



DISTRIBUZIONE GRATUITA

Settimanale indipendente di cronaca, attualità, politica, sport - a carattere professionale, tecnico e scientifico - Fondato da Filippo Di Lorenzo - ANNO 25 - 08/04/2022

L'ortica

SETTIMANALE

®

Anno XXV n°13 - 2022

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

SOS CASCATELLE

TRA I SENTIERI
TRAPPOLE DI FERRO,
L'ALLARME DI CICLISTI
E AMANTI DELLA NATURA

SOCIETÀ

DAL PIANO DI RINASCITA
AL GRANDE RESET

AMICI A 4 ZAMPE

I GATTI SONO CUSTODI
E GUARITORI ENERGETICI

INTERVISTA

STEFANO TIOZZI:
DOVE VA L'AGRICOLTURA

CULTURA

OLIVETTI, L'IMPREDITORE
UMANO E VISIONARIO



AL BANDO LA LETTERA ZETA

FU VIETATA ANCHE
DURANTE LA DITTATURA
DEI COLONNELLI IN GRECIA



un nome, una garanzia
Superal
2000

VETRATE PANORAMICHE

WWW.SUPERALL2000.IT

S.O.S.

PRONTO INTERVENTO

Apertura porte blindate e sostituzione immediata della serratura

APERTURE FORZATE con Ufficiale Giudiziario

Attrezzato per aprire qualsiasi tipo di serratura



**ECOBONUS
50%**

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

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

FABBRICA INFISSI IN PVC

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

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



AL BANDO LA LETTERA “Z”

**IL NICHILISMO STORICO DAL REGIME DEI COLONNELLI
ALL'EUROPA SENZA MEMORIA**

La crociata contro l'infedele, ossia il furore bellico ammantato di nobili quanto falsi scopi moralistici, è un morbo che appesta l'Europa da secoli.

Il virus che né è causa – la presunzione di superiorità morale e razziale – è innestato nel DNA dell'Occidente dai tempi dell'antica Grecia. Sonnacchia per qualche tempo, per poi risvegliarsi manifestandosi con la violenza di un bubbone mortifero causando lutti e dolori infiniti...ai poveracci. Esempio è la Crociata del Fanciulli, o meglio del *Puer*, che potrebbe significare anche *pauper*, ossia *povero*: secondo le cronache nel 1212 dal centro Europa migliaia di *pueri* si misero in cammino alla volta della Terra Santa. Quasi nessuno tornò indietro. Molti furono venduti come schiavi.

Con la stessa logica oggi, gli Dei del capitalismo-anglo americano, in difesa del proprio conflitto di potenza con la Russia, hanno deciso di spingere verso la catastrofe l'Ucraina e l'Europa.

Razionamenti, fame, freddo, evaporazione dei risparmi, precarizzazione dei diritti sono il sacrificio richiesto affinché gli Dei restino al sicuro nell'Olimpo dorato.

Come ogni crociata che si rispetti, anche la crociata contro Putin il Tiranno - non dissimile dalla crociate contro Milošević, Saddam Hussein, Gheddafi, Assad - ha il suo catechismo a cui ogni fedele DEVE conformarsi. Pena l'essere accusato di tradimento e connivenza con il nemico.

Tra i precetti della nuova catechesi bellica c'è la “cancellazione della Zeta” con riferimento al segno usato dall'esercito russo. E' il diktat che parte dalla Germania e rilanciato da Alessandra Moretti: “Sanzioni penali per chi usa il segno Z in tutta Europa” tuona Moretti.

La propaganda affetta da isteria russoba, in un grottesco mix di negazionismo e ribaltamento dei fatti storici, vede nel segno Z il simbolo della criminalità russa da mettere al bando

SETTIMANALE

L'Ortica
| DEL VENERDÌ |

Punga ma non fa male

Settimanale indipendente

Registrato presso il Tribunale di Civitavecchia
n° 09/97 del 18/06/97
ISSN 2704-6664

Registro Nazionale Stampa ROC 34126
Editore Universo Editoriale S.r.l.s.

www.edizioniuniverso.it

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

Direttore Editoriale: Cristiano Cimarelli
Direttore Responsabile: Graziarosa Villani

Editor: Miriam Alborghetti

Redattori:
Barbara Pignataro
Emanuele Rossi

Responsabile scientifico: Aldo Ercoli
Collaboratori: Flavio Enei, Dario Gaggiottino, Barbara Civinini, Emiliano Foglia, Antonio Calicchio, Lorenzo Mezzadri, Flavia De Michetti, Christian Scala, Alessia Moricci, Pamela Stracci, Maurizio Martucci, Sara Sansone.

equiparandolo alla svastica, mentre al contempo nobilita il simbolo dei battaglioni Azov, il gancio di lupo, simbolo originario del partito nazista tedesco.

Le fonti governative russe ci dicono che “Z” sta per ‘Za pobedy’ “per la vittoria”. Il simbolo “Z” arancione e nero – come spiega il sito dell’ANPI di Grugliasco – altro non è che il nastro di San Giorgio, la più alta onorificenza militare dell’Unione sovietica – risalente alla Russia Zarista – e che fu conferita ai militari che presero parte alla Seconda Guerra Mondiale “Per la vittoria sulla Germania nella Grande Guerra Patriottica”. Il nastro di San Giorgio viene usato in Russia in occasione della Giornata della Vittoria (9 maggio), istituita nel ‘45, per ricordare la resa incondizionata del Terzo Reich in segno di gratitudine verso chi con il proprio sacrificio ha combattuto per le generazioni future. L’Europa dalla memoria cortissima dimentica che: 1) i sovietici pagarono il più alto contributo di sangue durante la Seconda Guerra Mondiale, con ben 25 milioni di morti; 2) i sovietici sconfissero 607 delle 783 divisioni tedesche dispiegate su tutti i fronti; 3) 5mila partigiani sovietici presero parte alla Resistenza italiana. Alcuni furono insigniti dallo Stato italiano della Medaglia d’Oro al Valor Militare. “Ogni essere umano che ami la libertà deve più ringraziamenti all’Armata Russa di quanti non ne possa pronunciare in tutta la sua vita”, parola di Ernest Hemingway.

La messa al bando del segno “Z” è una operazione di cancellazione della cultura. Non è un caso che la filmografia occidentale, così zelante nel ricordare l’Olocausto, si sia dimenticata il genocidio di 25 milioni di sovietici. Il nichilismo storico, che ha come fine di resettare il pensiero occidentale, vanta precedenti storici, di stampo fascista, che dovrebbero far riflettere. Correvano gli anni 1967-74 quando la lettera “Z” fu vietata dal regime dei colonnelli in Grecia. A ricordarcelo un film di Costa-Gavras, girato nel 1969, **Z-L’orgia del potere**.

Nei titoli di coda si trova scritto:

«Contemporaneamente i militari hanno proibito i capelli lunghi, le minigonne, Sofocle, Tolstoj, Mark Twain, Euripide, spezzare i bicchieri alla russa, Aragon, Trockij, scioperare, la libertà sindacale, Lurçat, Eschilo, Aristofane, Ionesco, Sartre, i Beatles, Albee, Pinter, dire che Socrate era omosessuale, l’ordine degli avvocati, imparare il russo, imparare il bulgaro, la libertà di stampa, l’enciclopedia internazionale, la sociologia, Beckett, Dostoevskij, Čechov, Gorkij e tutti i russi, la musica moderna, la musica popolare, la matematica moderna, i movimenti per la pace, la lettera “Z” che vuol dire “è vivo” in greco antico.»

Nel libro di Oriana Fallaci, *Un Uomo*, la folla intorno al corpo di Alekos Panagulis (oppositore della dittatura, ucciso in un attentato) grida “Zi, zi, zi! Vive, vive, vive!” In greco antico ci sono tre termini che significano vita: zoè, bíos, psyché. Il Nuovo Testamento per indicare la vita eterna usa il termine “zoè” nel celebre passo “Chi ama la sua vita (psyché) la perde e chi odia la sua vita (psyché) in questo mondo la conserverà per la vita (zoè) eterna”, .

“Possedere le parole, i termini e i significati significa dominare l’universo interiore dei singoli e delle masse. - scrive **Roberto Pecchioli**. - Di qui l’enorme impatto del linguaggio politicamente corretto, che neutralizza centinaia di concetti e finisce per convincere che il bianco è nero. Per le streghe di Macbeth, motrici della tragedia della smania di potere, brutto è il bello è bello è il brutto [...]

L’imperativo morale è respingere il linguaggio ingannevole e avvalerci del diritto naturale alla resistenza contro chi ci opprime.

Vogliono la morte sociale del dissidente e il declino della verità. Dobbiamo coltivare la diffidenza, primo lievito della dissidenza: qualunque verità ufficiale manifestata con il baccano di una falsa unanimità è una bugia nascosta”.

L’Oroscopo di P’Astra

Speciale Viaggi: Adriano Botta
Speciale Cinema: Michele Castiello
Videorticando: Toni Moretti

Commerciale: Carlo Leonori

Fotografi e collaboratori:

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

Grafica: Isabel Maccari

Stampa: Universo Editoriale S.r.l.s.

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

Redazione

Piazza Risorgimento, 4 - Cerveteri

Tel. 06 99 41 736

Cell.339 2864552

info@orticaweb.it
redazione@orticaweb.it
www.orticaweb.it

Chiuso in redazione il giorno 06/04/2022
Ph di copertina © Marco Tanfi



DIIA APP, TUTTE LE STRADE PORTANO A KIEV

IDENTITÀ DIGITALE, CRIPTOVALUTE E VACCINI: LA TRIADE CHE PRELUDE AL SOCIAL CREDIT SYSTEM È STATA LANCIATA IN UCRAINA NEL 2020

Da una guerra all'altra. Dalla battaglia contro il Covid19 alla gestione delle operazioni militari contro la Russia: il passo è stato breve, conservato però tutto lo Stato nello Smartphone, compresi denaro, assistenza sociale, diritti e libertà, h24 algoritmicamente vigilati. Si chiama **Diia**, tradotto 'azione'. E' la SuperApp, o meglio l'Identità digitale nel 2020 lanciata in Ucraina dal 31enne ex manager in start-up di marketing digitale e attuale ministro della trasformazione digitale **Mykhailo Fedorov** che, dall'attacco russo dello scorso 24 Febbraio, l'ha prontamente riconvertita in strumento digitale in tempo di guerra, proprio come Mario Draghi, finito lo stato d'emergenza sanitaria, non intende abbandonare l'impalcatura del Panopticon Green Pass. "Loro [i russi] non si sono accorti che" – secondo il Times ha dichiarato Fedorov – "i governi devono diventare sempre più simili alle aziende tecnologiche, piuttosto che essere rigidi come un carro armato, come una macchina da guerra".

Utilizzata da 14 su 42 milioni di cittadini ucraini,

un po' come pretende l>IDPay annunciata in Italia dal ministro Vittorio Colao, Diia racchiude tutti i servizi pubblici dello Stato digitale, cioè 50 tra codice fiscale, carta d'identità, passaporto biometrico con impronta digitale, tessera dello studente, patente di guida, carta di circolazione, polizza assicurativa, documenti fiscali, rimborsi sanitari, prestazioni sociali, certificati di nascita e di avvenuta inoculazione da siero anti-virus. Ma pure firme digitali, registrazione delle imprese e servizi speciali per gli sfollati interni che, sotto bombe, missili e droni killer, per l'assistenza mensile possono presentare domanda elettronica. Non solo, perché esattamente come da Settembre con l>IDPay l'italiano buon cittadini 2.0 comincerà a ricevere bonus e voucher per sostituire gradualmente contante e moneta cartacea, col programma ePidtrymka il governo ucraino paga più o meno l'equivalente di 18 euro agli over 60 vaccinati con richiamo, 221 euro ai cittadini nelle aree più colpite dal conflitto russo-ucraino,

IL FORNO

di Del Pivo Andrea & C. s.a.s.

Viale Italia 42 - Ladispoli Rm - Tel. 06 99144445 - Cell. 388.8908383

andreadelpivo@libero.it



Il Forno Di Andrea Del Pivo



elargendo ai vaccinati di età pari o superiore a 14 anni circa 35 euro da spendere in medicinali, sport, teatri e libri. “Il vero scopo dietro la spinta storica e senza precedenti per vaccinare i più piccoli – sostiene The Defender dell’ONG di Robert Francis Kennedy Jr. – è piegare l’attuale generazione di bambini nel fiorente sistema di identità digitale globale”. E così, puntuale da Kiev è arrivata la rivendicazione di Stato. Siamo “un leader mondiale nel numero di servizi online disponibili per i genitori di neonati”, si gongola l’esecutivo ucraino, con una sola applicazione forniti nove servizi online usufruibili dai genitori già 20 minuti dopo la nascita del bambino, neo-vita in digitale dalla culla alla tomba.

