si è ritrovata la contravvenzione sul parabrezza dell'auto. Eppure tutto lasciava presagire una giornata di sole e avventura nella classica gita dove poter effettuare un'escursione a piedi o in bici. Ma è un parcheggio conteso quello di via dei Vignali tra i villeggianti e gli utenti del cimitero. In teoria quell'area sarebbe riservata ai cittadini che si recano al camposanto per trovare i propri cari. E la sosta è free almeno per due ore, come indicato da appositi cartelli posizionati dall'amministrazione comunale. Solo che in assenza di ulteriori posti i villeggianti lasciano

le rispettive vetture prima di incamminarsi nel verde. Una mossa sbagliata a quanto pare che divide ora la popolazione. Chi plaude agli agenti della Polizia locale perché di domenica ha il suo posto nel piazzale prima di varcare la soglia del cimitero, chi invece ritiene che questa task force possa allontanare il turismo.

«Di rientro dal mio solito giro delle cascate – scrive pubblicamente Marco, un cerveterano - ho notato con piacere il passaggio di centinaia di persone che andavano a visitare i nostri boschi e i monti. Mentre la Municipale invece stava continuando ad infliggere delle contravvenzioni ad ogni macchina. Poi piangiamo che nella nostra città non ci sono visitatori. Un altro parcheggio è parecchio distante da qui, come fanno le famiglie e le persone anziane a raggiungere i siti



**La casa
del Pane**



Via Fiume, 67 Ladispoli - Tel. 06 9914 4577



nel verde?». Ancora critiche. «Non c'è un punto di ristoro nei dintorni, – sottolinea Monica – nei pressi delle Cascatelle non esistono cartelli né indicazioni sui percorsi. Sotto ci saranno una decina di posti che non bastano per nessuno. È una zona così bella ma evidentemente non sfruttata a pieno».

Si attiva la classe politica. «La verità - evidenzia Luca Piergentili, consigliere comunale di opposizione – è che il centro è sprovvisto di un ampio parcheggio o in piazza o al Granarone e quindi la viabilità andrebbe rivista in questo senso. Un'altra soluzione sarebbe quella di aumentare le corse del servizio urbano dei trasporti nel cimitero».

Multe sulle velocità. Inizia a dare i suoi frutti a Cerveteri il progetto dei quattro velox introdotti nei mesi scorsi nei tratti più a rischio, a ridosso di incroci pericolosi, di istituti scolastici e anche nelle frazioni periferiche.


Solo in pochi giorni sono state una trentina le multe comminate dai vigili urbani ad altrettanti automobilisti che avevano superato i 40 chilometri orari, velocità massima consentita. I dispositivi erano stati danneggiati dai vandali appena installati dal comune etrusco.

Questi impianti, nominati "Velo Ok" (acquistati proprio con i proventi delle sanzioni), non hanno bisogno di autorizzazioni da parte della Prefettura e non sparano il lampo in moto automatico. Hanno una duplice finalità, ossia agire da dissuasori della velocità e nello stesso tempo trasformarsi in un velox vero e proprio nel momento in cui è di servizio una pattuglia dei vigili urbani pronta a fermare con la paletta i conducenti di auto e moto più spericolati.



**CONSEGNA A DOMICILIO TUTTI I GIORNI
DALLE 17 ALLE 22**

VIA GLASGOW, 58 LADISPOLI TEL. 06.99144828

 UN PEZZO DI RUSTICA



Nonna, non sei mai stata sola

Vi scrivo affinché si sappia cosa accade e cosa può accadere, in questo periodo complicato, nelle nostre città. E da ragazza poco più che venticinquenne, vi scrivo per denunciare un episodio accaduto alla mia famiglia circa una settimana fa.

«Mia nonna, l'unica che avessi avuto sin dall'infanzia, è deceduta in un ospedale, sola, attaccata ad un respiratore.

Dopo giorni di lotta - perché, nonna, tu eri una donna combattiva - ha perso la battaglia contro il Coronavirus, e ci hai lasciati per sempre.

Per una interminabile settimana ho cercato di combattere il senso di colpa, l'idea che se l'avessi portata via da quella RSA ora, forse, sarebbe ancora qui con me.

Mio malgrado, non possiamo cambiare il passato ed i suoi frutti, eppure non riesco a smettere di pensarci - di pensarti, nonna.

Nonna, saresti morta se la struttura che ti ospitava non avesse permesso il dilagare del virus? Se avesse preso tutte le misure adeguate al suo nome? Te ne saresti andata se ci avessero informato della tua positività, delle condizioni in cui versavi - perché no, "la signora" non "stava benissimo"? Se non ti avessero ricoverata in ritardo?

Ci avresti lasciati, se tutti gli operatori avessero effettuato correttamente i tamponi e si fossero comportati conseguentemente?

Probabilmente no.

E ti assicuro nonna, con tutto l'amore che una nipote possa provare, che non ti avremmo lasciata morire silenziosamente.

Vi assicuro che, se fossimo stati a conoscenza delle sue vere condizioni, l'avremmo tirata fuori da lì, che l'avremmo fatta ricoverare ancor prima, che le avrei tenuto la mano almeno un'altra volta.

Mia nonna è stata trattata volontariamente come un elemento sacrificabile della società e d'ora in poi

non potrò fare a meno di chiedermi come sarebbe andata sotto altre circostanze, con altri se e con altri ma.

Perdere una persona così amaramente è una situazione particolare, surreale, quasi onirica. Il giorno prima era lì - al sicuro, sulla poltrona a leggere un libro o a bere il tè - e il giorno dopo è svanita completamente, con un schiocco di dita, senza lasciare un suo ultimo ricordo.

Per me, nonna, sei ancora lì, sul balcone a spiare i passanti, sperando di poter ancora correre come loro per le vie di Ladispoli. Sperando che qualcuno ti venga a trovare anche oggi.

Come la mia, mille altre famiglie hanno vissuto la stessa storia e spero che al di là delle critiche e delle difficoltà possiate andarne a fondo e trovare la verità, soprattutto se l'avete vissuta qui, nella mia città, nella stessa struttura.

Le case di cura esistono per preservare i nostri nonni, i nostri cari. Inserire un anziano temporaneamente all'interno di una RSA non significa abbandonarlo, significa proteggerlo da un mondo esterno dove il rischio di contagio è molto più elevato. Inserire un anziano in una RSA non dovrebbe significare non poterlo rivedere mai più, abbandonarlo ad una morte per noncuranza solitaria ed inevitabile.

Nonna, ad oggi, posso confessarti che non so, purtroppo, se avrei potuto regalarti un lieto fine, ma so per certo che non meritavi il trattamento ricevuto da una - quella - struttura inadempiente ed irresponsabile e che, durante quella estenuante battaglia, non sei mai stata sola, non abbiamo smesso di pensarti un attimo».

LYSOFORM IGIENIZZANTE
21 LAV. ASS.

IGIENIZZANTE

21
LAV

OCCHIO AL
PREZZO

1,99

FABULOSO
AMMORBIDENTE
CONCENTRATO
1 LT ASS.

OCCHIO AL
PREZZO

1,39

LA NUOVA
PROMO FLASH

APPRETTATEVI!!

MASTRO LINDO
SPRAY 500 ML

- BAGNO
- CON CANDEGGINA
- CUCINA
- LIMONE

OCCHIO AL
PREZZO

0,88

Colgate
Baking
SODA

Colgate
Herbal

COLGATE
DENTIFRICIO
BAKING SODA/
HERBAL
75 ML

OCCHIO AL
PREZZO

0,59

FINISH POWERBALL X 100
CLASSICO/LIMONE



100
TABS

OCCHIO AL
PREZZO

7,99



PRIL GEL
SCIOGLIGRASSO/
ANTIODORE
600 ML

OCCHIO AL
PREZZO

2,79

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

OFFERTE VALIDE DAL 9/11 AL 20/11/2020

SALVO ESAURIMENTO SCORTE

MAGAZZINI
Maurys

MAGAZZINI
Maurys

MAGAZZINI
Maurys

MAGAZZINI
Maurys

MAGAZZINI
Maurys

MAXI FORMATO
Detersivo Lavatrice in Polvere

BIOPRESTO
FUSTONE
80 MISURINI

80 MIS

6,99

NELSEN PIATTI
900 ML ASS.

0,77

DIXAN CAPS
30 PZ
CLASSICO/
COLOR

4,59

NAPISAN HYGIENIC
POLVERE 600 GR
LIQUIDO 1200 ML
DISINFETTANTE

1,2 LITRI

2,99

MAXI FORMATO

MAXI
AJAX

AJAX 1,3 LT
ASS.