Però secondo Fabio Vighi, professore di teoria critica all’Università di Cardiff in Galles, “l’obiettivo generale è quello di offuscare la vera questione in gioco, che consiste nel tirare montagne di denaro a buon mercato nell’economia dipendente dal debito”. Indagando la questione, ci si accorge che nel dicembre 2021, l’Ucraina ha infatti ricevuto un prestito di 150 milioni di dollari dalla Banca Mondiale per “accelerare le vaccinazioni contro il Covid19.” Di questi fondi, almeno 30 milioni di dollari sarebbero stati utilizzati per la tecnologia dell’informazione, comunicazioni e sensibilizzazione del pubblico, incluso **lo sviluppo della SuperApp Diia convertita in strumento di guerra**. Tanto che la nota rivista Wired definisce il ministero digitale Fedorov una “formidabile macchina da guerra” che alla velocità del 5G con Diia riesce ad inviare denaro al suo esercito, anche tramite criptovaluta, con tanto di immagini e video dei movimenti delle nemiche truppe russe. Di Fedorov esiste poi una pagina sul sito istituzionale del Forum Economico Mondiale in cui si spiega che “il suo progetto dello ‘stato in uno Smartphone’, mira entro il 2024 ad avere il 100% di tutti i servizi governativi disponibili online”. Maggioranza ultra-bulgara che però presto potrebbe diventare universale, se tra gli Obiettivi di sviluppo sostenibile delle Nazioni Unite, in particolare l’obiettivo 16.9, si trova l’‘Identità legale digitale per tutti, nessuno escluso compresi i neonati da realizzare entro il 2030.

Per questo proprio l’**ONU, ha istituito la Task Force dell’Agenda sull’identità legale delle Nazioni Unite**, organizzando lo scorso anno la tavola rotonda Futuro della tecnologia e della governance istituzionale nell’identità Management mentre nel piano quinquennale 2019-2024 dell’**Unione europea** si trova identità digitale per tutti gli europei. Insomma da Zelens’kyj a Colao, da Draghi a Fedorov passando per Davos, New York e Bruxelles, strategia e obiettivi comuni al nuovo ordine sono chiari: la tecno-gabbia è in arrivo per tutti, altro che ultime news bombardate dal mainstream coi filmati dei videogiochi al posto della guerra!

TIEFFE

La qualità del prodotto

MADE IN ITALY

SCONTO IMMEDIATO IN FATTURA



PRODUZIONE INFISSI LAVORAZIONI IN FERRO

PORTE BLINDATE / PORTE IN LEGNO
INFISSI IN ALLUMINO / INFISSI IN PVC
ZANZARIERE / TENDE DA SOLE

CANCELLI / GRATE
RINGHIERE / PERSIANE BLINDATE

www.tieffeinfissi.com

VIA S. ZOPPO, 14 00062 BRACCIANO (RM)

TEL: 06 9987021 - FAX: 06 99809343

Email: info@tieffeinfissi.com



CHIUSA UNA DISCOTECA ABUSIVA IN CAMPAGNA

Blitz nella campagna di Ladispoli della Polizia di Stato con l'ausilio di tre unità del Reparto Prevenzione Crimine del Lazio per chiudere un locale registrato come cocktail bar ma che invece – per gli investigatori – era una discoteca a tutti gli effetti. Così gli agenti guidati dal dirigente Federico Zaccaria, durante il week end si sono presentati per mettere i sigilli all'attività sprovvista di molti requisiti. Dall'uscita di sicurezza non correttamente segnalata e anche sbarrata in caso di emergenza, ad un deposito non autorizzato di bombole a gas la cui esplosione avrebbe potuto portare a conseguenze gravi per tutte le persone presenti, per finire con gli estintori con verifica scaduta. Gli agenti di polizia hanno scoperto che sia i dipendenti che tutti i ragazzi erano privi di mascherina e non distanziati. Sull'attività è stato disposto il sequestro preventivo mentre il titolare è stato sanzionato amministrativamente e denunciato in stato di libertà per apertura abusiva di luoghi di pubblico spettacolo o trattenimento.



OPERAZIONE ANTIDROGA: 4 ARRESTI DEI CARABINIERI A CERVETERI

Si erano riforniti a Roma ma sono stati bloccati a Cerveteri con il “carico”: sette chili di sostanze stupefacenti. L'operazione antidroga, condotta dagli uomini della compagnia di Civitavecchia, ha portato all'arresto di quattro persone, tra i 23 e i 34 anni, costretti ora a difendersi, in concorso, per detenzione ai fini di spaccio di sostanze stupefacenti. Il blitz ha permesso ai militari del Nucleo operativo della sezione radiomobile, di avere la certezza di quello che avevano già intuito nelle settimane precedenti.

La perquisizione ha consentito di rinvenire circa 7 chili tra hashish, ecstasy, shaboo e 20 grammi di cocaina, oltre a vario materiale utilizzabile per il taglio e il peso delle dosi che avrebbero voluto spacciato nelle piazze del territorio. Il valore stimato complessivamente è di 70mila euro. Le persone ammanettate sono state accompagnate presso le case circondariali di Frosinone e Pescara. All'esito dell'udienza di convalida innanzi al gip del tribunale di Civitavecchia, le misure cautelari sono state convalidate. Per i quattro ora sono scattati gli arresti domiciliari ma vige pure l'obbligo di presentarsi in caserma.

CASO VANNINI, EX MARESCIALLO BENTIVOGLIO CONDANNATO A UN ANNO E 4 MESI PER CALUNNIA

RINVIATO A GIUDIZIO INVECE DAVIDE VANNICOLA. A DENUNCIARLI FU L'EX COMANDANTE ROBERTO IZZO

L'ex comandante dei carabinieri di Ladispoli, Roberto Izzo, li aveva denunciati nell'ambito di una vicenda legata al caso Vannini, e a distanza di tempo il tribunale di Civitavecchia si è pronunciato infliggendo una condanna a un anno e quattro mesi all'ex maresciallo della Finanza Giovanni Bentivoglio e rinviando a giudizio invece Davide Vannicola, commerciante di Tolfa. Questa è la sentenza emessa dal gup in merito all'accusa di calunnia.

Tutto nacque dopo una serie di messaggi social dello stesso Bentivoglio nel cui gruppo di Telegram figurava pure Vannicola e altre persone. Messaggi che si riferivano ad un presunto fascicolo che riguardava Antonio Ciontoli, il capofamiglia condannato poi insieme alla moglie e ai figli per l'omicidio del giovane cerveterano Marco Vannini avvenuto nel 2015. Bentivoglio, è quanto ricostruito dai magistrati, avrebbe scritto via social che il

fascicolo in cui era stato fermato Ciontoli “perché accusato di estorsione per aver mostrato a due prostitute il suo tesserino dei servizi segreti, dicendo loro che non avrebbe pagato per la prestazione sessuale consumata”, fosse stato dirottato da Izzo dalla Procura di Roma a quella di Civitavecchia. Il tutto perché il gruppo di Vannicola e Bentivoglio, in quel periodo, sosteneva che Izzo avesse coperto in qualche modo Ciontoli, di cui, sempre secondo la loro versione, sarebbe stato molto amico, proprio nel caso del delitto di Vannini. E la tesi di Vannicola, approdata anche su diversi canali televisivi, fu quella che a sparare non fosse stato Antonio Ciontoli ma il figlio Federico, e che l'ex carabiniere Izzo avrebbe in qualche modo coperto tutto. Per il gup però quella tesi era falsa perché Roberto Izzo non era al comando della stazione di Ladispoli, ma era in servizio in Friuli Venezia Giulia.



CASA del TENDAGGIO

Antica Tappezzeria dal 1974

Pergotenda

Installazione Senza Permesso

Vuoi chiudere un ambiente
SENZA PERDERE LUCE?



-50%

DIRETTAMENTE IN FATTURA



RICOPERTURA
DIVANI E SEDIE

COMPLEMENTI D'ARREDO
PER TENDAGGI

ZANZARIERE

MATERASSI

RETI
ORTOPEDICHE



Pagamenti personalizzati

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



SARA MRZYGLOD INCANTA ANCORA: È SUO L'ORO NELLA 5 KM DI MILANO

LA CANOISTA LADISPOLANA HA VINTO 3 TITOLI ITALIANI NEL 2022

La campionessa non si ferma più. Non le bastavano due titoli italiani in questo 2022, Sara Mrzyglod non smette di stupire e a Milano va a prendersi anche la medaglia d'oro nella 5 chilometri K1 spegnendo le velleità delle sue avversarie. La 21enne ladispolana della Canottieri Tevere Remo Reale supera di due secondi Elena Ricchiero della Cus Pavia chiudendo in 23'53.40 la sua performance nella categoria Under 23. Regata dopo regata la giovane centra l'ennesimo traguardo arricchendo il suo palmares. Aveva alzato le braccia al cielo già due volte nel 2022 sia nella maratona dei 16 chilometri che nel K2 misto, gare entrambe svolte a San Giorgio Nogaro in provincia di Udine. «Sono davvero felicissima – commenta Sara Mrzyglod – è un momento davvero magico per me. Ho ottenuto tre vittorie su tre e non voglio più fermarmi. Ora un breve periodo di riposo poi si riparte con gli allenamenti perché ci sono le regionali e poi le selezioni per entrare nella nazionale, un appuntamento a cui ci tengo tanto». A Milano hanno gareggiato quasi 900 atleti nelle rispettive categoria con ben 103 società presenti.

Toni Moretti

SPORT GRATUITO A CERVETERI

A Cerveteri sport gratuito in rosa! Arriva Mamanet, un misto tra pallavolo e palla rilanciata, riservato alle mamme che va oltre al gioco, ma che crea continuità tra le giocatrici e le loro famiglie.

Un'opportunità anche per chi non ha mai praticato sport! Non è richiesto nessun requisito fisico e sportivo, non c'è alcun limite d'età ed è completamente gratuito. Per informazioni e prenotazioni, chiamare il numero 3273710088.

Che cos'è Mamanet

Nato in Israele, il gioco del Cachibol che fonde la pallavolo e palla rilanciata con regole semplici, riservato alle mamme e alle donne.

Nato con l'idea di dare un'opportunità a tutte le donne di praticare un'attività fisico-sportiva di squadra, il Mamanet in poco tempo ha travalicato i suoi scopi iniziali diventando un vero e proprio cult capace di cambiare in poco tempo il ruolo delle donne nello sport e nella società.

Nel Paese di origine, allargandosi a macchia d'olio in altre parti del mondo, questa disciplina in poco tempo è diventata una grandissima organizzazione sociale creata da mamme e rivolta alle mamme, molte delle quali per la prima volta chiamate ad una pratica sportiva.

I benefici che esse ne ricavano ricadono in maniera positiva sulle loro famiglie, chiamate a partecipare agli eventi in programma, proponendo uno stile di vita sano ed attivo.



CAPOLISTA DEL GIRONE B

**GRANDE ACADEMY LADISPOLI:
17 PARTITE DISPUTATE:
3 PAREGGI, 14 VITTORIE**

Vittoria per 4/0 ad Alatri domenica 3 aprile 2022 l'ultima partita di campionato per l'Academy Ladispoli in campo contro Vis Alatri.

La squadra femminile di Ladispoli con questa vittoria conferma la vetta della classifica del suo gruppo. Grande attesa per conoscere lo stadio che ospiterà la finale contro le prime del girone A. Un campionato in salita per le rossoblu, chiuso a 42 punti: 17 partite giocate, 14 vinte, 3 pareggi. 65 gol segnati, 5 subiti.

LA ROSA

Andia Alessandra, Angiolini Beatrice, Assab Eleonora, Assab Martina, Badini Aurora, Barchesi

Serena, Barchetti Eleonora, benedetti Sonia, Bocchi Federica, Cappellone Carlotta, Caruso Melissa, Ceccarelli Alice, Cogoli Sara, Consorti Flavia, Conti Chaira, De Carolis Benedetta, Del Monaco Aurora, De Donno Giulia, Dudek Amalia Wing, Fernandes Dos Santos Luara Gabriela, Fioravanti Olivia, Giannoni Sofia, Giordani Elena, Giusti Eleonora, Gobbi Aurora, Marinelli Elena, Mele Federica, Miotto Sofia, Nardelli Maria Sole, Pagano Giada, Partelli Bruna, Perigli Giulia, Queiroz Tamara, Rutili Alice, Salvucci Marica, Savi Ambra, Sgroi Francesca, Somma Rebecca, Zampolini Camilla. Capocannoniere Giulia Perigli (9)



Cantina Cerveteri

Tutto il carattere del nostro territorio

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



CONSEGNE A DOMICILIO

VIA AURELIA KM 42,700 - CERVETERI

TEL . 06 99 444 201 - FAX 06 99 444 217 - info@cantinacerveteri.it

www.cantinacerveteri.it



DI DAVID CANE

PAROLA DI COMPLOTTISTA

**SIAMO PRONTI PER IL NUOVO ORDINE MONDIALE?
SUMMIT A DUBAI, STOP AL CONTANTE... ALL'ANIMA E AL LIBERO ARBITRIO**

In alto da sinistra:
Yuval Noah Harari
Pippa Malmgren
Klaus Schwab
e il Summit a Dubai

Il covid è un'operazione pianificata con lo scopo di introdurre il Nuovo Ordine Mondiale, distopico modello di società incentrato su un sistema di controllo e sorveglianza totale, tanto sul piano fisico-biologico quanto su quello mentale-comportamentale che su quello monetario-fiscale. Se una roba del genere la dici al bar sotto casa, o sui social, ti becchi inevitabilmente il bollino di complottista, terrapiattista o qualche altro epiteto dalla lunga lista degli -ista. Anche se è sempre più innegabile che l'affermazione corrisponde a verità. E anche se a dirlo sono gli stessi padroni del discorso, quelli che il complotto lo vanno ordendo da anni - non in gran segreto bensì alla luce del sole, e quasi sempre in diretta streaming.

Qualche giorno fa è iniziato a Dubai il World Government Summit ("Summit del Governo Mondiale"), un mega-convegno che riunisce la crème de la crème del globalismo sotto l'egida - manco a dirlo - del Forum di Davos. E quasi a voler fugare ogni dubbio, l'evento si è aperto con una sessione dal titolo illuminante:

"Siamo pronti per il Nuovo Ordine Mondiale?"

Nel corso della discussione, l'economista **Pippa Malmgren** ha dichiarato che sì, lei è pronta, e ha spiegato anche quale sarà l'elemento chiave della grande trasformazione. Peraltro, è proprio ciò che avevano previsto i "deliranti complottisti" due anni fa, ma a suo tempo era roba da TSO...

"Il fondamento di un ordine mondiale è sempre il sistema finanziario. E adesso siamo sull'orlo di una radicale trasformazione. Lo dico senza esitazioni: **stiamo per abbandonare il sistema monetario tradizionale ed introdurre uno nuovo. E questo nuovo sistema è il blockchain, la valuta virtuale,**

che significa la capacità di tracciare e controllare ogni singola transazione che avviene nel mondo."

La stessa Malmgren ammette che il nuovo sistema porta con sé "enormi pericoli per l'equilibrio di potere fra stato e cittadino", ma non sembra particolarmente preoccupata. È chiaro però che far digerire alla gente la valuta virtuale - e la totale abolizione del contante - non sarà una passeggiata. Probabilmente, e paradossalmente, si rivelerà più difficile di quanto non sia stato imporre museruole, stecchini in ogni orifizio e infinite iniezioni sperimentali. Servirà dunque il giusto pretesto - e il giusto contesto.

Ma proprio come la devastante crisi sanitaria ha aperto le porte all'egemonia della siringa, sarà la devastante crisi economica che le aprirà al sistema monetario digitale.

Poco importa che entrambe le crisi siano fondamentalmente artificiali. E meno male che è arrivata questa guerretta proprio al momento giusto, vero Klaus?

"Il mondo - fa notare a Dubai il signor Schwab, con quell'inconfondibile accento da supercattivo jamesbondiano - deve affrontare non solo i danni economici e sociali causati dal covid, ma anche le ripercussioni di un pericoloso conflitto tra superpotenze globali. Siamo veramente a un punto di non ritorno nella storia. Non conosciamo ancora la piena portata dei cambiamenti sistemici e strutturali che avverranno. **Ma sappiamo con certezza che le catene di approvvigionamento energetiche, industriali e alimentari saranno colpite in maniera profonda.**"

Traduzione dal davosiano: "preparatevi a blackout, carestie, razionamenti e hamburger di scarafaggio.

12

ATTUALITÀ

E a un'iperinflazione da fantascienza. Tutta colpa del mostro al Cremlino. Che è mio amico da 30 anni. Per fortuna, la terribile invasione ci offre l'opportunità perfetta per fare ciò che avevamo già in programma di fare." E chi ha orecchie per intendere...

Quanto al ruolo della pandemia nell'implementazione di questo diabolico disegno, nessuno è stato più chiaro o più diretto di **Yuval Noah Harari**, profeta del transumanesimo e teorico "ufficiale" della Quarta Rivoluzione Industriale, nonché consulente fidato dello stesso Schwab. Harari è colui che ha famosamente definito l'uomo "un animale hackerabile" e manipolabile attraverso l'intelligenza artificiale. **"L'idea stessa che gli esseri umani abbiano un'anima o uno spirito o un libero arbitrio è finita. L'idea che nessuno sappia cosa succede dentro di te, e che sei veramente tu a scegliere chi votare o cosa comprare al supermercato... è una favoletta.** Adesso ci sono algoritmi che ti conoscono meglio di quanto tu non conosca te stesso, e che pertanto sono in grado di prevedere le tue scelte, manipolare i tuoi desideri, e prendere decisioni per tuo conto". Da anni, Harari fantastica sulla possibilità di "upgradare" l'uomo ed estendere la sorveglianza di massa alla sfera dell'organismo umano, sfruttando una pletora di nanotecnologie da iniettare direttamente all'interno del corpo: neuromodulatori, editing genetico, theranostics, biometrica molecolare e sensori di ogni tipo, il tutto allegramente connesso alla rete attraverso la nascita internet of nanothings. E' vero, lo stesso Harari riconosce il potenziale per una deriva distopica "mille volte peggio di Orwell". Ma alla fine il transumanista israeliano sembra convinto che queste cose possano essere usate a fin di bene, "se solo riusciremo a fidarci della scienza, delle autorità, e dei media". Alla luce di ciò, fanno ancora più impressione le sue recenti dichiarazioni sulla "funzione" svolta della pandemia: **"il covid è l'elemento cruciale perché è ciò che convince la gente ad accettare e legittimare la sorveglianza biometrica totale.** Se vogliamo fermare questa epidemia non dobbiamo semplicemente monitorare dove vanno le persone o chi incontrano, dobbiamo monitorare ciò che accade sotto la loro pelle." Insomma, chi ancora si chiede il motivo di tutte queste iniezioni non deve far altro che leggere fra le righe di Harari: il ciclo della puntura perenne, in larga parte, serve semplicemente ad abituarci al buco. A metabolizzare l'idea che favorire il braccio allo stato, ogni tot mesi, sia un normale prerequisito dell'esistenza. E non appena tale dinamica sarà assimilata dalle masse, ecco che il potere potrà dispiegare a suo piacimento, dentro di noi, tutto quell'arsenale di giocattolini che ha già pronto in magazzino. La vera domanda, dunque, è un'altra: chi sono i veri complottisti?

Infissi 2000

Di Villella Giuliano

FABBRICA DI INFISSI IN ALLUMINIO

SCONTO
50%
IN FATTURA



VETRATE
PANORAMICHE



FINESTRE
IN PVC
ED ALLUMINIO



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



TENDE DA SOLE
ZANZARIERE
DI OGNI TIPO

SERRATURE
E PORTE
BLINDATE

**POSSIBILITÀ DI FINANZIAMENTO
PER ACQUISTO INFISSI**

SERRAMENTI IN PVC ED ALLUMINIO
DI NOSTRA PRODUZIONE.

CERTIFICAZIONE INFISSI PER DETRAZIONE FISCALE

PREVENTIVI E SOPRALLUOGHI GRATUITI

INFISSI SU MISURA A PORTAR VIA

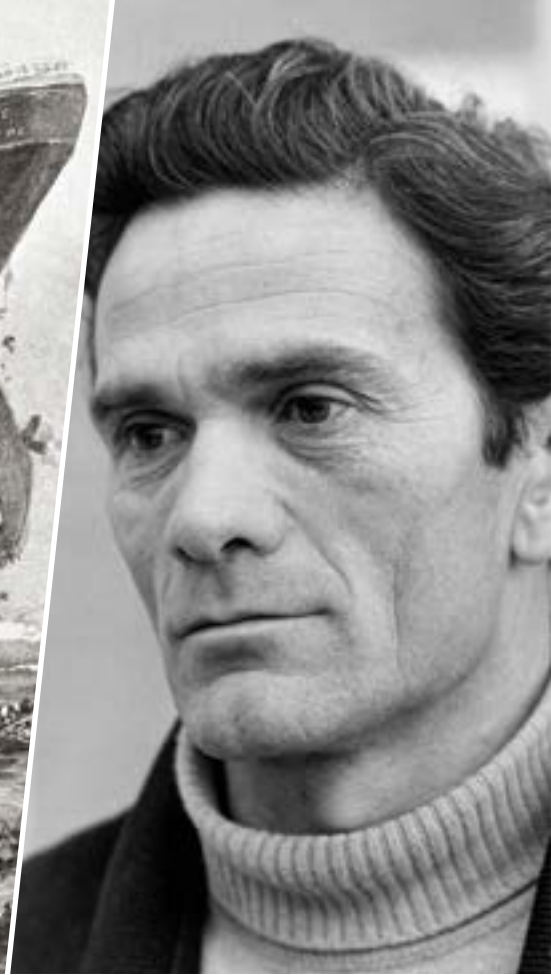
SEDE OPERATIVA: Via della Piscina, 8 - Cerveteri

SHOWROOM: Via Valdambri, 133 - S. Marinella

Tel/Fax 06 99 02 751 - villellagiuliano@tiscali.it

Cell. 339 61 84 947 - 329 78 70 446

www.infissi2000sas.it



LA CAPORETTO ECONOMICA E GLI DEI DEL CAPITALISMO ATLANTICO

**UN FILO ROSSO COLLEGA IL PROGETTO DI TECNO-FASCISMO DI OGGI
ALLA STAGIONE STRAGISTA DEL SECONDO DOPOGUERRA.
PIER PAOLO PASOLINI AVEVA PREVISTO TUTTO**

Le cose corrono veloci, molto veloci. Sta arrivando il razionamento energetico, anticipazione del razionamento alimentare, anticipazione di una più generale economia di guerra già evocata da Draghi il 12 Marzo. Il Green Pass, reso permanente dallo stesso Draghi nel suo nuovo "carattere ordinario" il 17 Marzo, servirà come infrastruttura tecnica per attuare il razionamento. La guerra in Ucraina, preparata e voluta dagli americani che hanno attuato tutte le mosse necessarie per rendere inevitabile l'intervento russo, è destinata a protrarsi per volontà degli americani stessi, i quali infatti stanno sabotando sistematicamente, in questi giorni, ogni possibilità di uscita negoziale.

L'Unione Europea, infiltrata nelle sue strutture apicali da agenti all'ordine del grande capitale finanziario occidentale, cioè americano e inglese, è ridotta a passacarte delle decisioni atlantiste e sta conducendo febbrilmente i

popoli d'Europa verso una catastrofe senza precedenti. In preda a un isterismo russofobo grottesco, ma in realtà in esecuzione di un piano politico preciso e mai discusso in nessuna sede democratica, la UE ha contribuito al recente congelamento di 300 miliardi di dollari in conti correnti russi presso banche occidentali. La risposta della Russia a questo vero e proprio atto di pirateria finanziaria è stato, prevedibilmente, quello di non accettare pagamenti in dollari o euro su banche occidentali, che potrebbero essere a loro volta congelati in ogni momento, in pagamento delle loro forniture di gas: se lo volete, lo pagate in dollari/euro su una banca che poi lo trasforma in rubli, ma la banca sta in Russia. Indignati da tanta arroganza, i G7 hanno deciso di rifiutare. Peccato che di quei 7, quattro abbiano importazioni di gas Russo non rilevanti, mentre per tre sarebbe un disastro totale: e peccato che tra questi tre (Italia, Germania e il

Giappone) ci siamo anche noi, che pagheremo prima e più di tutti i prezzi di **una Caporetto economica che si annuncia drammatica. La quale è, interamente, frutto del vero e proprio tradimento politico delle classi dirigenti Europee e nazionali ai danni delle comunità che dovrebbero rappresentare e difendere.** Né i lockdown, la cui inutilità sanitaria e quindi la cui natura puramente politica è stata certificata in persona da Donato Greco, per più di un anno componente del CTS, né la guerra in Ucraina erano fatti ineluttabili, né necessari, né erano senza alternative. L'una e l'altra sono scelte politiche incomprensibili dal punto di vista degli interessi dei popoli, cioè palesemente suicide.


Esecutore locale del programma demolitorio dell'economia nazionale per conto degli Dei anglo-americani, Mario Draghi sta per annunciare, appunto, la distruzione finale della piccola-media impresa italiana, il prosciugamento dei risparmi delle famiglie, in sostanza la transizione via Green Pass dalla democrazia dei diritti al servaggio neo-feudale tante volte profetizzato. L'obiettivo degli Dei, d'altra parte, è sempre stato questo: annichilire e impoverire l'Europa fermando la sua scivolata verso Est, assoggettare i suoi assets al controllo delle grandi imprese multinazionali a trazione iper-finanziaria in capo agli Dei stessi, e trascinarla al cambiamento di paradigma politico per prima, in modo che il mondo intero segua senza fiatare con lo stesso meccanismo sperimentato con la pandemia. Mentre però la Germania già dimostra consapevolezza e la sua borghesia industriale almeno prova a smarcarsi, e mentre l'intero global South si distacca e guarda con interesse al bipolarismo emergente e al nuovo protagonismo Russo-Asiatico, **in Italia il Premier sta trascinando al macello una bestia morente.**

Morente? Già morta, infatti. Una classe dirigente intellettualmente inetta, incapace quindi di vedere le cose con un minimo di autonomia critica, si accomoda sulla poltroncina con una certa soddisfazione in attesa che **la guerra cognitiva** messa in campo dal potere finisca di portare all'ammasso i cervelli della nazione, e con essa le speranze e il futuro. Una massa ormai ridotta al punto di vedere cospirazioni ad ogni angolo di strada si perde in grotteschi deliri di commissioni nazionali d'inchiesta sugli interessi russi in Italia. Non riescono a vedere, i poverini, che interessi stranieri determinano effettivamente ogni giorno la politica Italiana fin dallo sbarco in Sicilia del Luglio 1943, organizzato insieme alle mafie. Ma che questi non sono mai stati russi: in Italia sono sempre stati, e ancora sono, americani:



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



 **Ferri Carni**

VIA SERGIO ANGELUCCI, 5 - CERENOVA
paolofrancesco@inwind.it - Tel/Fax 06.9904388



**E' ORA
DEL 7301**
**TRANQUILLI
PENSIAMO
A TUTTO NOI!**
Prenota un appuntamento
nella nostra sede di Ladispoli

PORTA QUESTO COUPON E RICEVERAI
LA TESSERA ANNUA AL SOLO COSTO DI €15

EDIL SOLUZIONI
SRLS
DI ANDREA & SIMONE DOMINICI

RISTRUTTURAZIONI
INTERNI ED ESTERNI
IMPIANTI TERMOIDRAULICI
IMPIANTI ELETTRICI
IMPIANTI GAS
CONDIZIONAMENTO

SIMONE 338 2467996
ANDREA 349 7850593
edilsoluzionisrl@gmail.com

SEGUICI

americanissimi. Dopo la fase di formazione e crescita postbellica, questi interessi entrano definitivamente in campo con **gli omicidi di Enrico Mattei nel 1962 e di Pasolini ne 1975: i due delitti, entrambi di stampo mafioso come gli altri della lunga scia di sangue che ne seguì, sono collegati: Pasolini fu ucciso mentre stava svelando in "Petrolio" il volto del nuovo potere, che egli rappresenta plasticamente proprio nella transizione dell'ENI da Enrico Mattei a Eugenio Cefis.** Fu questo nuovo potere, che produsse la strategia stragista/golpista/fascista degli anni Settanta in funzione anti-comunista. Era allora l'Italia in posizione molto simile all'Ucraina di oggi, terreno di confine tra i due blocchi contrapposti. E basta leggere **il discorso di Cefis all'Accademia Militare di Modena del febbraio 1972, il Piano di Rinascita Democratica di Gelli e il Great Reset di Klaus Schwab per vedere che il progetto è, mutatis mutandis, sempre lo stesso:** cessazione degli stati nazionali in favore di istituzioni tecniche globali/regionali (sul modello della UE), decisione pubblica ricollocata nella grande impresa multinazionale e colonizzazione/asservimento della politica (il "misto" di Cefis/Troya di cui parla PPP in "Petrolio"), costituzione di un esercito sovranazionale con funzioni essenzialmente di intelligence, controllo sociale assoluto attraverso la trasformazione della cittadinanza in servaggio. In quest'ottica, il Nuovo Ordine Mondiale di Klaus Schwab si può definire in breve come una riedizione delle visioni piduistiche di Cefis/Gelli aggiornate alla migrazione digitale. **Questo progetto eversivo che oggi si sta prendendo il mondo ogni giorno più rapidamente davanti ai nostri occhi, è sostanzialmente il medesimo che ha connotato la vita del Paese fin dal secondo dopoguerra.** Serve infatti sempre gli stessi interessi, quelli delle élite finanziarie anglo-americane, rappresentati fedelmente dai governi infiltrati della UE e dell'Italia a trazione PD negli ultimi due anni. E non possiamo neanche sorprendercene: **Pasolini questo potere lo vide arrivare mezzo secolo fa, e lo descrisse lapidariamente così nell'Appunto 126 di Petrolio: «i veri fascisti sono ora in realtà gli antifascisti al Potere».**

Questo progetto è davvero, essenzialmente, il prodotto di "interessi stranieri" nel nostro Paese. Ma se state cercando gli "agenti di interessi stranieri" in Italia, siate seri: cercate a palazzo Chigi, non negli studi di Byoblu.

Sergio Porta è professore di Urban Design, Direttore dell'UDSU (Glasgow) Direttore del Corso di Laurea Magistrale in Urban Design, ed ex Capo Dipartimento di Architettura.



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

Immobiliare Ciavarella

www.immobiliareciavarella.com

AFFIDACI LA TUA CASA DA VENDERE

TI OFFRIREMO GRATUITAMENTE
FASCICOLO CASA CERTIFICATO

CHE COMPRENDE:

VISURA CATASTALE

PLANIMETRIA

ABITABILITÀ

VISURA IPOTECARIA

CONFORMITÀ URBANISTICA

ATTESTATO DI PRESTAZIONE ENERGETICA (APE)

PROMO VALIDA FINO AL 30 MARZO 2022

CONTATTACI PER UN APPUNTAMENTO

VIA LADISLAO ODESCALCHI, 109 - LADISPOLI (RM)

TEL: 06 99 13 797 - 349 66 33 199 - agenziaimmobiliareciavarella@gmail.com



PREMIO FERDINANDO IMPOSIMATO

A FRANCESCA TOTO "PREMIO SPECIALE FERDINANDO IMPOSIMATO"

Il Premio Ferdinando Imposimato nasce dalla volontà della famiglia Imposimato e delle Associazioni NONSOLOCHIARA ONLUS, Comitato per la Legalità e l'Anticorruzione, AGI Ass.ne Giuriste Italiane con l'intento di promuovere la cultura della legalità e giustizia, la ricerca della verità, la difesa della democrazia e della dignità, sollecitare la società civile nella lotta alle mafie, alla violenza in tutte le sue accezioni, ai comportamenti discriminatori.

Il Premio, alla sua I Edizione, si svolgerà in collaborazione con il Comune di Roma e la cerimonia di premiazione si terrà nella giornata di lunedì 11 aprile 2022, presso la sala della Protomoteca del Comune di Roma in piazza del Campidoglio, con inizio fissato per le ore 16,00, in occasione dell'86° compleanno del Presidente Ferdinando Imposimato. Il Premio Ferdinando Imposimato intende testimoniare gratitudine, affetto e ammirazione a tutte quelle Personalità che si contraddistinguono per il loro impegno sociale e civile ed offrono un'azione significativa contro ogni forma di potere mafioso e contro ogni forma d'ingiustizia e di violenza; a chi, con passione e resilienza, fa della propria professione e del proprio dire, esempio di rettitudine e bellezza per la collettività, divenendo

esempio di così profonda intensità, da destare orgoglio e ammirazione nella società civile per il non comune senso civico e della legalità mostrati nell'affrontare gravi avversità personali, lavorative e, nel denunciare, perseguire illegalità e ingiustizie che danneggiano l'intera collettività in ambito nazionale. Riceve il «**Premio Speciale Ferdinando Imposimato**» **Francesca Toto**, collaboratrice personale del Presidente Ferdinando Imposimato. Premia Paolo Maddalena, Vicepresidente emerito della Corte Costituzionale "Per il suo impegno teso alla legalità negli ambiti sociali e culturali, nonché per la dedizione e lealtà al giudice Ferdinando Imposimato". I nomi dei premiati della prima edizione del Premio Ferdinando Imposimato: Gabriella Di Michele, ex Direttrice generale dell'Inps, per il settore «Istituzioni e Politica», Martino Ceravolo, per il settore «Imprese»; Maria Grazia Passeri, presidente dell'Ass.ne Salvamamme-Salvabebè, per il settore Sociale; Andrea Cinquegrani, giornalista e direttore della testata antimafia "La Voce delle Voci", per il settore «Comunicazione e Giornalismo». A Diana Iaconetti il Premio Imposimato 2022 per il settore Arte e Cultura. Mentre a WT ACTION per il settore Sport e Rodolfo Lena per il settore Sanità.

18

ATTUALITÀ



CONGRATULAZIONI ALLA NEO DOTTORESSA SILVIA GIUSTI

Dopo tanta determinazione e passione, ha conseguito la laurea in Ottica e Optometria, con votazione finale di 110/110!

Noi dell'Ottica Grilli siamo fieri ed orgogliosi di accoglierla nel nostro staff.

Grazie per aver mantenuto la tradizione di famiglia!



O
TT
ICA
GRILLI
.COM



DESIGN TOWARDS THE FUTURE



OLIVETTI, L'IMPRENDITORE UMANO E VISIONARIO

INCONTRO CON LE SCUOLE DOMENICA 10 APRILE A ROMA

Viviamo tempi bui, dove l'economia stenta, la prevaricazione è la cifra quotidiana del vivere sia nel globale come nel particolare. Anni di conquiste sociali sono messe a dura prova da un relativismo imperante. Per questo oggi più che mai c'è bisogno di esempi illuminati, da seguire, imitare, ma soprattutto conoscere. Il prossimo 10 aprile a Roma, alle ore 11, presso la **Tenuta della mistica del Capitano Ultimo**, ai ragazzi provenienti da scuole del Lazio e della Campania, verrà fatto conoscere **Adriano Olivetti**, uno di questi esempi illuminati.

Un uomo visionario e concreto al tempo stesso, il primo a dare un "taglio" sociale alla propria impresa. Olivetti credeva nel valore condiviso e nella bellezza, e impostò il ciclo lavorativo sulle esigenze dei dipendenti, dei clienti e del territorio, realizzando nuovi edifici industriali, uffici, case, mense e asili per i dipendenti. Un approccio che vedeva l'Uomo al centro del processo, e non il profitto. Il che non gli ha impedito di diventare uno degli imprenditori più importanti nel mondo (ancora oggi la macchina da scrivere "Lettera 22", diventata un simbolo dell'Italia, è esposta al MoMA di New York). Fu visionario, quando si avvicinò ai primi computer di calcolo, ma non perse mai il contatto con la realtà, con i cosiddetti "problemi di tutti i giorni", che attanagliano le nostre vite odierne come quelle degli operai dell'epoca.

Alla tenuta i ragazzi potranno incontrare Michele Soavi, regista della fiction dedicata a Olivetti "La forza di un sogno" andata in onda sulla Rai con

Luca Zingaretti come protagonista della serie e Luca Barbareschi coproduttore del film. Ma potranno anche confrontarsi con altri aspetti riguardanti il coraggio di "difendere" la propria azienda, come quello dell'imprenditrice Valeria Grasso, che ha scelto di opporsi alla pressione della mafia; o quelle di altri imprenditori, con le loro vicende di sacrificio e di forza. Storie diverse da Olivetti, ma che testimoniano tutte l'importanza di fare impresa etica, unirla al sociale, diventare testimonianza di valori. Materiale di vita, che sarà al centro di un tavolo di lavoro che, nello spirito tracciato da Olivetti, proseguirà anche a settembre. Durante la giornata sarà inaugurata la Fontana nella Rocca, che donerà il "canto dell'acqua" nella Capanna chiesa dove come sempre Padre Massimiliano Caliandro (padre Max) celebra la Messa dei Poveri. O la condivisione del pane, fatto dal maestro Franco Palermo con farine antiche e impreziosito dall'olio raccolto dai detenuti che sono alla messa in prova dei Servizi sociali proprio nei terreni della Mistica.

Sarà presente il Segretario generale della Fondazione Olivetti, Beniamino de' Liguori Carino, anche il maestro Paolo Vivaldi, che suonerà al pianoforte brani della colonna sonora della fiction. La manifestazione è stata organizzata dai volontari del Capitano Ultimo, in partnership con il Laboratorio Una Donna di Maricetta Tirrito, e con la Fondazione Adriano Olivetti.

Prenotazioni in sicurezza covid al 346.4386530.

AUTOFFICINA

Incaini



RENAULT



VENDITA e ASSISTENZA



Nuova MEGANE elettrica

**Via dell'Anatra, 11
LADISPOLI**

Tel. 06.99.49.233



TRA I SENTIERI SPUNTANO TRAPPOLE DI FERRO

A CERVETERI L'ALLARME DEI CICLISTI E DEGLI AMANTI DELLA NATURA

“Passeggiando in bicicletta accanto a te, pedalare senza fretta la domenica mattina”. Sarebbe anche perfetta la celebre canzone di Riccardo Cocciante per accompagnare le sane gite all'aria aperta dei tanti ciclisti amatoriali che nel week end decidono di percorrere i sentieri etruschi di Monte Tosto e soprattutto de Le Cascatelle. Ma ultimamente le pedalate sembra siano diventate un incubo. In diverse situazioni gli amanti della due ruote, e a dire il vero anche chi va a passeggio a cavallo o preferisce il trekking, si sono trovati alle prese con spuntoni di ferro nascosti sotto le foglie o la vegetazione. Chiodi pericolosissimi tanto da far scattare un vero e proprio allarme a Cerveteri. Quello che sembrava uno scherzo di cattivo gusto invece si sta trasformando in altro come denunciato da diversi cittadini. «State rischiando di far male seriamente a qualcuno e non solo a noi che andiamo in bici e in moto, ma anche a chi ama le passeggiate a cavallo o va a piedi», è l'appello social di Alessandro che poi ha raccontato come tre ciclisti non siano riusciti ad evitare di bucare le ruote. Giorni fa si era attivato il Controllo del Vicinato Cerenova-Campo di Mare mettendo in guardia gli sportivi e testimoniando che una persona che praticava jogging fosse rimasta ferita al polpaccio. Qualcuno ha subito contattato i carabinieri della Forestale. E anche in queste ore alcuni bikers cerveterani hanno rischiato di finire sopra queste trappole micidiali. Si attiva persino la classe politica. «Prima erano state

rinvenute alla Cascatelle – sostiene Luca Piergentili, consigliere comunale a Cerveteri e nello stesso tempo ciclista amatoriale – ora anche a Monte Tosto. È un vero problema per tutti noi e per chi frequenta solitamente i percorsi naturali etruschi. Sembra quasi che siano stati costruiti da un fabbro o comunque creati artigianalmente. Sinceramente una cosa mai vista prima». Un altro cittadino si sfoga: «In appena un mese – scrive Luciano - sono già tre le persone che denunciano ritrovamenti pericolosi sui sentieri. In pratica vengono posizionati artigianali ferri saldati stile chiodo con l'intento di bucare gomme, rischiando di ferire molto seriamente ciclisti e camminatori. Può bucare agevolmente una suola degli scarponcini da trekking. Pensate la faccia di un ciclista che inavvertitamente ci cade sopra. È chiaro che sui sentieri va fatto un discorso chiaro, sicurezza, manutenzione, sviluppo, certificazione, segnaletica, come del resto è stato denunciato». Ma perché piazzare queste trappole sotto l'erba? Si era pensato a sconosciuti che per catturare magari animali selvatici come cinghiali potessero aver ideato un sistema così pratico. Pensandoci bene perché collocare le tagliole lungo i sentieri affollati da sportivi ed escursionisti sapendo che i cinghiali difficilmente si avvicinerebbero? Non è chiaro quindi cosa ci sia dietro. Spetterà agli investigatori eventualmente scoprirlo. Si spera nel più breve tempo possibile per evitare situazioni incresciose in un periodo in cui le gite aumenteranno durante il fine settimana.