1,29

LYSOFORM
GEL BAGNO
750 ML

LYSOFORM
PAVIMENTI
900 ML

0,99

1,39

SCOTTEX
TUTTOFARE
2 ROTOLI

SCOTTEX
TOVAGLIOLI
1 VELO 240 PZ

240 PZ

1,39

GLADE
AUTOMATIC
RICARICA
269 ML

1,99

LADISPOLI - Via Via Glasgow, 60 - ANGUILLARA - Via Giolitti, 3 - CERVI
OFFERTE VALIDE DAL 9/11 AL

FORMATO CONVENIENZA
2 LT

COCCOLINO
AMMORBIDENTE
2 LT ASS.

OCCHIO AL PREZZO

1,29

DASH SIMPLY
LAVATRICE
990 ML 18 LAV.
ASS.

18 LAV

1,59

CHANTECLAIR
SGRASSATORE
625 ML ASS.

1,29

MASTROLINDO
PAVIMENTI
950 ML ASS.

0,88

CIF CREMA
500 ML ASS.

0,99

GILLETTE
SCHIUMA 200 ML
PELLI NORMALI/
SENSIBILI

0,99

LINES IDEA LIBERTY
ANATOMICO X 26
PACCO DOPPIO

1,39

LINES IDEA ULTRA
ALI X 18 / NOTTE X 16
PACCO DOPPIO

1,39

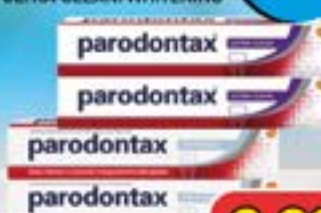
COLGATE COLLUTORIO
500 ML ASS.



1,88

PARODONTAX
DENTIFRICO 75 ML
BI-PACCO
ULTRA CLEAN/WHITENING

**PACCO
DOPPIO**



3,99

Formato famiglia

DOVE
BAGNOSCHUMA
700 ML ASS.

**OCCHIO AL
PREZZO**
1,49



**SPAZZOLINO
+ PENNA**

**OCCHIO AL
PREZZO**
1,49

ELMEX
SPAZZOLINO
+PENNA 5 ML
SENSITIVE



**OCCHIO AL
PREZZO**
0,88

PALMOLIVE
SAPONE LIQUIDO
300 ML ASS.

PALMOLIVE SHAMPOO
350 ML ASS.

DIMENSION
SHAMPOO
250 ML
ASS.

0,59



LINEA
COLORAZIONE
NATURAL&EASY
ASS.

2,19



NEUTROMED
DEO SPRAY
ASSORTITI
150 ML
NEUTROMED
DEO ROLL-ON
ASSORTITI
50 ML

0,99



LADISPOLI - Via Glasgow, 60 - ANGUILLARA - Via Giolitti, 3
CERVETERI - Via Largo Almunecar, 20 - BRACCIANO - Via Arturo Perugini snc
OFFERTE VALIDE DAL 9/11 AL 20/11/2020

SALVO ESAURIMENTO SCORTE

NEWS

CERVETERI

Recapitati ai cittadini diversi avvisi di accertamento Tari per gli anni 2014-2019 per omessa denuncia di cantine, garage e seminterrati, oppure per mancato o parziale pagamento Tari per l'anno 2015.

Intervenuti Luca Piergentili e Anna Lisa Belardinelli recandosi all'ufficio tributi per chiedere spiegazioni da fornire, vista l'impossibilità, (misure anticovid) di recarsi negli uffici pubblici, ai cittadini, che hanno l'opportunità - informano i consiglieri - di richiedere la rateizzazione del pagamento.

NEWS

LADISPOLI

L'amministrazione comunale rende noto che l'avviso di selezione per l'individuazione di un soggetto a cui affidare la realizzazione e l'organizzazione del "Natale a Ladispoli: Stelle e Desideri", di cui alla determinazione dirigenziale n. 1494 del 6/10/2020 è automaticamente revocato ai sensi del D.C.M 3/11/2020.

"Sarà un Natale sobrio ma sicuro" riferisce l'assessore alla cultura Milani, nessuna pista di ghiaccio in piazza, dove la ruota panoramica verrà smontata in questi giorni. Scartate tutte le ipotesi che potrebbero prevedere assembramenti.

NEWS

CIVITAVECCHIA

Martedì 10 novembre 2020 al Tribunale di Civitavecchia. Il legale di Paolo Sacconi, già ai vertici di Acea Ato 2, l'avvocato Gianrico Ranaldi del Foro di Cassino presenta un certificato medico lamentando problemi di salute e l'avvio del procedimento penale per disastro ambientale al lago di Bracciano slitta al 27 aprile 2021 alle ore 10.

L'emergenza Covid frena anche il tribunale, slitta al giorno 4 maggio 2021 anche l'attesa udienza preliminare per il rinvio a giudizio richiesto dal PM Migliorini nell'ambito dell'inchiesta denominata "Mafia Litorale".

NEWS

SANTA MARINELLA

Il sindaco di Santa Marinella, Pietro Tidei replica alle accuse di inefficienza in merito all'edilizia popolare, rende nota l'esistenza di una graduatoria per l'assegnazione degli alloggi popolari e l'avvenuta firma di un protocollo d'intenti tra Comune, Arsiat e Ater per la costruzione di quattro palazzine, all'interno di un'area di via delle Colonie, sopra il bar dei Pini che sarà destinata a parco pubblico. Smentendo così le parole della presidentessa del "comitato cittadino per il diritto alla casa" che lo aveva ingiustamente attaccato.

NEWS

FIUMICINO

Che fine faranno i dipendenti dell'Aeroporto? Si parla dei punti vendita della Venchi S.p.a. all'interno dell'aeroporto Leonardo Da Vinci, della loro possibile chiusura. "I dipendenti saranno trasferiti al Nord Italia, con inevitabili disagi per loro e per le loro famiglie". Lo dichiara, in una nota stampa, l'assessore al lavoro Anna Maria Anselmi, che ha scritto una lettera all'azienda alimentare per capire la motivazione per la quale questi lavoratori, invece di essere redistribuiti nelle filiali di Roma, vengano piuttosto dirottati a centinaia di chilometri dalle loro case.

NEWS

TARQUINIA

Il sindaco è risultato positivo al Covid, è lo stesso Giulivi a darne notizia con una nota ufficiale attraverso i casi istituzionali dopo aver saputo, con referto ufficiale della Asl di Viterbo.

"Sono asintomatico e sto bene. Non ho avuto né ho febbre né altri sintomi che avessero in qualche modo fatto intuire una mia positività", rassicura.

"La mia comunicazione pubblica si è resa necessaria per informare pubblicamente tutti coloro che, in qualche modo, sono venuti a stretto contatto con me in questi ultimi giorni".



© Arisial



© Arisial

RIDARE UN SENSO AL PASSATO PER AVER UN FUTURO

**“UNA CALDA DOMENICA DI NOVEMBRE
RIMANDA ALLA MEMORIA NOSTALGICI LUNEDÌ DI PASQUETTA”**

Domenica pomeriggio il piazzale della Banditaccia e le vie che da lì si diramano, apparivano come un immenso parcheggio. Medesima la visione nel piazzale del grande tumulo. I nostalgici del tufo che da decenni, giorno dopo giorno, lunedì compreso, timbrano il cartellino raggruppandosi sotto i pini oramai stremati da incuria e malattia a ridosso della biglietteria, con somma meraviglia continuavano a contarsela: “A rega’ io ‘n pienone così nun me lo ricordavo! Pare che Roma ha tracicmato.”

Centinaia di persone, zaini, bastoni, figli, carrozzine e cani cercavano di evitare il controesodo lungo le strade impolverate dirette ai grandi Tumuli e nel tratto iniziale della via degli Inferi. Il sepolcreto del Laghetto, martellato a sbalzi e saltelli come ai tempi di Lerici, pieno come un uovo, fino a ridosso del dirupo che sprofonda nella stretta valle in cui scorre il Manganello. I più incaponiti, trascinandosi dietro suocere-zavorra: “namo ma’, se te fermi a raccoje la cicoria ce famo notte!”, si erano allungati fino a raggiungere, da dietro, il nuovo cimitero. “Nun ve preoccupate, vi vengo a riprende con la macchina. Tranquilli, non frignate!” così giovani padri cercavano di riconsola’ piccoletti esausti.