MAGAZZINI
Maurys[®]
IL NUMERO **1** DEL RISPARMIO



Offerte
Imperdibili

segui su maurys.it  

OGNI 30€ DI SPESA
AGGIUNGI 1€ E RICEVI SUBITO

SCONTRINO UNICO - salvo esaurimento scorte

UNA TAZZINA
GUZZINI VETRO
CON PIATTINO
VENICE



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

DAL 26 MARZO AL 16 APRILE

SALVO ESAURIMENTO SCORTE

Filcasalinghi
SOLUZIONI GIARDINO PER I TUOI SPAZII

BBQ FIRE FISSO
30X40X75 CM
19,90

BBQ MEDIUM FISSO
45X35X75 CM
29,90

BBQ HAPPY FISSO
30X40X58 CM
18,80

VENTILATORE MANUALE BBQ
1,19

SET BBQ ACCIAIO/WYLLON
43 CM
3 PZ
4,99

SET BBQ ACCIAIO
35,5 CM
3 PZ
3,99

SPAZZOLA BBQ
30X1
47 CM
0,99

MAGAZZINI Maurys

MURYS KIT LANCIA
+ RACC + INNES
3 PZ
1,99

MURYS LANCIA A PISTOLA
REGOLARE
9 GETTI
3,99

MURYS KIT LANCIA REG
+ RACC + INNES
4 PZ
3,99

MURYS TUBO ESTENSIBILE
20 MT
7,99

KOMBO

TUBO RETINATO PVC 1/2
A/ALGA ATOSSICO
PER IRRIGARE
20 MT
4,99

TUBO RETINATO PVC 5/8
A/ALGA UV PER
IRRIGARE
3 STRATI
15 MT
7,99

High-Tech

Tagliabordi ELETTRICO
250 w/1
36,99

TAGLIA BORDI
250 W
DIAMETRO DI TAGLIO
20 CM
15,99

LADISPOLI - Via Via Glasgow, 6
CERVETERI - Via Largo Almunecar, 20

DAL 26 MARZO AL 16



CONCIME GRANULARE UNIVERSALE 2 KG

3,99

CONCIME ORGANICO LUPINI MACINATI 800 GR

1,99

PR
NUOVA BARRIERA ANTIUMACHE

2,49



CONCIME LIQUIDO PIANTE VERDI 1 KG

2,29

CONCIME LIQUIDO PIANTE ACIDOFI 1 KG

2,29

CONCIME LIQUIDO SANGUE DI BUE 1 KG

2,59

INSETTICIDA LIQUIDO PRONTO ALL'USO 500 ML

3,30

FIORAND INSETTICIDA LIQUIDO 500 ML

3,79

CONCIME LIQUIDO UNIVERSALE 1 KG

1,39

CONCIME LIQUIDO PIANTE FIORITE 1 KG

1,39

VASI GIARDINO VARI TIPI E MISURE

sconto del **30%** su tutta la linea

0 - ANGUILLARA - Via Giolitti, 3
- BRACCIANO - Via Arturo Perugini snc

APRILE

SALVO ESAURIMENTO SCORTE

TERMOZETA



- 3 tipi di aspirazione • aspiratore senza sacco a motore
- Motori: 2800W
- 2 in 1 - Aziona a L20
- 4 modi di aspirazione
- Indicazione sulla polvere ed
- Contatore digitale della polvere e livello
- Carica 3.3 l
- Indicazione capacità sacca (L20)
- Intermittente 2800W
- Regolazione elettronica della potenza
- 2 velocità
- Autonomia - potenza 3000 W
- Autonomia - autonomia 50 minuti
- Motori di riserva 2.3 kW
- Carica rapida ricaricabile con filo a 2.20
- 4 tipi di motore
- Qualità e durata - 1 periodo di garanzia 24 mesi
- Garanzia - 1 + 3 anni di garanzia o servizio clienti
- Garanzia di 24 mesi - servizio
- Motori 1200 W
- Motori 20.000

TERMOZETA MY LIBERA 20 SILVER

69,90

- Macchina espressiva, con design moderno
- Dotata di un sistema di riscaldamento con programmazione
- 4 tipi di latte e 4 modi di preparazione
- In dotazione: latte montato, latte latte, latte latte
- In dotazione: latte montato, latte latte, latte latte
- Funzione "latte latte" a 6 bar
- Funzione "latte latte" a 6 bar
- Funzione "latte latte" a 6 bar
- Funzione "latte latte" a 6 bar
- Funzione "latte latte" a 6 bar



TERMOZETA SACCAFFE 9000

64,99

- Macchina da stiro con ferro di Teflon professionale con manico in legno
- Piatto di stiro: - Pressore 1.5 bar
- Regolata per programmazione automatica ferro e regolazione temperatura
- Tiro di progresso espone con bottoni il capo corrente
- Lancia e acqua riciclate capacità 100 ml
- Top 2800W cassetta
- Spazzolino "senza vapore" a 6 bar
- Funzione "senza vapore" a 6 bar
- Funzione "senza vapore" a 6 bar
- Funzione "senza vapore" a 6 bar



TERMOZETA LA CALDAIA 10000

39,90

- Ferro da stiro a vapore con sistema antifilatura permanente
- Controllo della temperatura regolabile per tutti i tessuti
- Regolatore a vapore
- Piatto in acciaio inox
- Funzione "senza vapore"
- Capacità vapore 250 ml
- Spazzolino "senza vapore" a 6 bar
- Sistema di acqua calda - Pressore 1.5 bar
- Funzione "senza vapore" a 6 bar



TERMOZETA FERRO DA STIRO MILANO 10000

14,99

- Funzione di immersione multifunzione ideale per sbattere
- Funzione di immersione multifunzione ideale per sbattere
- Funzione di immersione multifunzione ideale per sbattere
- Funzione di immersione multifunzione ideale per sbattere
- Funzione di immersione multifunzione ideale per sbattere
- Funzione di immersione multifunzione ideale per sbattere
- Funzione di immersione multifunzione ideale per sbattere
- Funzione di immersione multifunzione ideale per sbattere
- Funzione di immersione multifunzione ideale per sbattere



TERMOZETA MIXER FACIO MIX

19,90

- Ferro da stiro a vapore con FUNZIONE ONDA
- Controllo della temperatura regolabile per tutti i tessuti
- Piatto in acciaio inox
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"



TERMOZETA FERRO RING REVOLUTION

19,90

- Macchina da stiro a vapore con sistema antifilatura permanente
- Controllo della temperatura regolabile per tutti i tessuti
- Regolatore a vapore
- Piatto in acciaio inox
- Funzione "senza vapore"
- Capacità vapore 250 ml
- Spazzolino "senza vapore" a 6 bar
- Sistema di acqua calda - Pressore 1.5 bar
- Funzione "senza vapore" a 6 bar



TERMOZETA CALDAIA NO LIMITS SUPER COMPACT

46,99

- Generatore di vapore verticale
- Piatto espone capacità di accumulo spazio con vapore a 6 bar "senza vapore"
- Piatto in acciaio inox
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"



TERMOZETA LA TINTORIA

19,90

- Adattamenti con funzione spray veloce
- Controllo della temperatura - 1 temperatura
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"



TERMOZETA PIONA SILVER AIR

12,99

ZEPHIR

- Potenza 500W
- Effetto Liscio e Morso
- 100% all'argento plastico
- Regolazione di temperatura
- Pulverizzatore DCPDF
- Pulverizzatore DCPDF
- Cavo intrecciato 2m
- Rete colorata nera e rosa



ZEPHIR PASTRA LISCIO E MORSO 2 IN 1

11,99

- Potenza 40W
- Scambiatore 250ml
- Regolazione di temperatura
- Indicatori luminosi
- Nuova colorazione nera e rosa spray



ZEPHIR PASTRA ARRICCIAPPELLI

7,99

- Potenza 570W
- 2 in 1 liscio e onde
- Piatto in ceramica extra long
- Temperatura regolabile da 120° a 210°
- Spessore 1.2
- Riscaldamento rapido in 30 secondi
- Autoispirazione
- Sistema di bloccaggio - Controllo automatico - Cavo intrecciato 2m
- Funzione di blocco - Controllo automatico di temperatura
- Funzione di blocco - Controllo automatico di temperatura



ZEPHIR PASTRA CAPELLI 2IN1 CON ATTUAZIONE TEMPERATURA E DOPPIO

14,99

- Lama in acciaio inox
- Livello regolabile
- Precisione del taglio
- 4 teste di taglio (1 - 3 - 5 - 7mm)
- Lama intercambiabile
- Potenza 75W - Accensione
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"



ZEPHIR RASOIA

8,80

- Regolatore elettronico
- 2 lame per capelli
- 2 teste di taglio
- 40 Modi di Azionamento
- Controllo di temperatura



ZEPHIR RASOIA E SOSTA

13,99

- Telesio e Lame
- Assorbire 400ml
- Spine riciclate
- Lame riciclate
- Controindicazioni in alcune zone



ZEPHIR RASOIA ELETTRICA

14,99

- Potenza 400W
- Cassetta 5.0L
- Accensione a pressione
- Lame in acciaio inox
- Funzione di blocco
- Funzione di blocco
- Funzione di blocco



ZEPHIR TRITRUFFO DA CUCINA 5 L

12,99

- Potenza 400W
- 2 velocità e funzione PULSE
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"



ZEPHIR CENTRIFUGA PROFESSIONALE

29,90

- Potenza 1200W - 3000W
- COLORE ONDA
- Display LED multifunzione
- Piatto riciclabile in vitro
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"
- Funzione "senza vapore"



ZEPHIR FURNO A MICROONDE

79,90



CONCORSO "CIVITAVECCHIA TRA PITTURA E PAROLE"

1° PREMIO NARRATIVA A SARA SANSONE CON "CIVITAVECCHIA, UNA CITTÀ TRA SAMPIETRINI E CREMA"

"Sono davvero emozionata e grata per questo riconoscimento per il mio racconto "Civitavecchia, una città tra sampietrini e crema". Un racconto che nasce dall'intima esigenza di parlare della mia città, dei suoi valori e del desiderio di vederla rialzarsi e splendere".

È stata presentata sabato 2 aprile presso la Cittadella della Musica, l'antologia: "Civitavecchia tra pittura e parole". Il libro è la raccolta del concorso pittorico e letterario promosso dall'associazione Festeggiamenti Santa Fermina, dalla Pav Edizioni, patrocinato dall'ass. Turismo e Fondazione Cariciv. L'antologia porta la prefazione di Stefano Burbi, M° Compositore e Direttore stabile Orchestra dei Filarmonici di Firenze. "Un progetto culturale editoriale inserito nei festeggiamenti Santa Fermina 2022, articolato alla diffusione del valore del libro cartaceo e alla valorizzazione della cultura del territorio attraverso la selezione di 35 artisti tra scrittori poeti e pittori emergenti e non per raccontare Civitavecchia. Tanti i lavori pervenuti anche da altre città e questo non può altro che renderci soddisfatti per aver fatto viaggiare la nostra città oltre confine.

1° CLASSIFICATO

Sara Sansone
CIVITAVECCHIA, UNA CITTÀ
TRA SAMPIETRINI E CREMA

2° CLASSIFICATO

Dave Given
AMNESIA D'AGOSTO

3° CLASSIFICATO

Angela Sgamma
IL DONO DI NONNA ANGELINA
"15 FEBBRAIO 1965"

FRUTTILANDIA

LADISPOLI
LARGO DOMIZIANO, 17
PIAZZA DOMITILLA
INFO: 333.469921



consegne

A DOMICILIO

ARRIVI GIORNALIERI



KOLOR
PASSIONE PER IL COLORE

SERVIZIO TINTOMETRICO
SPETTROFOMETRO
SMALTI
IMPREGNANTI PER LEGNO
PITTURE ED IDROPITTURE
PER ESTERNO

LADISPOLI
VIA DEI GAROFANI, 14
parcheggio gros MA
339.1081861





STEFANO TIOZZI: “ENERGIE ALTERNATIVE CONTRO IL CARO GASOLIO E VALORIZZAZIONE DEL PRODOTTO”

PARLA IL NEOPRESIDENTE DELLA CONFEDERAZIONE ITALIANA AGRICOLTORI DI ROMA. ABBATTERE IL GIGANTE BUROCRAZIA

Aumentare i redditi aggrediti dall'aumento dei costi energetici, liberare gli agricoltori ed allevatori dal peso della burocrazia, valorizzare i prodotti anche con l'educazione dei consumatori. Idee chiare quelle di Stefano Tiozzi, nuovo presidente della Confederazione Italiana Agricoltori – Cia di Roma. 60 anni, imprenditore agricolo da generazioni nel settore orticolo nella zona di Maccarese, Tiozzi approda alla presidenza della Cia romana in un momento di grave situazione per tutto il mondo agricolo. Quali le soluzioni? *L'Ortica del Venerdì* lo ha intervistato.

Stefano Tiozzi, intanto complimenti per la nomina. Tra le tante problematiche del settore qual è la prima nella sua agenda di lavoro?