Non dissimile la situazione all’uscita dei due tratturi che, dalla Bufolareccia, conducono alle Cascatelle. Perfino il semidistrutto Centro storico ha vissuto una giornata commovente. Insomma questa calda domenica di Novembre rimandava alla memoria nostalgici e favolosi lunedì di Pasquetta. Certamente la paura di essere di nuovo “fatti prigionieri” da imminenti provvedimenti più restrittivi atti ad affrontare il secondo tempo della difficile trasferta sul campo del Covid-19, sta alla base di un simile sciamare. Ma trattasi di una ragione contingente. Sono invero molti gli studi che dimostrano che la necessità di vivere più “naturalmente”, di ritornare alla terra, di riconquistare, abitandoli, i luoghi e le zone interne del nostro paese destinati altrimenti a morte sicura, sia da darsi per acquisita, resa oggi più stringente come contrasto alla pandemia odierna e a quelle che ci aspettano in futuro. Le lunghe file agli ingressi dei moltiplicatisi frantoi di neofiti del coltivar olivi, lo zappettare pratini e piantar canne su cui far avvinghiare pomodori e fagiolini, da parte di ortolani non più solo domenicali, sono dimostrazione di quanto la terra sia divenuta nuova attrazione. Così come il riempirsi di gente di antichi Borghi dimenticati.

Nel libro “**Manifesto per riabitare l’Italia**”, appena edito da Donzelli, cinque autorevoli studiosi hanno messo al centro della questione territoriale nel nostro paese, non più la metropoli ma quei territori coinvolti in un processo di sofferenza demografica e di contrazione insediativa.

«Dalla fine del secolo scorso – scrivono –, l’Italia conosce una vera e propria crisi delle sue tradizionali egemonie territoriali: i centri, i luoghi cui in passato era stata attribuita in’indiscussa funzione direzionale, non riescono più a legittimare il loro ruolo trainante per l’intero sistema delle economie, delle relazioni sociali, dei valori simbolici. Questa crisi ha trovato una conferma drammatica con la pandemia da Covid-19, che ha colpito in modo severo il cuore produttivo e sociale del paese, mostrando, in campo sanitario – e non solo – quanto insufficiente fosse la capacità da parte del centro di reagire agli shock esogeni. Si è rotto il meccanismo della direzionalità. Sempre più i grandi agglomerati urbani producono benefici solo per i ceti più ricchi che li abitano, sempre meno riescono a creare vantaggi e opportunità fuori dai propri confini».

Al fulcro del **Manifesto** sta dunque l’idea che i **centri**, non abbiano più un ruolo trainante per l’economia e le relazioni sociali. In questo senso, la pandemia da Covid-19 ha icasticamente mostrato l’incapacità del centro di rispondere ai traumi moderni.

Gli autori propongono quindi di guardare all’Italia del margine come ad una risorsa in quanto produttrice di «stimoli alternativi, fantasie d’impresa, impegno diffuso di organizzazioni di cittadinanza attiva, che presuppongono modelli di produzione e di socializzazione, stili di vita, rapporti con il proprio corpo, con la terra e con la natura, riscoperte di tradizioni e culture profonde, immedesimazioni nei luoghi e nel loro significato»

Si tratta di un “Manifesto” nel senso più concreto del termine: un documento programmatico per una Italia diversa e soprattutto dal futuro possibile.

Niente di passatista o peggio di autocompiacimento, ma, come ben afferma l’antropologo calabrese Vito Teti , una possibilità di riscatto, di risarcimento dell’Italia dell’Osso, avendo consapevolezza che «in agguato ci sono la retorica, le mitizzazioni del passato, le glorificazioni del buon tempo antico, la scrittura di autori di successo che hanno fatto del passato, delle piccole patrie, delle rovine, dei paesi abbandonati oggetto di una rivisitazione neoromantica e di una riconquista nostalgica ad opera di chi è estraneo a quel mondo.

I paesi non hanno bisogno di celebrazione, ma di attenzione, devono essere visti con la loro forza e la loro ombra. Con le lacrime e sangue che pagano quelli che restano e che sono l’altro volto di quelli che, con lacrime e sangue, arrivano».



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



 **Ferri Carni**

VIA SERGIO ANGELUCCI, 5 - CERENOVA

paolofrancesco@inwind.it - Tel/Fax 06 9904388



IL DANNO AI CITTADINI IN MAFIA LITORALE

CHI RIPAGHERÀ LE PERSONE CHE PUR AVENDOLO RICHIESTO
NON HANNO RICEVUTO NESSUN TIPO DI AIUTO?

Nello scorso articolo su Mafia Litorale è stato comunicato ai lettori che il prossimo martedì (10.11.2020) si celebrerà l'udienza preliminare presso il Tribunale di Civitavecchia per decidere sulla richiesta di rinvii a giudizio. Per fare maggiore chiarezza, di mafioso (inteso come violenza ed aggressione fisica da parte di più persone tra esse organizzate) non vi è nulla. Quello che però può essere considerato mafioso è il metodo. Un metodo contrario a tutte le leggi sugli appalti, dalle modalità di assegnazione dei servizi pubblici sino alle fasi di controllo accuratamente omesse. I servizi pubblici sono perfezionati spesso da un contratto (d'appalto) offerto da un privato (accreditato in apposito registro) ad un settore del Comune. E' la ragioneria che deve **verificare PRIMA DI CORRISPONDERE IL PAGAMENTO ALLA AZIENDA** che i servizi siano conformi a quanto pattuito e, che siano svolti secondo le regole della buona diligenza. Invece, accadeva altro. Le ragioni che potrebbero colpevolizzare o meno uno o l'altro incaricato comunale non sono ora importanti, lasciamo questa guerra a loro. Ciò che è invece fondamentale capire è sapere che i soldi dei cittadini, versati come imposte e tasse, non sono stati né spesi bene, né hanno raggiunto tutta la fascia di utenza disponibile. **La**

scusa della mancanza di risorse spesso addotta dall'assessore di turno NON trova razionalmente alcuna conferma dall'analisi fatta grazie imponente lavoro della Guardia di Finanza di Civitavecchia: una gestione delle risorse attenta e puntuale – come andava fatta – avrebbe consentito in maniera certa un numero più alto di utenti soddisfatti. Chi ripagherà le persone che pur avendolo richiesto non hanno ricevuto nessun tipo di aiuto? Come giustificheranno la mala gestione nel processo? Lo scarica barile sarà interessante. Abbiamo bisogno di trovare delle risposte oneste e sincere che non lascino in sospeso un tema come questo. **I danni derivanti dalla MALAGESTIONE negli appalti (ovunque derivanti) devono essere REALMENTE RIMBORSATI ALLA CITTADINANZA.**

Crede forse la classe politica attuale dei comuni di Tolfa, Ladispoli, Santa Marinella, Cerveteri, di non dover partecipare ad un processo i cui imputati, anche ex sindaci ed ex funzionari, hanno agito CONTRO la loro stessa collettività? Contro i loro stessi cittadini?

E' forse l'influenza che alcuni degli imputati ancora esercitano sui medesimi uffici, e Comuni, a mettere un ALT innanzi il superiore interesse pubblico?



Ma come facevano effettivamente i dirigenti e funzionari pubblici ad eludere consapevolmente ogni tipo di controllo? Una delle risposte sinora trovate (ma è solo una!): Le commissioni di nomina per l'esame, la valutazione delle offerte economiche era composta SEMPRE dai medesimi soggetti, alcuni dei quali (per ora!) non sarebbero indagati. Venivano rivolti gli inviti a presentare le offerte SEMPRE ad i medesimi soggetti vincitori, lasciando fuori anche altre aziende che, seppur regolarmente iscritte al R.U.A., furbescamente attraverso una carambola di determine dirigenziali, non venivano invitate, così da facilitare quella che era ed è ancora oggi una SPARTIZIONE degli appalti. E perché si può parlare di spartizione? Si parla di spartizione di più appalti quando questi pur essendo messi a bando (anche tutti insieme), ed avendo proceduto agli inviti delle aziende iscritte al RUA, poi di fatto accade che le offerte presentate per un singolo appalto SIANO UNICHE. Cosicché le aziende partecipano e lasciano tra loro tacitamente partecipare quelle interessate al servizio. **Ecco perché oggi con franchezza possiamo affermare che il sistema che fu/è "mafioso".**

Soltanto un nuovo dirigente (venuto da fuori) di uno dei comuni su interessati dall'inchiesta, ha cambiato MA PARZIALMENTE le nomine delle commissioni, lo ha fatto di sua iniziativa. E speriamo anche altri comuni possano finalmente adeguarsi alle direttive A.N.A.C. inerenti la imparzialità, rotazione e assenza di conflitti d'interessi dei membri. Ricordo che recentemente l'ANAC interpellata per la mancata nomina di un DEC in uno dei comuni è intervenuta.

Il danno ai cittadini per servizi poco conformi e non soddisfacenti è un tema serio che merita tutta l'attenzione e tanto lavoro per poterlo almeno in parte recuperare.

Autore: Il Pungolo

Global Water Solution
di Daniele Posa

La Tua Sorgente
d'Acqua Pura
Trattata e Gassata



SISTEMI PER USO
domestico

OSMOSI NATURALE
MACCHINA SOTTOZOCOLO

EROGATORE D'ACQUA OSMOTIZZATA
LISCIA E FRIZZANTE A TEMPERATURA AMBIENTE



SISTEMI **professionali**

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



SERVIZIO RICARICA
VUOTO PER PIENO

Bombola:

Sodastream 450 gr (vuota per pieno) €11.90

Sodastream 450 gr (senza vuota) €21.90

Usa e Getta 600 gr €15

Ricaricabile 2 kg (vuota per pieno) €20

Ricaricabile 4 kg (vuota per pieno) €25



Tutte le bombole
trattano anidride
carbonica
alimentare
CO2 E290

È POSSIBILE RICHIEDERE IL SERVIZIO A DOMICILIO

FILTRI, RICAMBI, ASSISTENZA SU TUTTE LE MARCHE



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

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

☎ 339.3904634 - 349.5275373

✉ info@globalwatersolution.it

📍 Global Water Solution di Daniele Posa



LA LETTERATURA AI TEMPI DELLA PANDEMIA

Le pandemie hanno accompagnato l'intero cammino dell'umanità. In genere ce ne è una grande ogni cento anni, l'ultima fu la "Spagnola" del 1918- e questo periodo che va dal secondo dopoguerra ad oggi ci ha dato l'illusione di un tempo felice, libero da pestilenze e guerre. Ma era solo una illusione, come abbiamo visto. Dunque il tema del morbo lo possiamo considerare un archetipo dell'umanità. Il morbo per eccellenza è stato la peste, dovuto ad un batterio trasmesso dalle pulci dei ratti all'uomo, ma anche i virus sono stati sempre presenti.

Una delle prime descrizioni l'abbiamo ad opera di **Omero** nell'*Illiade* (750 a.C.) che descrive mirabilmente l'ira di Apollo per il rifiuto di Agamennone di rendergli la sua schiava Criseide, il cui padre era sacerdote del dio che scatena il morbo. Anche *L'Edipo Re* di **Sofocle** (413 a.C.) descrive la peste che colpì Tebe a causa dell'ira degli dei per l'uccisione del legittimo re Laio. Famosa è la descrizione di Tucidide che nelle sue **Storie** raccontò la pestilenza che colpì nel 340 a.C. Atene impegnata contro gli spartani nella guerra del Peloponneso. Prima fa colpito il porto

del Pireo, legato ai traffici commerciali, e poi la città alta provocando una strage memorabile. Inutile il ricorso agli oracoli e agli dei.

A Roma, nel I secolo a.C., **Lucrezio** nel suo famoso poema *De rerum natura* riprende la descrizione di Tucidide. Ma la peste ed altri morbi sono legati nell'immaginario collettivo al medioevo un'epoca in cui la pestilenza accompagnò da vicino l'umanità. **Giovanni Boccaccio** nel suo *Decameron* (1349) racconta la peste che nera che devastò l'anno prima Firenze.

Lo fa letterariamente immaginando che sette ragazze e tre ragazzi si rifugino in campagna per sfuggire al contagio e che quindi nel tempo di dieci giorni (il titolo greco questo significa) si prendano il compito -per passare il tempo- di raccontare ciascuno una novella.

La lingua utilizzata ovviamente è un italiano ancora infarcito di latino, ma la sua comprensione è assicurata anche ai nostri tempi e il libro pienamente godibile.

I racconti mostrano uno degli effetti sociali della pandemia: la gente vista l'inutilità dei tentativi di combattere si concentra unicamente su libagioni

ed erotismo. Ma il capolavoro sulla descrizione della peste è ***I Promessi Sposi*** di **Alessandro Manzoni** che vide la prima edizione nel 1827. Renzo e Lucia sono i protagonisti della vicenda che vedrà nella parte finale la comparsa del terribile morbo e porterà il Manzoni ad una descrizione accurata e indimenticabile di quello che accadde nel seicento il Lombardia. La peste qui ha anche un valore ideale perché smuove i protagonisti agli estremi delle loro passioni, nel bene e nel male. Lo scrittore francese **Albert Camus** nel 1947 scrive ***La peste***, romanzo ambientato in un piccolo paese dell'Algeria negli anni '40 dello scorso secolo.

Il protagonista è un medico, Bernard Rieux che improvvisamente si trova in una realtà inimmaginabile fino a poco tempo prima con uno stravolgimento totale di usi e costume sociali. Riti di pulizia.

Abluzioni, paura del contagio ricordano molto quello che sta accadendo ora nel mondo, ma che era stato solamente dimenticato.

Del 1981 è invece ***Diceria dell'untore*** di **Gesualdo Bufalino**, che racconta l'amore tra due giovani che si sono conosciuti in un sanatorio e che sono malati di tisi. Il morbo è un catalizzatore per parlare dei temi dell'esistenza e del disagio psicologico con l'accompagnamento costante della tisi, sempre presente a dirigere la trama degli eventi. Un'opera molto nota che ha segnato addirittura un'epoca è ***L'amore al tempo del colera*** (1985) del colombiano e Nobel **Gabriel Garcia Marquez**.

La trama è complessa, molto articolata e si fa notare per l'oggettivo elemento descrittivo e dialogico ed è incentrata sul tema dell'amore e del tradimento.

Il focus che potremmo definire psicanalitico è nel rapporto tra eros e angoscia, termini antitetici che sono alla base, secondo Freud, dello sviluppo dell'umanità.

L'angoscia è ovviamente rapportata al morbo, questa volta il colera che come un algido direttore d'orchestra guida gli eventi, ne scandisce i tempi e i modi, ne provvede alla rappresentazione nel gran teatro del mondo. Una descrizione del vaiolo è riportata invece nel romanzo dello scrittore brasiliano **Jorge Amado *Teresa Batista stanca della guerra* (1972)**, in cui l'autore racconta della stupenda mulatta Teresa che si dedica ai malati ricordando un po' Fra Cristoforo dell'opera del Manzoni. Una cronaca di stampo giornalistico dello stravolgimento della vita quotidiana si ha ne ***La peste di Londra* (1772) di Daniel Defoe**, in cui un sellaio descrive il progressivo ed inesorabile assedio del morbo.



Dott.ssa ELENA BOTTI

PSICOLOGA - PSICOTERAPEUTA



PSICOTERAPEUTA ERICKSONIANA
SPECIALIZZATA NELLA CURA DELLE DEPRESSIONI
ANSIA E ATTACCHI DI PANICO - DISTURBI DEL SONNO
DISTURBI DELL'ALIMENTAZIONE - DISTURBI DELL'ATTENZIONE

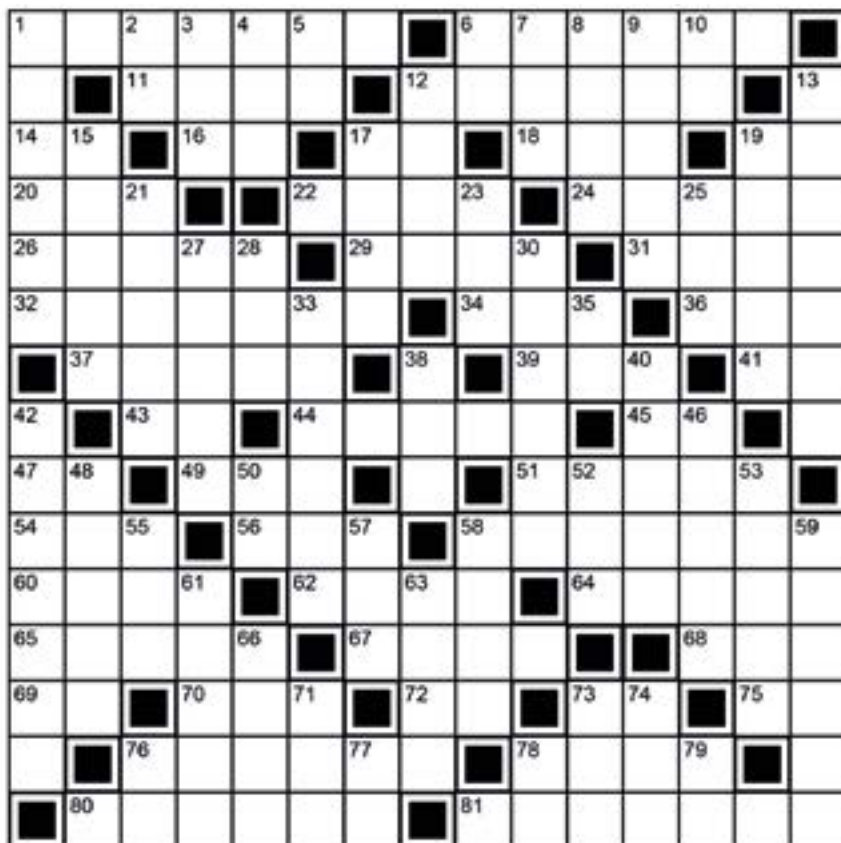
IPNOTERAPEUTA ERICKSONIANA
(riconosciuta dal M.I.U.R.S.T del 16/01/2000 ai sensi della Legge 56/89 art.3)
TERAPIA DEL DOLORE - GESTIONE DELLE FOBIE
PREPARAZIONE AL PARTO
PREPARAZIONE ATLETICO SPORTIVA
SPECIALIZZATA NELLA RATIONAL
EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY (REBT)
(con il massimo livello di specializzazione RET in Italia,
presso il Centro Albert Ellis psicoterapia cognitivo, emotivo, comportamentale)