“La ringrazio per i complimenti. Senz'altro la questione principale è quella di cercare di sostenere il reddito degli agricoltori. Siamo in una situazione disastrosa dovuta a tutta una serie di problemi”.

Il caro energia in primis.

“I costi dell'energia costituiscono il 30 per cento delle spese, abbatterli costituirebbe già di per sé un aumento del reddito. E' necessario impiegare una maggiore quantità di energia derivante da fonti alternative come l'agrifotovoltaico e il vento. In azienda tutto - dal sollevamento delle acque, alle pompe di riscaldamento delle serre, ai trattori - si muove oggi a gasolio. Senza contare che un maggior impiego di fonti energetiche alternative farebbe bene alla Terra. Il mio pensiero è sempre stato finalizzato allo studio della compatibilità tra l'economia della produzione agricola tradizionale e industriale e le esigenze crescenti di una Terra al collasso della sostenibilità”.

In più occasioni ha sollevato la questione della burocrazia come un peso insostenibile.

“Non è possibile che agricoltori ed allevatori debbano dedicare tre quarti del loro tempo agli adempimenti burocratici. E' necessaria una maggiore semplificazione. E' compito delle organizzazioni

agricole sollevare i produttori da questo carico”.

In che direzione va il mondo agricolo?

“Ritengo che il futuro del settore passi dalla valorizzazione del prodotto. Dobbiamo essere in grado di valorizzare quello che facciamo allo stesso modo in cui un'azienda di telefonini - ad esempio - chiede anche mille euro per un prodotto che può costare qualche decina di euro. Un olivo ci mette oltre 100 anni a farsi grande. E' importante - ed è un ambito al quale mi dedicherò con particolare attenzione - educare il consumatore che non capisce il valore di ciò che consuma. E' necessario il passaggio da una agricoltura volta alla semplice produzione di generi alimentari a un'agricoltura più moderna che la vede svolgere vai ruoli quali accogliere, istruire, educare il consumatore, consentendo a noi agricoltori di valorizzare la campagna e farne un esempio di sviluppo sostenibile”.

Come vede le imprese al femminile?

“Io sostengo sempre che le donne siano un valore aggiunto in tutto. Le pongo come prima attenzione. Assieme ai giovani devono poter trovare degli strumenti di garanzia del reddito altrimenti sono valori che vanno persi. Una persona che accetta un contributo a fondo perduto è una persona rovinata per tutte le burocrazie che ci sono. Bisogna trovare degli strumenti per consentire loro di poter produrre con una certa tranquillità offrendo dei dettagli su quelli che sono gli interessi del mercato. Il lavoro dell'organizzazione dovrebbe essere proprio questo”.

Come sta andando la vertenza per un giusto prezzo per il latte?

“Qualcosa è stato raggiunto rispetto ai 37 centesimi che erano fuori dal mondo. Se ne sta occupando in particolare il mio vice Italo Pulcini, allevatore e presidente della Cooperativa Produttori Latte Aurelia. Vanno fatti ancora incontri con la Regione Lazio per mettere punto queste dinamiche”.

FARMACIA BORGO SAN MARTINO

dott. Bruno MIGLIORE



*“La pace è un sogno, può diventare realtà...
ma per costruirla bisogna essere capaci di sognare”*

Nelson Mandela



EspressoFarmaco

Ritiro ricette presso Studi Medici e
consegna **GRATUITA** farmaci a domicilio

Per informazioni contattarci via WhatsApp o
per e-mail: farmaciadelborgo15@gmail.com

338.3968169 

Farmacia Borgo San Martino • Via Doganale, 108 • Cerveteri • 0691511108 • 3383968169



TRUFFE AGLI ANZIANI: L'ARMA INCONTRA I CITTADINI

SERIE DI INCONTRI SUL TERRITORIO PER INFORMARE E PREVENIRE IL FENOMENO

La Compagnia Carabinieri di Bracciano scende in campo contro le truffe agli anziani. Promossa una serie di incontri presso i centri anziani del territorio per spiegare passo passo le modalità con le quali i malviventi riescono a carpire la fiducia delle persone e gli strumenti per prevenirli. Nel campionario, come da opuscolo che verrà distribuito, arriva anche la truffa della sostituzione di banconote. "Succede spesso - spiegano i carabinieri - che una persona anziana, poco dopo aver prelevato dei contanti in Banca o la pensione in Posta, venga fermata o raggiunta a

casa da qualcuno che si presenta come dipendente dell'agenzia e che dice di dover verificare il numero di serie delle banconote appena ritirate. Quando l'anziano consegna i soldi, i truffatori, facendo finta di controllarli, li sostituiscono con banconote false". L'allerta deve restare sempre alta. Per chi abbia voglia di approfondire non mancano le occasioni. Gli incontri presso i centri anziani infatti si terranno il 7 aprile a Morlupo, il 12 aprile a Trevignano e Campagnano, il 14 aprile ad Anguillara, il 23 aprile a Canale Monterano, il 5 maggio a Bracciano.

CARTOLINE DAL LAGO DI BRACCIANO

Splendidi panorami, tramonti eccezionali, colori incredibili.

Se hai scattato una foto che sorprende tutti del lago di Bracciano, ti invitiamo a inviarla al settimanale L'Ortica del Venerdì.

Sarà pubblicata con il tuo nome in evidenza.

Manda il tuo scatto in alta definizione a direttore@orticaweb.it.

Si fa presente che non verrà riconosciuto alcun compenso.

Saremo felici, però, di consegnarti tre copie cartacee del numero al quale hai collaborato



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**

PROTEGGI IL TUO SORRISO

PRENOTA OGGI STESSO LA TUA VISITA DI CONTROLLO



CURE E PREVENZIONE IN UN UNICO CENTRO

DOVE TROVERAI UNO STAFF DI MEDICI
ESPERTI IN OGNI TIPOLOGIA DI TRATTAMENTO
PER RISPONDERE A TUTTE LE TUE ESIGENZE

RADIOGRAFIA DIGITALE
PANORAMICA DIGITALE
TAC 3D/DENTAL SCAN CONE-BEAM
IMPRONTA CON SCANNER INTRAORALE
SENZA FASTIDIOSE PASTE
FACCETTE ESTETICHE CON
TECNOLOGIA CAD CAM (IN GIORNATA)
CHIRURGIA LASER
ANALGESIA SEDATIVA
CON PROTOSSIDO D'AZOTO

IMPLANTOLOGIA
IMPLANTOLOGIA A CARICO IMMEDIATO
PICCOLA CHIRURGIA
PROTESI FISSA E MOBILE
ENDODONZIA/PEDODONZIA
ORTODONZIA FISSA E MOBILE
INVISALING - IGIENE ORALE
SBIANCAMENTO
CONSERVATIVA

PAGAMENTI AGEVOLATI

possibilità di finanziamento a tasso 0% con pratica gestita interamente dallo studio



BEPPE SIGNORI A LADISPOLI

VENERDÌ 8 PRESENTA ALLO STADIO ANGELO SALE "FUORIGIOCO" - PERDE SOLO CHI SI ARRENDE"

Nel libro l'attaccante di Foggia, Sampdoria, Bologna e Lazio ripercorre l'incubo giudiziario che lo ha visto coinvolto dal 2011 al 2021 con l'accusa di calcioscommesse, vicenda che si è conclusa con l'assoluzione dell'ex calciatore con formula piena "perché il fatto non sussiste".

Una storia amara, una vera e propria persecuzione quella vissuta dal tre volte capocannoniere della serie A. Una carriera da calciatore appena finita, da poco preso il patentino da allenatore a Coverciano, le apparizioni in Tv come commentatore sportivo, tutto bruciato dall'assurda accusa di calcioscommesse, dieci lunghi, tormentati anni dove quello che più ti logora dentro come uomo è la consapevolezza della tua innocenza, un tempo troppo lungo ed un prezzo troppo caro per la propria libertà.

Ad accompagnare nella presentazione Beppe

Signori oltre alla giornalista Francesca Lazzeri, il presidente della Polisportiva S.S. Lazio Antonio Buccioni, il giornalista, scrittore e vice direttore di Rai1 Angelo Mellone, il giornalista e scrittore Fabio Argentini, il dirigente ASI Alessandro Cochi e il giornalista e scrittore Luca Aleandri. Al termine sarà possibile effettuare il firma-copie e scattare le foto-ricordo con il grande campione, avranno comunque la priorità tutti coloro che acquisteranno il libro presso il bookstore Mondadori di Ladispoli.



POPULAR, L'ACCATTIVANTE ROMANZO DI SARA COLONNELLI

Obiettivo dell'autrice è quello di far conoscere i quartieri popolari da un altro punto di vista, cercando di portare un po' di luce in questi posti spesso dimenticati.

"Popular" è un libro che racconta, attraverso le storie di persone vissute nei quartieri popolari, cosa vuol dire avere un sogno e cercare di realizzarlo partendo da zero.

Arrivare al successo è semplice se alle spalle hai soldi, potere e conoscenze. Un po' più complesso è se ti chiami Marta, hai passato la vita nei quartieri popolari di Roma e sei orfana di padre. Marta non canta lei scrive, mediante i suoi testi e i flashback del suo passato racconta la vita delle case popolari attraverso il filtro fuliginoso della povertà e l'abbandono. **Chi ha niente non è destinato**

a rimanere impantanato per sempre in quel limbo, è solo costretto a lottare ogni giorno per procedere anche di un solo passo.

Popular è molto di più di un semplice libro, è la lotta di chi crede ancora nella meritocrazia e soprattutto ha la volontà di non rinnegare il posto da cui viene ma ha il diritto e la forza di combattere per avere una vita e un futuro diverso.

Sara Colonnelli, in arte "LA KOL", nata a Roma nel 1990, è una sceneggiatrice, speaker radiofonica e autrice. Dopo aver vinto il Premio Troisi nel 2014 e il Premio Vincenzo Crocitti nel 2016 con il primo romanzo dal titolo "In questo soffio di vita", torna con una nuova storia avvincente.

Dove trovi libro <https://www.portoseguroeditore.com/prodotto/popular/>

FARMACIA MEXICO

Dott.se **Rossi e Romero**

*Una farmacia al vostro servizio
con professionalità e cordialità*



I NOSTRI SERVIZI

Misurazione **PRESSIONE**

AUTOANALISI

(profilo lipidico, profilo glicemico, glicemia, PCR)

PREPARAZIONI GALENICHE

Giornate di **PREVENZIONE - SCREENING**

(controllo udito, analisi posturologica, consulenza nutrizionale)

Consegna a **DOMICILIO** su richiesta

LADISPOLI - 📍 Via Genova 24 a/b ☎ 06.52727267 - 350.1372771

farmaciamexicosnc@gmail.com

SEGUICI SUI SOCIAL



IL GATTO È UN REIKISTA NATURALE

**CUSTODI E GUARITORI ENERGETICI PER ECCELLENZA
SIA DEL LORO PADRONE CHE DELL'AMBIENTE**

*I gatti provano attrazione per te e tu per loro?
Nell'articolo che segue, firmato da Flora Azevedo,
potrai trovare alcune risposte sulle ragioni del
fascino che questi animali esercitano su molti di noi.*

Il cervello del gatto ha la stessa prospettiva umana. Vede i nostri stessi colori, prova le nostre stesse emozioni.

Il gatto, a differenza del cane, se lo colpisci, ti volterà le spalle, perché si sente ferito come te.

Dentro di noi abbiamo il cristallo di quarzo, il gatto ha molto più cristallo di quarzo.

Il gatto può vedere tutte le energie che noi vediamo solo attraverso la meditazione e lo yoga.

Il gatto ti guarda dall'interno! È inutile cercare di fare una faccia carina per il gatto o accarezzarlo, se sei nervoso, se non ti piace il gatto, ti attaccherà o ti ignorerà completamente. È peggio di un bambino! Quando al gatto non piace qualcuno, è perché la persona è un cattivo personaggio.

Quando il gatto va lì e si strofina, anche se alla persona non piacciono i gatti, è perché è una brava persona. Può darsi che il gatto non voglia stare vicino a te, perché sta attraversando una fase di grado molto basso, stai vibrando con pochissima energia, quindi il gatto scappa.

Il gatto ama gli psicotici, gli ubriachi, i bambini, i malati di mente e tutti coloro che, in qualche modo, sono sfuggiti agli standard della società. Le persone che si identificano solo con i cani sono persone di grande autorità.

Affinché un gatto ti piaccia, devi essere molto flessibile e capire che nessuno appartiene a nessuno, ma devi capire che l'amore è l'unica cosa che tiene il gatto vicino a te.

Il gatto è tremendamente intuitivo, ha persino superato l'intuizione dell'essere umano. Furono bruciati con le streghe nell'Inquisizione, perché erano sempre vicini a chi lavorava con il potere della natura, delle erbe.

Il gatto ti guarda e vede in modo più naturale le energie, le entità, tutto ciò che senti, tutto ciò che ti piace, come sei.

Il gatto ha minerali nel flusso sanguigno che lo rendono un Reikista naturale.

Se un gatto si trova su di te, ripetutamente, nello stesso luogo del tuo corpo, è perché quell'area è priva di energia positiva e deve essere trasmutata. Amali e prenditi cura di loro, perché come i cani se lo meritano, loro sentono tutto ciò che ricevono e sono custodi e guaritori energetici per eccellenza sia del loro padrone che dell'ambiente.