*"Dentro di noi, possediamo tutte le risorse
di cui abbiamo bisogno per far fronte
alle nostre sfide evolutive"*

MILTON ERICKSON

TEL. 338 1964734
elenabotti@gmail.com

La Dott.ssa Elena Botti riceve a Ladispoli previo appuntamento

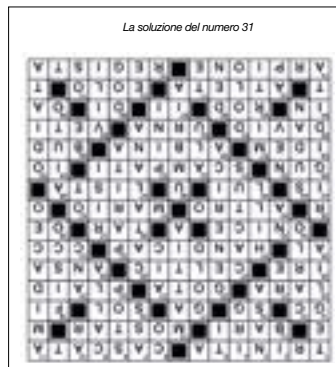
**ORIZZONTALE**

- 1 Un frutto tropicale che per assonanza ricorda una professione forense
 6 Pianta grassa spinosa
 11 Costosa
 12 Il frutto esotico dalle innumerevoli proprietà curative
 14 Seguono la Q
 16 Una provincia toscana (sigla)
 17 Due volte nella tavolata
 18 Reparti Operativi Speciali
 19 Vuoto per due quinti
 20 L'ora faticida
 22 La valley californiana in cui si producono ottimi vini
 24 Fa parte della strumentazione a bordo delle navi
 26 Frutto della palma
 29 Fuoriesce dal vulcano
 31 Il Marcorè attore
 32 Non è cittadino di alcuno stato
 34 Si dice per sposarsi a Parigi
 36 Lo si concede a chi applaude
 37 L'esame a voce
 39 Una sigla da CD
 41 La metà di otto
 43 Poco evidente
 44 Frutto la cui forma ricorda una palla da rugby
 45 L'oro del chimico
 47 La sigla dell'Air France
 49 Infido gancio

- 51 Reato consistente nel sottrarre qualcuno con la violenza
 54 Fa coppia con Jerry
 56 Ora notturna
 58 Ne è ricca la maracuja
 60 Se ripetuto indica routine
 62 Si dice mostrando
 64 Il famoso teatro di Buenos Aires
 65 Religione monoteistica fondata in Arabia nel 7° sec.
 67 Ne ha moltissimi al suo interno il passion fruit
 68 Forte collera
 69 La fine della fine
 70 Per il monoteista è unico
 72 Nel libro e nel quaderno
 73 In Francia congiunge
 75 Lo è chi è chic
 76 È detto anche "ciliegia del deserto"
 78 Gabbia per trasportare il pollame
 80 Frutto con la buccia ricca di piccole spine
 81 Il Ford Coppola regista
- VERTICALE**
- 1 Il continente di cui è originario il frutto del kiwano
 2 La lingua dei Felibri
 3 Un codice per il postino
 4 Il Garfunkel cantautore
 5 In coda alla coda

- 6 Corrente Alternata
 7 Nei datari è dopo Mar
 8 Un enorme disordine
 9 Il Mike che saliva sul ring
 10 Il dittongo in squadra
 12 È detto anche sommo pontefice
 13 Visita le città d'arte
 15 Traguardo, aspirazione
 17 Analogo, siffatto
 19 Non uniforme
 21 Il punteggio del match
 23 Uno da cui si discende
 25 National Enterprise Board
 27 Era usata dai cavernicoli come arma contundente
 28 Il petrolio in Texas
 30 Puoi osservarle nei paesi nordici
 33 Nelle credenze popolari è l'essere intermedio tra l'uomo e la divinità
 35 Chi lo dice lo è!
 38 Fra rock... e roll
 40 Simpaticamente estroso
 42 Contenitore per birra
 46 Funzionali, pratici
 48 Probabilmente, può darsi
 50 Il centro del comune
 52 Accusativo in breve
 53 Si rendono alla bandiera
 55 Quello di mare prende lo stomaco
 57 Acqua Calda Sanitaria
 58 Quello d'Adamo è una sporgenza
 59 Un frutto dissetante
 61 Il punto celeste situato agli antipodi dello zenit
 63 Ardono in chiesa
 66 Personaggi leggendari
 71 Starnazza in cortile
 73 È tenera nel bimbo
 74 Un tocco del campanello
 76 Mezza luna
 77 Dominio internet dell'Honduras
 78 Pari per estro
 79 Prima di DC nel nome di una famosa rock band

La soluzione del numero 31



♈ Ariete

Elemento Fuoco

Attenzione alle discussioni e alle incomprensioni soprattutto se dovute a cose di poco conto. Lasciate spazio anche agli altri di potersi esprimere e parlare, rispettate se hanno una idea diversa dalla vostra. Prudenza negli affari.

♌ Leone

Elemento Fuoco

Anche questa volta il vostro fiuto ha avuto ragione. Bene se era una cosa sperata mentre se è successo purtroppo il contrario, pesate bene le parole ed evitate sfoghi eccessivamente pesanti che potrebbero portarvi noie nella salute e negli affari.

♐ Sagittario

Elemento Fuoco

Voglia di riscoprire il senso di appartenenza e delle tradizioni che a causa di troppi impegni non avete potuto coltivare. Ora è il momento giusto per pensare ad una famiglia, a dei figli o a consolidare un rapporto che era stato nascono.

♉ Toro

Elemento Terra

Ancora qualche piccolo malinteso e scontro nel lavoro dove potreste sentirvi non apprezzati per quello che valete oppure troppo pressati da un collega o un committente invadente. Siate decisi ed evitate discussioni soprattutto in pubblico.

♍ Vergine

Elemento Terra

Sarà necessario un vostro intervento per appianare una diatriba familiare o lavorativa oppure per mettere ordine a questioni economiche o tributarie. In amore una buona complicità e una bella intesa con il partner farà pensare a nuovi traguardi.

♑ Capricorno

Elemento Terra

Per i single si presenterà l'occasione di conoscere persone interessanti o di fare nuove e appaganti amicizie. Nelle coppie consolidate invece qualche preoccupazione potrebbe spegnere i sentimenti e portare dubbi. Focalizzate la causa.

♊ Gemelli

Elemento Aria

Belle soddisfazioni nel lavoro, negli studi o in famiglia perché è chiaro che se siete motivati riuscite a raggiungere le vette più alte. Anche in amore, i sentimenti questa settimana sono particolarmente amplificati e vi sentirete al settimo cielo.

♎ Bilancia

Elemento Aria

Potrebbe arrivare l'occasione per una bella rivalsa che vi porterà anche una buona opportunità lavorativa o economica. La salute invece sarà instabile: attenzione ai malanni di stagione e recuperate le forze per affrontate tutto con serenità.

♒ Acquario

Elemento Aria

Tanta voglia di fare ma anche tanta voglia di cambiare e migliorare, di fare qualche cosa per gli altri, di essere utili nella società. Il problema è solo che dovete fare i conti con le risorse economiche a disposizione. Procedete quindi passo passo.

♋ Cancro

Elemento Acqua

Settimana esasperante perché sarete costretti a cambiare prospettiva molto spesso e velocemente. Potreste quindi sentirvi eccessivamente sotto sforzo e non adeguatamente preparati. Evitate di portare nervosismi in famiglia.

♏ Scorpione

Elemento Acqua

Dopo aver punto vi aspettate il perdono? Ma possibile che non riuscite a controllare questo modo di fare? Se tenete veramente ad una persona o ad una situazione recuperate senza tante storie ma non aspettatevi la comprensione altrui.

♓ Pesci

Elemento Acqua

Assecondate le vostre sensazioni e lasciatevi coinvolgere solo se sicuri. Nel lavoro avete molte prospettive già avviate che potete seguire prima di aprire un altro fronte. Evitate di disperdere energie e concentratevi solo su un progetto.

new Cafe Millennium
Viale Fregene Cerenova (Adiacente Poste)
Tel. 06 99 02 887

Tabaccheria CATALDI

BIGLIETTI COTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI

Sisaf, TIV, WIND, SKY, and other logos are visible.