AMBULATORIO VETERINARIO

Dir. Sanitario Dott. De Angelis Pio

Via Fratelli Soprani, 50 - Cerveteri (Rm)
Tel./Fax 06 9943155 - Cell. 360 240002

PROMOZIONE GREEN PASS

NON PERDERE TEMPO!

PRENOTA ONLINE I TUOI TAMPONI

WWW.GRUPPOSALUS.NET



RAGAZZI UNDER 18

10 Tamponi Antigenici

€ 100,00

ADULTI

10 Tamponi Antigenici

€ 120,00

10 Tamponi Molecolari (PCR) € 450,00

CERVETERI

VIA ETTORE SALOMONE 14 (ZONA MERCATO)

TEL. 0699552602 - 069949944 - WWW.GRUPPOSALUS.NET

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



FATTI STREGARE DAI FIORI

**INFLUISCONO SULLA NOSTRA PSICHE,
RAPPRESENTANO QUALCOSA CHE CRESCE E SI EVOLVE**

La floriterapia viene utilizzata per curare tante forme di stress e ansia, per riequilibrare mente e corpo. I fiori diventano strumenti per la trasformazione dell'individuo attraverso la consapevolezza di poter sviluppare qualità necessarie per dare il meglio di se stessi. Le proprietà dei fiori agiscono positivamente anche sul nostro umore, donandoci vitalità e vivacità, lavorano sugli stati emozionali.

Alcuni hanno un vero e proprio effetto ipnotico, basta osservarli attentamente e godere delle sensazioni che trasmettono.

La floriterapia fa uso di essenze di fiori selvatici, è un metodo di cura olistico; squilibri emozionali come ansia, insicurezza, rabbia, possono portare a scompensi fisici o psichici e quindi malattie.

Riarmonizzare il corpo in maniera dolce, graduale e profonda si può fare con i fiori.

Bach studiò le malattie e la forma psicosomatica di esse eliminando la "causa emozionale" di molti disturbi. Sarà capitato a tutti di trovarsi in un prato fiorito e di sentirsi risvegliati dai colori brillanti dei fiori e dai profumi inebrianti, dalle loro forme e sensazioni che trasmettono la positività psicologica data dall'ambiente dove ci troviamo.

I fiori accompagnano sempre un'emozione sia quando si ricevono sia quando si donano. Ad ogni pianta o fiore poi sono associati diversi significati per esempio: all'agrifoglio è associato il significato di precauzione, di difesa, di eternità. In

antichità garantiva protezione dai malvagi e dalle intemperie, i druidi lo utilizzavano per scacciare gli spiriti maligni e Plinio il vecchio, nel I secolo a.C., consigliava di piantarne uno all'ingresso della casa come protezione dai malvagi. Oggi è chiamato "scacciaguai". Le foglie dell'agrifoglio mate, sudamericane, una volta essiccate possono essere usate per fare degli infusi eccitanti.

L'alloro, consacrato in antichità da Apollo, è il simbolo della gloria-trionfo, non a caso oggi quando ci si laurea viene posta in testa una corona di alloro. In passato le corone di alloro venivano indossate dagli imperatori, dai vincitori delle guerre e delle Olimpiadi, e dai poeti. Un fiore originario dell'America del Sud è l'alstroemeria ed esprime devozione, gratitudine e ammirazione.

Un'altro fiore delicatissimo, chiamato anche fiore del vento, è l'anemone (dal greco *ànemos*, vento) significa abbandono e speranza, è ideale per dire "mi manchi da morire, torna da me" non solo per amore ma anche per amicizia.

Gioia, speranza e fortuna sono il significato delle azalee, vistose e sgargianti e dal profumo inebriante, rappresentano la femminilità, si regalano per la festa della mamma o prima di una prova importante.

Esiste poi il fiore del capriccio, (Bocca di leone) perché nel medioevo le giovani ragazze si ornavano i capelli con questi fiori per rifiutare i corteggiatori non desiderati. Che dire poi dei bucaneeve (speranza

e nuova vita) o "stella del mattino" sono associati alla tradizione cristiana, il 2 di Febbraio, giorno della purificazione della Madonna. Si narra che i bucaneeve siano nati dalla Pietà Angelica per rincuorare Eva cacciata dall'Eden. Si festeggiano le nascite. La calla, dal greco "bello" sono fiori riservati alle spose.

Il crisantemo dal greco significa "fiore d'oro". Nella nostra cultura è associato alla celebrazione dei defunti ma in Corea e in Cina è il fiore dei festeggiamenti come matrimonio, compleanni. In Giappone è il fiore nazionale e l'imperatore apre al pubblico, ogni anno, in occasione della festa, i giardini della sua Reggia.

Il fiordaliso esprime felicità e spensieratezza, in Oriente gli innamorati lo regalano all'amata con la speranza di ottenere da lei amore e felicità.

Il garofano è legato in mitologia alla dea della caccia Diana e al suo amante abbandonato mentre per la tradizione cristiana è legato alle lacrime di Maria addolorata ai piedi della Croce del Cristo e simboleggia le varie sfumature dell'amore.

Al gelsomino si attribuisce un profumo intenso e legato alla sfera dei sentimenti, si dice che aggiungerne un rametto alla luce delle spose porti fortuna. Il Giacinto (che significa divertimento) fiore citato nei versi di molti poeti antichi (come Plinio, Virgilio e Teocrito). Segno di purezza e di nobiltà d'animo è il Giglio. La leggenda racconta che sia nato da una goccia di latte caduta dal seno di Giunone mentre allattava il piccolo Ercole; viene usato come dono per far sentire ogni donna come una regina. Il girasole è simbolo del sole e sinonimo di estate ed allegria. Simbolo di arrivo, di buone notizie è invece l'iris che porta il nome della divinità greca Iride, messaggera degli dei che utilizzava l'arcobaleno per formare un ponte tra l'olimpico e la terra. La lavanda, fiore dalle proprietà disinfettanti e rilassanti, posto in camera da letto assicura profonda distensione.

Il fiore di loto per gli Orientali è simbolo della vita e delle virtù mentre nella Grecia antica era simbolo della bellezza. La Margherita sembra che abbia capacità profetiche, la si sfoglia per sapere se un amore sia ricambiato, è regalata per chiedere certezze amorose. Che dire poi di regalare un bel Narciso ad una persona vanitosa! La leggenda racconta che Narciso, un giovane bel pastore, scherniva chiunque lo desiderasse; per la sua vanità il giovane fu punito con la morte da Cupido (Ovidio, III libro della Metamorfosi).

Si potrebbero ancora scrivere numerose curiosità legate al mondo dei fiori e il loro significato.

Concludo dandovi un bacio portafortuna rigorosamente dato sotto ad un ramo di vischio come vuole la tradizione.



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.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

♈ Ariete

Elemento Fuoco

Continua questa ondata favorevole soprattutto nel lavoro e negli affari: chi ha raggiunto un accordo aziendale, sottoscritto un contratto, avviato un nuovo progetto nel 2021, da questa settimana potrà coglierne i frutti. Attenzione solo ai sentimenti!

♌ Leone

Elemento Fuoco

Un bel gesto di solidarietà e di amore che avete compiuto, ha mosso le stelle in vostro favore e vi regalano la forza di realizzare un desiderio. Chi ha perso il lavoro di recente, potrebbe essere contattato per una posizione migliore di quella lasciata.

♐ Sagittario

Elemento Fuoco

L'amore è sereno e molto intrigante per le coppie stabili mentre se c'era stata una separazione potreste rendervi conto che era per una banalità: sta a voi decidere di riconquistare la persona amata, ma lasciategli i suoi tempi e non siate irruenti.

♉ Toro

Elemento Terra

Periodo di conferme ma anche di dubbi nel campo lavorativo: prendere o lasciare un'offerta? Non sarà facile abbandonare una situazione conosciuta per gettarsi in una nuova avventura eppure le stelle vi consigliano questo salto: cosa farete?

♍ Vergine

Elemento Terra

Settimana che vede protagonista per voi l'amore a patto che non rovinate tutto chiedendo delle garanzie o delle dimostrazioni sin da subito. L'amore porta anche spostamenti: potrebbe essere una persona che non è della vostra città o che ama viaggiare.

♑ Capricorno

Elemento Terra

Continua questa rivoluzione nel lavoro: si presenteranno nuove opportunità economiche e un discreto successo ma attenzione a non togliere troppo alla famiglia. Qualche nervosismo per un problema familiare di poco conto che si risolverà presto.

♊ Gemelli

Elemento Aria

Settimana con una buona dose di energia e tanta voglia di fare. Chi ha una causa lavorativa in corso, perché magari ha subito un licenziamento nei mesi passati o una sospensione dello stipendio, otterrà buoni risultati e una grande rivincita.

♎ Bilancia

Elemento Aria

Periodo di sfide in amore e nella vita di tutti i giorni che porteranno alla fine al successo: chi nel 2021 si è trovato in difficoltà ed è ripartito da zero in questo momento troverà la strada giusta ma attenzione a soci o collaboratori non sinceri.

♒ Acquario

Elemento Aria

Grazie all'aiuto inaspettato di una amicizia riconoscente raggiungerete il vostro obiettivo, tanto atteso e sofferto ma che si era incagliato per una questione burocratica: questa sarà una delle catene che spezzerete nel 2022. Rimanete concentrati.

♋ Cancro

Elemento Acqua

Finalmente state per chiudere un progetto iniziato lo scorso anno che avevate abbracciato con gioia e slancio eppure per una serie di eventi aveva subito stop e rallentamenti oltre tempo massimo. Batticuore per una persona che non è il partner.

♏ Scorpione

Elemento Acqua

Potrebbero tornare dei problemi dal passato legati a contenziosi, a cause pendenti o questioni legali non concluse. In amore le coppie da tempo stabili potrebbero coronare il loro sogno: una famiglia, dei figli, una convivenza, un progetto insieme.

♓ Pesci

Elemento Acqua

Continua il periodo di successi, sarete imbattibili perché consapevoli delle vostre potenzialità. Per i più giovani sarà un trampolino di lancio verso il futuro soprattutto se lavorerete in team. L'ufficializzazione di un progetto vi porterà lontano.

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

Tabaccheria CATALDI
BIGLIETTI COTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI

Sisal, WIND, SKY, and other logos are visible.

APERTI TUTTI I GIORNI



FARMACIA Dott. Luigi Demichelis DAL 1934



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



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



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



SERVIZIO FARMARECUP GRATUITO

PER LA PRENOTAZIONE DI VISITE SPECIALISTICHE,
ESAMI DIAGNOSTICI ED ESAMI DI LABORATORIO

RECARSI IN FARMACIA MUNITI DI IMPEGNATIVA
E TESSERA SANITARIA

DAL LUN AL VEN ORARIO 07-20

QUANDO LA FARMACIA È DI TURNO ANCHE LA DOMENICA

Via Ancona, 76 - Ladispoli

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



Ortica

Salute Benessere

A cura del
Dottor Professor **ALDO ERCOLI**

*Broncopneumologo, Cardiologo già docente in Microbiologia ambientali,
Medicina Naturale e di formazione dei medici di medicina di base.*



LES (LUPUS ERITEMATOSO SISTEMICO) UN'ALTRA MALATTIA CHE ODIAMO LE DONNE

Il Les (Lupus eritematoso sistemico) è un'altra severa patologia che, come la Sclerosi multipla, colpisce molto più facilmente le donne (90%). Generalmente in età fertile che assumono contraccettivi orali a contenuto estrogenico ma anche in quelle in pre-post menopausa in terapia con sostituzione ormonale. Anche gli uomini di tutte le età, seppur con minore frequenza, possono essere colpiti.

L'incidenza negli Usa varia da 15 a 50 ogni 100.000 abitanti. E' questa una malattia cronica autoimmune. Il sistema immunitario produce auto-anticorpi (vere e proprie "bombe endogene") verso tessuti e cellule dell'organismo non riconoscendoli

come propri. L'iperattività però non è solo a carico dei linfonodi B ma anche di quelli T. Come conseguenza si ha <una produzione di anticorpi e la produzione di immunocomplessi verso tessuti bersaglio che portano al sequestro e alla distruzione delle cellule legate alle immunoglobuline, alla fissazione e al clivaggio di proteine del complemento e al rilascio di citochine, peptidi vasoattivi ed enzimi di lisi a livello tissutale> (Harrison. Principi di Medicina Interna 2005). Siamo di fronte ad una "guerra civile" all'interno dell'organismo umano che aggredisce e distrugge tessuti e cellule ritenuti nemici, estranei. Perché questa anomalia del sistema immunitario? La causa non si conosce.

PRENDITI CURA DELLA TUA ACQUA

La soluzione ideale per avere ogni giorno a casa propria Acqua **potabile, sicura, buona da bere**, libera da sostanze pericolose, è scegliere solo **impianti e prodotti di alta qualità.**

PRENOTA L'ANALISI DELL'ACQUA
Ogni problema ha la sua soluzione specifica

Scopri quale impianto di **DEPURAZIONE ACQUA** è più adatto alle tue esigenze

Addolcimento e rimozione del calcare
Mai più depositi di calcare

Servizio a domicilio
filtri, ricambi, assistenza
su tutte le marche

S.O.S. BOMBOLE
RICARICA CO2 E290



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

☎ 339.3904634 - 349.5275373

✉ info@globalwatersolution.it

📍 Global Water Solution di Daniele Posa

Si ritiene che vi sia un'azione combinata di diversi fattori sia genetici che ambientali. Quali gli organi più frequentemente colpiti da questa infiammazione generalizzata? La cute, le articolazioni ed il rene. Le riserve cortisoniche fornite dalle ghiandole surrenali non sono in grado di contrastare efficacemente una combinazione di effetti genetici, ormonali sessuali (estrogeni), psichici, infettivi, chirurgici. Nei pazienti sono prevalenti anticorpi contro il nucleo cellulare (ANA, anti - DNA nativo) e anche contro altri antigeni cellulari come contro le piastrine o componenti della coagulazione.

Le manifestazioni cliniche?

Sono le più svariate. **La cute.** Classico è l'**eritema a farfalla**", fisso sopra le guance ai lati del naso, oppure il **lupus discoide** con placche arrossate, talora rialzate, con atrofia e desquamazione epidermica. Abbastanza frequente è la fotosensibilizzazione con arrossamenti o maculo papule dopo esposizione ai raggi solari. Anche le mucose orali e nasofaringee possono essere colpite con formazione di ulcere, di solito poco dolenti. Non mancano di certo le **artriti ed artralgie** con <artrite non erosiva coinvolgente 2 o più articolazioni periferiche, caratterizzata da tumefazione, rigidità e versamento articolare> (Dal Sintomo alla terapia medica. Gugliucci 2021). Un dolore pleurico, un versamento pleurico oppure un ecg che ci documenti una pericardite con versamento periodico sono tutti segnali di **pleuro/pericarditi**. **Frequente è la lesione a carico dei reni** con proteinuria persistente > 5000 mg/24 h oppure presenza di cilindri cellulari (ematici, granulari, misti) riscontrati all'esame delle urine. Un po' più meno frequenti sono i **disordini neurologici** e psichiatrici (cefalea, crisi convulsive, psicosi, deficit cognitivi). In questo quadro eterogeneo e multisistemico provocato dal Les sono più spesso riscontrabili i **disordini ematologici** anemia emolitica oppure leucopenia (<4000/mm³), oppure linfopenia (<3000/mm³), oppure piastrinopenia (<100.000 mm³).

La terapia varia in rapporto ai diversi quadri clinici sopraelencati. **Nelle forme cutanee** si ricorre alla idrossiclorochina e all'utilizzo di filtri solari per proteggersi dai raggi ultraevidenti. **Nelle artralgie e artriti** anche con febbre si utilizzano i fans. **Nelle lesioni renali** i cortisonici, oppure la ciclofosfamide e l'azatioprina, gli stessi farmaci utilizzati nelle **lesioni cardiopolmonari e neurologiche.**



VERDURE, NON SONO SOLO UN CONTORNO

STILE DI VITA QUOTIDIANO. VEDIAMO INSIEME ALCUNI CONSIGLI

L'importanza del consumo regolare di verdure è ribadita in tutte le Linee Guida per una sana alimentazione: esse rappresentano la base di ogni piramide alimentare o la porzione più grande degli "healthy plate" (le linee guida più moderne che hanno schema un piatto). Non sono solo un contorno, tutt'altro. Ecco alcune risposte alle domande più frequenti su come, quando e quante consumarne, assieme a consigli pratici.

QUANTA VERDURA CONSUMARE OGNI GIORNO?

Si consiglia di inserire verdure nei due pasti principali, pranzo e cena. Idealmente, alternando verdure crude e cotte, ad esempio aprendo il pasto con 100 grammi di verdura cruda (insalata mista, carote a julienne, finocchi) e aggiungendo poi altri 200 grammi di verdure cotte, anche inserite nella portata principale, che diventa così un piatto unico. L'ideale è consumare almeno 600 g di verdura al giorno, in totale.

PERCHÉ È COSÌ IMPORTANTE?

La verdura è una ricca fonte di vitamine, minerali e fitocomposti importanti per il mantenimento della salute. Tutti i fitocomposti presenti nelle verdure

hanno effetti antitumorali e protettivi. È inoltre una fonte importante di fibra, regolatrice della funzione intestinale.

Nonostante sia così ricca di nutrienti, è povera di grassi e di calorie, pertanto le porzioni consumate possono essere aumentate a piacere.

CRUDA O COTTA?

L'ideale è alternare, perché alcuni nutrienti vengono assimilati meglio quando le verdure sono cotte (vitamina A, licopene), altre invece si preservano meglio nelle verdure crude (vitamina C).

Iniziare il pasto con una porzione di verdure crude fornisce inoltre un vantaggio di tipo digestivo: garantisce un migliore e più prolungato senso di sazietà e regola l'assorbimento di zuccheri e grassi che saranno introdotti con le pietanze successive. Alcune vitamine sono termolabili, cioè sensibili al calore. Tra queste, molto delicata è la vitamina C, che possiamo comunque trovare nella frutta fresca, mentre altre vitamine, se sottoposte a cotture brevi, si preservano bene e presentano una diminuzione poco significativa.

Il contenuto proteico non varia con la cottura; per alcune verdure, come quelle della famiglia dei cavoli, la quantità di proteine è notevole in

proporzione all'apporto calorico.

Anche i minerali non si perdono in cottura, in quanto resistono alle alte temperature. Possono però solubilizzarsi nell'acqua di cottura: in caso di verdure bollite in abbondante acqua conviene poi riutilizzarla, ad esempio nella preparazione di una zuppa o minestra, per non disperdere i minerali. Meglio ancora cuocere le verdure a vapore usando pochissima acqua oppure stufarle in padella senza acqua aggiunta.

QUALE VERDURA CONSUMARE?

La verdura va consumata di stagione.

Madre Natura ci offre ciò che ci necessita al momento giusto. In inverno per esempio, ci sono gli agrumi, ricchi di vitamina C, o i cavoli, importantissimi per le difese immunitarie. La primavera, invece, è la stagione del risveglio, in cui è necessario depurarsi. Ecco allora che gli orti abbondano di carciofi e diverse specie di insalate amare, che disintossicano e hanno effetti diuretici. Con l'arrivo dell'estate, e quindi di caldo e sole, La Natura risponde alla necessità di assumere più liquidi con tutta una varietà di frutti e verdure poveri di calorie e ricchi di acqua, ma anche di sostanze antiossidanti come i carotenoidi, fondamentali per proteggere la pelle e l'organismo dall'esposizione solare. Infine, con l'autunno e l'abbassarsi delle temperature, aumentando il dispendio energetico dell'organismo, troviamo frutti e verdure con più proteine, più zuccheri e più calorie come i cachi, le pere, le castagne, e le zucche.

In ogni stagione va consumata anche la frutta secca (mandorle, noci, nocciole), ricca di vitamine e minerali preziosi.

BIOLOGICO O "CONVENZIONALE"?

L'agricoltura biologica è un sistema di produzione che offre determinate garanzie. Comprare biologico vuol dire scegliere per sé e per i propri cari un cibo sano, buono e onesto, ottenuto senza sostanze chimiche di sintesi, senza OGM, liberi dalle neurotossine, senza diserbanti (ormai presenti in tutte le falde acquifere), fertilizzanti chimici, radiazioni, additivi dannosi, e senza la possibilità di creare microrganismi resistenti agli antibiotici. Ma significa anche sostenere un'agricoltura fonte di vita, lottare contro il saccheggio dell'ambiente, rispettare gli animali, salvaguardare la biodiversità del pianeta e la salute degli addetti ai lavori. Insomma proteggere la salute di tutti, la propria e anche quella di chi ancora non mangia biologico. L'agricoltura convenzionale è all'opposto di questi concetti.

(Tratto da "Accademia della Nutrizione")

segnalato da
GAMBERO ROSSO

BEN DI BIO

PRODOTTI BIOLOGICI

ALIMENTI FRESCHI E CONFEZIONATI

PRODOTTI A KM 0



PANE FRESCO BIO

PRODOTTI PER VEGANI E CELIACI

DETERSIVI ALLA SPINA



PER TUTTA LA FAMIGLIA

E(0) DETERGENZA E COSMESI

VIA ANCONA 170 - LADISPOLI (RM)

TEL. 06.99222248 - (CELL. 347.5215221)

WWW.BENDIBIO.NET - BENDIBIOLADISPOLI@GMAIL.COM

FACEBOOK E INSTAGRAM BEN DI BIO



Dottor **RICCARDO COCO**
Psicologo - Psicoterapeuta

LA COPPIA DEI COMBATTENTI CRONICI

Questa forma di organizzazione di coppia riguarda partner che non riescono a fare a meno del conflitto per mantenere la relazione di coppia, anzi il conflitto è il loro modo principale (per non dire esclusivo) di entrare in relazione. Pertanto la collaborazione è sostituita completamente dalla competizione e dall'agonismo. Una buona esemplificazione cinematografica di questo tipo di coppia è costituita dalla "Guerra dei Roses", in cui il finale tragico rende bene l'idea dell'impossibilità (o meglio dell'estrema difficoltà) dei membri di questa coppia di separarsi. Essi, pur nella guerra e nella sofferenza, ed anzi paradossalmente proprio per la guerra e la sofferenza, non possono fare a meno l'uno dell'altro: tanto che se uno dei due muore (come nel film) o rompe il rapporto, l'altro invece di sentirsi liberato da un peso si sente inutile e vuoto, sente che ora non saprebbe più con chi combattere e si deprime molto fino a volte a togliersi la vita o a fare della persecuzione del partner che si è allontanato l'unica ragione di vita: la cronaca ci riporta spesso casi di coppie estremamente litigiose in cui si arriva all'epilogo che uno uccide l'altro e poi si toglie la vita. Ma perché il sopravvissuto poi si toglie la vita (o ci prova)? Per senso di colpa? Può darsi, ma la ragione più plausibile è che senza il partner con cui combattere (o da perseguire) la vita gli si svuota di significato. La modalità comunicativa di queste coppie è detta dell'escalation simmetrica: ossia una modalità simile al gioco d'azzardo, in cui alla mossa di uno segue il rilancio da parte dell'altro di una posta più elevata, e così via. O per fare un

altro esempio: durante un litigio, se uno dei due partner strilla, l'altro deve alzare la voce di più, ed allora il primo strillerà ancora di più e così via finché le parole non basteranno a sancire un vincitore ed allora i partners passeranno alla lotta fisica e così via fino a che nei partners scatta un inconscio meccanismo di autoregolazione che avverte entrambi del pericolo (per la tenuta della relazione o per l'incolumità fisica vera e propria) di andare oltre con le tensioni. Pertanto essi decidono di interrompere per breve tempo la guerra e lo fanno in un modo tipico: solitamente, infatti, queste coppie si caratterizzano per avere dei cicli di interazione ripetitivi e prevedibili in cui un lungo periodo di scontri feroci sfocia in un appassionato incontro sessuale che ha un effetto liberatorio, pacificatorio e rassicurante, ma di breve durata perché "l'ascia di guerra" non può essere sepolta per molto. Allora ecco che dopo poco riprende la "guerra", che poi sfocia nell'incontro sessuale e così via in una ruota sempre uguale e senza fine. Di solito, le persone che hanno questo tipo di relazioni sono state abituate fin dall'infanzia a gestire nei legami familiari una quota elevata di aggressività in un'atmosfera di estrema competizione per il soddisfacimento dei propri bisogni. Per questi partner è estremamente difficile ammettere di aver bisogno di vicinanza, aiuto ed accudimento. La loro vita è molto tormentata e gli eventuali figli risentono dell'atmosfera di elevata aggressività che si respira in famiglia e spesso agiscono tali tensioni nei contesti extrafamiliari o somatizzano l'ansia e lo stress a cui sono sottoposti.

Dottor **Riccardo Coco**
Psicologo - Psicoterapeuta

*Psicoterapie individuali,
di coppia e familiari*

L'Ortica del Venerdì, punge ma non fa male. Unica ed originale.

RICEVE PER APPUNTAMENTO

Cell. 3384970924

Studio professionale:

Via Palermo 123, Ladispoli

www.riccardococo.net



Centro Oculistico **GAROFALO**

VISITA OCULISTICA COMPLETA

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

facebook



PER APPUNTAMENTO

www.gioacchino-garofalo.docvadis.it

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



gioacchino.garofalo@uniroma1.it



Centro Oculistico Garofalo



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

TAMPONI RAPIDI

NUOVI ORARI IN VIGORE DAL 1° AL 31 MARZO

DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ

7:30 - 10:30 / 15:30 - 18:00

SABATO 15:30-18:00

DOMENICA 9-13

ADULTI 1 TAMPONE € 15,00

PACCHETTO DA 6 A 9 TAMPONI € 13,00 CAD.

PACCHETTO DA 10 TAMPONI IN POI € 12,00 CAD.

BAMBINI

0-11 ANNI € 15,00 - 12-17 ANNI € 8,00

CABINA ESTETICA Pratocavalieri



Costruiamo percorsi estetici
PERSONALIZZATI
viso e corpo

La CONSULENZA
è la chiave per capire
quello di cui hai bisogno

RADIOFREQUENZA - ELETTROPORAZIONE - ONDA D'URTO
BENDAGGI - MASSAGGI - LASERA DIODO - CERETTA - FILO ARABO
SMALTO SEMIPERMANENTE

 0699551302

 [esticapratocavalieri](https://www.instagram.com/esticapratocavalieri)



*Dal 1974 al vostro fianco
nel risparmio energetico*

SCONTO IN FATTURA
IMMEDIATO

ECOBONUS

50%

65%

110%

DA OGGI PUNTO

enel × Pay

**Tanti servizi
e zero stress? | Qui Puoi.**

CERVETERI VIALE ALESSANDRO MANZONI, 44/46
06 98181649 -  Natur Energy Cerveteri