DIFFICOLTÀ: facile



TEMPO:
60 minuti



DOSI: 8

DOLCI

TORTA DI MELE

La torta di mele è un classico intramontabile della cucina.

Si tratta di un dolce morbido e profumato, apprezzato dai grandi e dai piccini. Un dessert perfetto a conclusione di un buon pasto ma anche come deliziosa merenda o colazione.

La torta di mele è un dolce davvero semplice da preparare che non necessita dell'utilizzo di strumenti particolari o di speciali tecniche di pasticceria.

Può quindi essere fatta da tutti, anche dai meno esperti e potete farvi aiutare dai vostri bambini nella preparazione!

Potete anche preparare una versione senza burro e olio: la torta di mele e mascarpone

INGREDIENTI

- farina 00 300 g di farina 00
- uovo 3 uova
- burro 150 g di burro
- zucchero 180 g di zucchero semolato
- latte 200 ml di latte
- sale 1 pizzico di sale
- lievito 16 g di lievito per dolci
- mela 500 g di mele
- 1 mela per decorare 1 mela per decorare

Rompiamo in una boule le uova e uniamovi lo zucchero semolato: lavoriamo con le fruste elettriche questi due ingredienti fino ad ottenere una crema densa e ben amalgamata.

Continuando a mescolare aggiungiamo il burro fuso e lasciato intiepidire (va bene anche solo ammorbidito).

A questo punto versiamo anche il latte tiepido e aggiungiamo un pizzico di sale.

Uniamo ora la farina e il lievito per dolci: setacciamo questi ingredienti in polvere così da evitare la formazione di grumi nell'impasto e mescoliamo con le fruste elettriche (oppure a mano) fino a quando tutto non sarà ben amalgamato; Il composto deve essere denso, non troppo liquido.

Sbucciamo con cura le mele e tagliamo in piccoli pezzi, cercando di farli della stessa dimensione. Uniamo la frutta all'impasto e mescoliamo con una

spatola. L'impasto ora è pronto per essere versato in una tortiera da 22 o 24 cm precedentemente imburata ed infarinata.

Cuociamo in forno preriscaldato per circa 60-65 minuti a 170° con forno ventilato, oppure per 65-70 a 180° con forno statico.

Dopo il tempo indicato, controlliamo lo stato di cottura infilando uno stuzzicadenti al centro della torta per vedere se è asciutta. Se lo stuzzicadenti è ancora umido, proseguiamo la cottura ancora qualche minuto. Ricordate che i tempi dipendono molto dal tipo di forno usato.

Togliamo dal forno e lasciamo intiepidire la torta prima di estrarla dallo stampo e decorarla a piacere con lo zucchero a velo: per un tocco elegante possiamo spennellare le mele con del miele o della marmellata. Ora siamo pronti per servire la nostra torta alle mele classica!
(ricetta.it)

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.



Via Ancona, 76 - Ladispoli

tel. 06 99 477 46 - fax 06 99 470 85 - www.farmaciademichelis.com

CIVITAVECCHIA: "PROPOSTE PER UNA NUOVA POLITICA INDUSTRIALE"

UNINDUSTRIA, DIONISI: "INFRASTRUTTURE, SEMPLIFICAZIONI E TRANSIZIONE ENERGETICA PER IL TERRITORIO"

Giovedì 5 novembre Cristiano Dionisi, Presidente Unindustria Civitavecchia, ha presentato le "Proposte per una nuova politica industriale", un piano ideato per raggiungere uno sviluppo sostenibile per Civitavecchia e il litorale nord del Lazio. "Lo sviluppo del nostro territorio passa attraverso alcune azioni fondamentali - sostiene il presidente - il rilancio delle infrastrutture stradali, ferroviarie e portuali per incrementare i traffici commerciali, una transizione energetica sostenibile e vantaggiosa per il tessuto imprenditoriale e per tutto il territorio. Un'azione forte sulla semplificazione amministrativa che, partendo dalla ZIs (Zona logistica semplificata), favorisca la nascita di insediamenti legati al comparto portuale". Prosegue Dionisi - "Il recente Atto di indirizzo della Regione sulla Blue Economy va decisamente nella giusta direzione e dimostra l'attenzione verso il porto, un tema centrale per lo sviluppo del Lazio, come più volte da noi indicato. Il documento inoltre focalizza l'attenzione su un punto la cui realizzazione per noi è fondamentale: l'istituzione della ZIs sui porti di Civitavecchia, Fiumicino e Gaeta: il nostro auspicio è che il Governo lo recepisca quanto prima".

Il programma illustrato prevede un percorso a breve, medio e lungo termine su sei pilastri di sviluppo: infrastrutture, transizione energetica, semplificazioni, ma anche nuovi settori produttivi, turismo e digitalizzazione. Intende coinvolgere istituzioni, parti sociali, altre associazioni che porteranno un contributo notevole all'implementazione del

Piano - conclude il presidente che approfitta per informare sulla partenza dei lavori, con due appuntamenti dedicati alla transizione energetica e alle semplificazioni.

Per quanto riguarda il turismo, durante il collegamento, viene ribadita l'importanza di un'offerta turistica integrata e di prossimità sul territorio, attraverso l'uso di piattaforme e nuove tecnologie. Anche in virtù della crisi del settore crocieristico, puntare al patrimonio storico, culturale e termale del territorio sembra essere la carta vincente. Per quanto riguarda le infrastrutture materiali il primo pensiero va alla superstrada Orte - Civitavecchia, che rientra tra le opere strategiche previste dal piano del ministro dei Trasporti Paola De Micheli e per la quale si attendono novità, ma sono fondamentali anche il collegamento ferroviario tra il porto e l'aeroporto di Fiumicino e i progetti di sviluppo del Porto. Così come la creazione di una moderna rete di telecomunicazioni.

Per quanto concerne il Porto e la transizione energetica a Civitavecchia da mesi il comitato SOLE lavora incessantemente, con proposte fattibili ed efficaci per un miglioramento della qualità della vita dei suoi abitanti in termini economici ma soprattutto di tutela della salute.

Civitavecchia è tristemente nota per la presenza di fonti di inquinamento, l'avanzata della nuova tecnologia 5G, presente nelle voci del programma presentato da Unindustria Civitavecchia, potrebbe rappresentare un'ulteriore minaccia.



**NOI
CI
SIAMO**

#SALUSMEDICALCENTER

06 9949944 • LADISPOLI - VIA ANCONA, 94

WWW.GRUPPOSALUS.NET



Ortica

Salute Benessere

A cura del
Dottor Professor **ALDO ERCOLI**



CINQUE PUNTI CHIAVE SU FUMO E CANCRO DEL POLMONE

Quello che vi riporto è la mia esperienza professionale (da broncopneumologo) sul fumo. Vorrei aggiungere anche personale, quindi cinquantennale, perché già in terza media fumavo, anche se in modica quantità, le lontane “sigarette al mentolo”.

Mi sono sempre tenuto aggiornato, attraverso riviste mediche ufficiali, sull’argomento.

Vorrei però sulla scorta, sempre della mia esperienza, “dire la mia” su cinque punti chiave. **Una piccola premessa.** Dal 1969 al 1974, sin dal primo anno di Medicina alla laurea, sono stato a contatto, prima all’Università e poi soprattutto all’Ospedale S. Filippo Neri di Roma, con pazienti affetti da malattie polmonari. Aggiungiamoci poi i quattro anni di specializzazione in Broncopneumologia presso l’Ospedale (universitario) Carlo Forlanini con il primario prof. Mariani.

Oggi quella struttura non c’è più. Non basta. Dal 1974 al 2017 sono stato medico massimalista, di base o di famiglia, chiamatelo come volete, a Ladispoli.

Ne avrò visitati diverse decine di migliaia di fumatori? E tuttora continuo a lavorare per passione non certo per denaro (a chi è povero non chiedo niente se non il

rispetto). Che idea me ne sono fatto?

Punto primo, e prima questione. **Riguardo al cancro del polmone quali sono i fattori di rischio principali?**

A) Quantità e numero di anni di sigarette fumate.

B) Genetica. Sarà una mia disattenzione ma non ho mai trovato un testo di Medicina o comunque un articolo su questo tema: danno da nicotina individuale in rapporto alla quantità ed al numero delle sigarette fumate. Ho visto diverse centinaia di pazienti ammalare di cancro polmonare all’età di 50-60 anni dopo una trentina di anni di fumo (in media 1-2 pacchetti di sigarette al giorno).

Allo stesso tempo ho registrato molte decine di altri deceduti di neoplasie polmonare ultraottantenni, con più di 50 anni di fumo (a questi livelli) alle spalle, addirittura alcuni morire novantenni con “la sigaretta in bocca”. La genetica, la predisposizione individuale alla malattia significa qualcosa o no? Personalmente credo che sia un elemento non trascurabile.

Secondo punto. Il numero delle sigarette fumate giornalmente. Un conto è fumare un paio di sigarette al giorno, un altro uno -due pacchetti. Beninteso questo tema è in parte legato al primo punto. Chi ha fumato 1-2 pacchetti al giorno per più di 30-40 anni non ha

una buona prognosi a distanza di tempo. I conti con la neoplasia polmonare non si chiudono mai, anche se si è smesso di fumare da una decina di anni. Faccio notare che la neoplasia non è di stretta pertinenza polmonare. Questi fumatori "incalliti" possono andare incontro ad una neoplasia del cavo orale, laringea, faringea, vescicale, prostatica....

Sempre non trascurando la genetica chi fuma 1-3 sigarette al giorno ha meno probabilità di ammalarsi di cancro rispetto ai forti fumatori.

Terzo punto: Qualora un fumatore accanito smettesse di fumare però ritenersi al sicuro?

In parte ho già risposto prima ma approfondiamo il tema. Purtroppo penso di no. Se si è fumato per più di trenta anni, a quei livelli, la neoplasia polmonare può presentarsi anche dopo molti decenni dal giorno che si è smesso di fumare.

Molto migliore è la prognosi per quanto riguarda i cardiopatici (il fumo è micidiale per cuore e vasi arteriosi). Nell'infarto del miocardio e nell'ictus cerebrale il rischio viene quasi azzerato dopo alcuni mesi dalla sospensione del fumo.

Quarto punto. Quanto è importante il fumo passivo?

Un gran numero di pazienti con neoplasie polmonari pur non avendo mai fumato (escluse le malattie professionali) ha respirato di continuo, in ambiente chiuso, il fumo di chi gli sta vicino. Tra i tanti casi giunti alla mia osservazione non dimenticherò mai quella di una coppia di cinquantenni milanesi, trasferitesi a Ladispoli. Proprietari negli anni 50-70 di un bar centrale della città meneghina dove fumavano tutti dentro il locale, sempre chiuso in autunno-inverno, persero la vita l'uno dopo l'altro a poca distanza di tempo. Avevano una sessantina di anni e non avevano mai acceso una sigaretta. Le cause del decesso? Il cancro del polmone naturalmente.

Quinto punto. E ultimo e riguarda la donna fumatrice. Qui si intrecciano tra loro genetica, quantità di sigarette fumate, fumo passivo e per quanto tempo.

Gli estrogeni che pur proteggono, nelle donne fertili, da tante patologie non sono uno scudo affidabile nei confronti della nicotina. Non vorrei allarmare nessuno ma il mio intento è solo quello di mettervi in guardia. Ho trovato più neoplasie in fumatrici accanite in premenopausa piuttosto che in quelle di una certa età (anche per loro vale però la regola di quante e per quanto tempo si è fumato in passato).

Le metastasi soprattutto cerebrali nelle donne che fumano molto non sono affatto rare.

Lo scopo dell'articolo che avete letto ha la finalità umanitaria di ridurre drasticamente il fumo. Del resto non è questo uno degli obiettivi del medico?

life
brain
Eccellenza per
la tua salute

Laboratorio
Analisi
Salus Ladispoli



TEST INTOLLERANZE
ALIMENTARI 108 ALIMENTI
NOVEMBRE IN PREVENZIONE

Tariffa agevolata fino al 31 dicembre 2020.



COVID-19 / TEST ANTIGENICO RAPIDO

Ricerca Antigeni SARS-CoV-2



Il Test intolleranze alimentari 108 alimenti analizza una gamma completa di alimenti che possono essere responsabili di un'intolleranza alimentare.

Laboratorio Analisi Salus Ladispoli



Via Ancona, 94
00055 Ladispoli



06 83780971

www.lifebrain.it/laboratorio/laboratorio-analisi-salus-ladispoli

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

LATTOFERRINA E COVID: COSA C'È DI VERO?

In questi giorni le vendite di lattoferrina sono schizzate alle stelle. Nei negozi e nelle farmacie è praticamente introvabile. Perché questa rincorsa alla lattoferrina? A cosa serve? È realmente efficace contro il covid? La funzione principale della lattoferrina è la protezione dell'organismo dalle infezioni, comprese quelle causate da batteri e virus. Su Wikipedia leggiamo che la lattoferrina è una proteina con attività antimicrobica, sia battericida che fungicida.

Si trova principalmente nel latte materno, ed è anche presente in molte secrezioni mucose come la saliva e le lacrime, e nei granulociti neutrofili (cellule immunitarie che difendono l'organismo dalle infezioni di funghi e batteri). Inoltre protegge i neonati da infezioni all'apparato gastrointestinale. Per questo motivo, la lattoferrina viene assunta come integratore per sostenere la capacità del corpo di combattere le infezioni. Viene solitamente utilizzata per:

- Ipoimmunità
- Infezioni batteriche
- Infezioni virali
- Anemia da carenza di ferro
- Disturbi gastrointestinali

In seguito ad una ricerca condotta dall'Università di Tor Vergata è stata evidenziata l'efficacia niente di meno che contro il covid. Ma cosa ne pensano gli esperti?

Lo studio condotto dall'Università di Tor Vergata, insieme a La Sapienza, ha messo in evidenza come i pazienti curati con lattoferrina guarissero

dal covid in un tempo molto minore rispetto al normale decorso della malattia. Lo studio, reso noto a luglio e pubblicato sull' *International Journal of Molecular Science* a luglio 2020, è tornato in auge evidentemente in concomitanza con l'esponenziale aumento dei casi.

Gli studiosi avevano posto la loro attenzione sulla lattoferrina, dopo aver notato la bassa incidenza di infezioni da covid nei neonati. Sembra che il covid abbia bisogno del ferro e la lattoferrina lo sottrae all'ambiente circostante, agendo, dunque, come antagonista. Inoltre, l'effetto antivirale della lattoferrina è collegato alla sua capacità di prevenire l'ingresso dei virus.

Lo studio è stato realizzato su circa 100 pazienti con sintomi lievi o asintomatici, come dichiara la stessa prof.ssa Elena Campione, ricercatrice coinvolta nello studio. La lattoferrina si è dimostrata efficace nel combattere i sintomi della malattia da coronavirus nei pazienti positivi all'esordio e negli asintomatici. Un aspetto confermato anche dalla professoressa di Microbiologia dell'Università La Sapienza, Piera Valenti, la quale ha dichiarato che *"i risultati ottenuti dimostrano che la lattoferrina blocca le fasi precoci e, a detta di colleghi dell'Università del Michigan, blocca anche quando la cellula è già infetta"*.

Poiché c'è stata una corsa all'acquisto di integratori di lattoferrina, diversi esperti si sono espressi a riguardo. Il dottor Luca Cassetta, immunologo presso l'Università di Edinburgo ha commentato: *"Seppur promettenti, tali dati necessitano di una rigorosa verifica in un trial clinico randomizzato"*

per poter verificare l'effettiva efficacia di questo trattamento". Il virologo Roberto Burioni, invece, addirittura ha bollato lo studio come una fake news. In realtà lo studio sulla lattoferrina e il covid esiste e i risultati ottenuti possono suggerire che la cura funzioni, ma i pazienti sottoposti a questo trattamento sono stati troppo pochi e effettivamente sono necessari ulteriori approfondimenti. La necessità di ulteriori ricerche è stata, inoltre, chiarita da uno degli autori della ricerca, Stefano Di Girolamo, del Policlinico Tor Vergata: *"Dal punto di vista clinico, i risultati fin'ora sono molto incoraggianti, ma abbiamo bisogno di continuare per avere dei dati statistici ed evidenze ulteriori. E' una sostanza che facilita l'azione immunologica, da sola non può sconfiggere il virus, ma è capace di rendergli l'ambiente meno ospitale"*. Altri studi hanno dimostrato che in colture cellulari, la lattoferrina ha inibito l'infezione da pseudovirus SARS in modo dose-dipendente (questo virus è strettamente correlato al SARS-CoV-2, che causa COVID-19). Inoltre è stata descritta anche una specifica interazione con la parete cellulare batterica, che si estende anche ai virus e parassiti.

Covid a parte la lattoferrina è utile soprattutto durante terapie a base di antibiotici, infatti il suo impiego si è rivelato particolarmente efficace per proteggere le mucose intestinali promuovendo la crescita del bioma comprendente *Bifidobacterium* e *Lactobacillus*.

La lattoferrina viene consigliata anche per la sua attività antinfiammatoria, antimicrobica, antiossidante ed immunomodulante; in particolare la resistenza di lattoferrina all'azione proteolitica degli enzimi gastrici, le permette di raggiungere l'intestino senza venire modificata.

In ambito immunostimolante incentiva la produzione di linfociti T, modulando anche l'attività delle citochine infiammatorie, e quindi agisce sinergicamente su più fronti.

In uno studio su 126 persone adulte, l'assunzione di proteine del siero del latte arricchite in lattoferrina (600mg al giorno per 90 giorni) ha ridotto l'incidenza e la gravità del raffreddore comune.

Trattandosi di prodotti soggetti a libera vendita e che non richiedono la presentazione di ricetta medica, gli integratori di lattoferrina possono essere impiegati liberamente, anche se è sempre consigliabile chiedere consiglio al medico curante oppure al farmacista prima di impostare un ciclo di terapia.

Conclusioni

Nonostante le sue proprietà antimicrobiche e immunostimolanti, attualmente non si può certo affermare che la lattoferrina curi il covid, ma può costituire una profilassi per il Covid-19, nonché alternativa ad altri metodi di prevenzione che si stanno sperimentando e che sono già in essere. Covid a parte, la lattoferrina sembra essere realmente un integratore molto utile.

BEN DI BIO

vasta gamma di PRODOTTI BIOLOGICI



ALIMENTI FRESCI E CONFEZIONATI PRODOTTI A KM 0



PANE FRESCO BIO



PRODOTTI PER L'INFANZIA

DETERSIVI ALLA SPINA



ECODETERGENZA E COSMESI

PER TUTTA LA FAMIGLIA

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



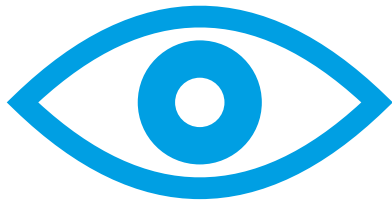
Dottorssa
ANNA MARIA RITA MASIN
Psicologa - Psicoterapeuta



EFFETTI DELL'ISOLAMENTO

Questo è un periodo molto particolare della nostra storia e della nostra vita. Tutto il mondo è affetto da una malattia sconosciuta che, nel migliore dei casi, passa come una semplice influenza, nei casi più gravi porta a complicazioni respiratorie importanti. In casi estremi, porta al decesso. In ogni canale televisivo, in ogni trasmissione televisiva, in ogni momento c'è sempre qualche accenno, più o meno approfondito, a questo nuovo virus, alle sue conseguenze e ai modi di proteggersi. Ciò, oltre a dare informazione, può alimentare paure ipocondriache, diffidenza e pregiudizi. Il mondo scientifico dichiara che le persone positive al virus, sintomatiche e non, devono rimanere in quarantena, ossia stare in casa senza aver contatti diretti con altre persone, finché non viene effettuato un ulteriore tampone che dia risultato negativo. Nessuno, però, parla di come le persone positive ma asintomatiche vivono ed affrontano questa quarantena forzata. Nessuno parla di quali sono gli effetti psicologici, individuali e famigliari, di questo isolamento. A febbraio scorso tutta l'Italia è stata messa in quarantena: tutte le persone dovevano rimanere a casa e il "progetto" era comune. Ora l'isolamento è diverso: è individuale. Ricordo che, durante la prima quarantena, quando facevo i colloqui di psicoterapia con una persona con forte depressione e, dopo aver notato la sua resilienza, evidenziavo che, paradossalmente, questa persona sembrava più adattata all'isolamento sostenendo gli amici che, invece, non erano abituati a rimanere forzatamente a casa e per un tempo indefinito. Cosa succede alla persona in isolamento forzato positiva al virus ma asintomatica (quindi) sana? Intanto c'è l'interruzione immediata della vita quotidiana: niente lavoro, niente contatti diretti ma una vita da reinventare e

da riprogrammare per un tempo indefinito, finché non si diventa negativi. Bisogna riprogrammare la vita. Le persone hanno un ritmo circadiano naturale che in queste situazioni, come in vacanza, sballa. La vacanza, però, è una scelta. Cadono spesso le coordinate temporali: ogni giorno è uguale all'altro. La mente, in queste situazioni, tende ad impigrirsi: la mente vive di contatti, vive di scambi interpersonali diretti, vive di entrate ed uscite da casa, vive di ritmi e di impegni cadenzati che, anche se stressanti, sono rassicuranti. La mente vive nel desiderare momenti di riposo e di solitudine dopo essere stata immersa nella continua stimolazione. Spesso se non ci sono impegni, gli orari del risveglio, dei pasti, dell'addormentamento sono dilatati, sono modificati. In queste situazioni è facile passare dalla pigrizia all'abbassamento del tono dell'umore. La famiglia diventa dipendente dall'aiuto degli altri (amici, istituzioni, ecc.). La dipendenza da altre persone è naturale e fisiologica quando si è piccoli o malati, ma ora si è adulti e spesso sani e questo può portare ad una discrepanza tra ciò che la persona percepisce di sé e lo schema in cui viene inserita. Inoltre si deve aspettare il tempo degli altri e questo può far riaffiorare delle esperienze di attesa primitive sedimentate nell'inconscio. Riappare la paura di essere rifiutati e di essere giudicati: questo virus pone molti pregiudizi e questa situazione alimenta le paure di solitudine e di morte proprie ed altrui. Tutte queste variabili possono contribuire a modificare il tono dell'umore dall'abbassamento all'irritabilità fino ad arrivare a manifestazioni di rabbia verso gli altri, verso se stessi. È importante essere consapevoli queste reazioni emergono ora ma la loro origine è vecchia e allenare la mente alla frase "prima o poi tutto finisce e tutto si risolve".



CENTRO OCULISTICO GAROFALO

VISITA OCULISTICA COMPLETA

CHIRURGIA DELLA MIOPIA CON LASER AD ECCIMERI

TERAPIA LASER DELLA RETINA

CHIRURGIA AMBULATORIALE DELLA CATARATTA

DIAGNOSI PRECOCE GLAUCOMA

CURVA TONOMETRICA - PACHIMETRIA

TOPOGRAFIA CORNEALE - CAMPO VISIVO

DIAGNOSI PRECOCE MACULOPATIE

FOTO FONDO OCULARE - OCT - RETINOGRAFIA

**VISITA ORTOTTICA E STUDIO DELLA MOTILITÀ
OCULARE**

PER APPUNTAMENTO:

329.4586661 - Ladispoli Via Berna 6/A

338/3996983- Roma Via Merulana 88

 gioacchino.garofalo@uniroma1.it  Centro Oculistico Garofalo

www.gioacchino-garofalo.docvadis.it



AMBULATORIO VETERINARIO

Dir. Sanitario

Dott. De Angelis Pio

Cerveteri (Rm)

Via Soprani Fratelli, 50

Tel./Fax 06 9943155 - Cell. 360 240002

La TRIACA ERBORISTERIA



VIA BARI, 39

00055 LADISPOLI - TEL/FAX 06 9911137

FITOCOSMETICA

FIORI DI BACH

CAMELLE SENZA ZUCCHERO

ALIMENTAZIONE NATURALE

LAMPADINE DI CRISTALLI DI SALE

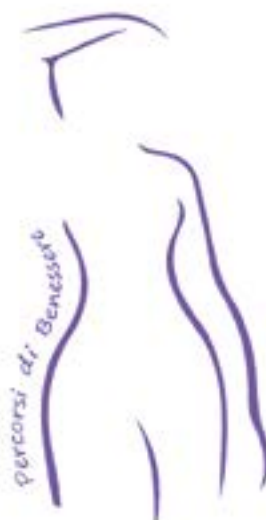
PRODOTTI SPARGIRICI

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

CABINA **ESTETICA**

PERCORSO VISO

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



PERCORSO CORPO

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

EPILAZIONE PROGRESSIVA
LASER A DIODO 808 NM VISO/CORPO

Dott.ssa Cosmetologa: Lucia - Beauty: Francesca



 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

 Farmacia PratoCavalieri Dr.ssa T. Morabito

OTTICAGRILLI

Dal 1977

OTTOBRE E NOVEMBRE
MESI DELLA
PREVENZIONE



PRENOTA UN **TEST GRATUITO**
DELL'EFFICIENZA VISIVA
E **CONTROLLA L'EFFICACIA**
DEL TUO OCCHIALE

LADISPOLI
VIALE ITALIA, 135
TEL 069911152

CERENOVA
LARGO TUSCOLO, 1
TEL 069904740

 otticagrilli.com   **OTTICAGRILLI**

info@otticagrilli.com