



L'ortica[®] SETTIMANALE

Anno XXV n°46 - 2022

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

MASSIMO DAPPORTO

"NELLA VITA CI VUOLE IRONIA"

INTERVISTA ESCLUSIVA
AL NOTO ATTORE
CHE HA INTERPRETATO
FLAIANO NEL DOCUFILM
UN MARZIANO DI NOME ENNIO

► **LADISPOLI**
LA BEFFA DEI FONDI
ANTI EROSIONE

► **CERVETERI**
RACCOLTA GIOCATTOLE
PER IL BAMBIN GESÙ

CASTELLO DI SANTA SEVERA
IL VILLAGGIO DI BABBO NATALE
INGRESSO GRATUITO

DOMENICA 11 TORNANO
GLI ARISTOGATTI
DELLA COLONIA FELINA





Solclima

SOLUZIONI INTEGRATE PER FOTOVOLTAICO E SOLARE TERMICO

IMPIANTO FOTOVOLTAICO
AD ALTO RENDIMENTO
CON ACCUMULO
AUTO CONSUMO ELETTRICO FINO AL 98%



IMPIANTI FOTOVOLTAICI

IMPIANTI IDRICI

IMPIANTI DOMOTICI

IMPIANTI DI ALLARME

IMPIANTI DI VIDEOSORVEGLIANZA

TERMOCAMINO

RECUPERATORE DI CALORE

STUFE A PELLETTA

CALDAIA A BIOMASSA

IMPIANTI BASATI
SU ENERGIE RINNOVABILI

IMPIANTO RADIANTE CON RISCALDAMENTO A PAVIMENTO

IMPIANTO TERMICO CON FANCOIL

POMPE DI CALORE CON ACQUA SANITARIA

SOLARI TERMICI A CIRCOLAZIONE FORZATA E NATURALE

IMPIANTI CON POMPE DI CALORE MONOBLOCCO INVERTER



06.39367153



371.4580370



solclima.dc@gmail.com



www.solclima.it

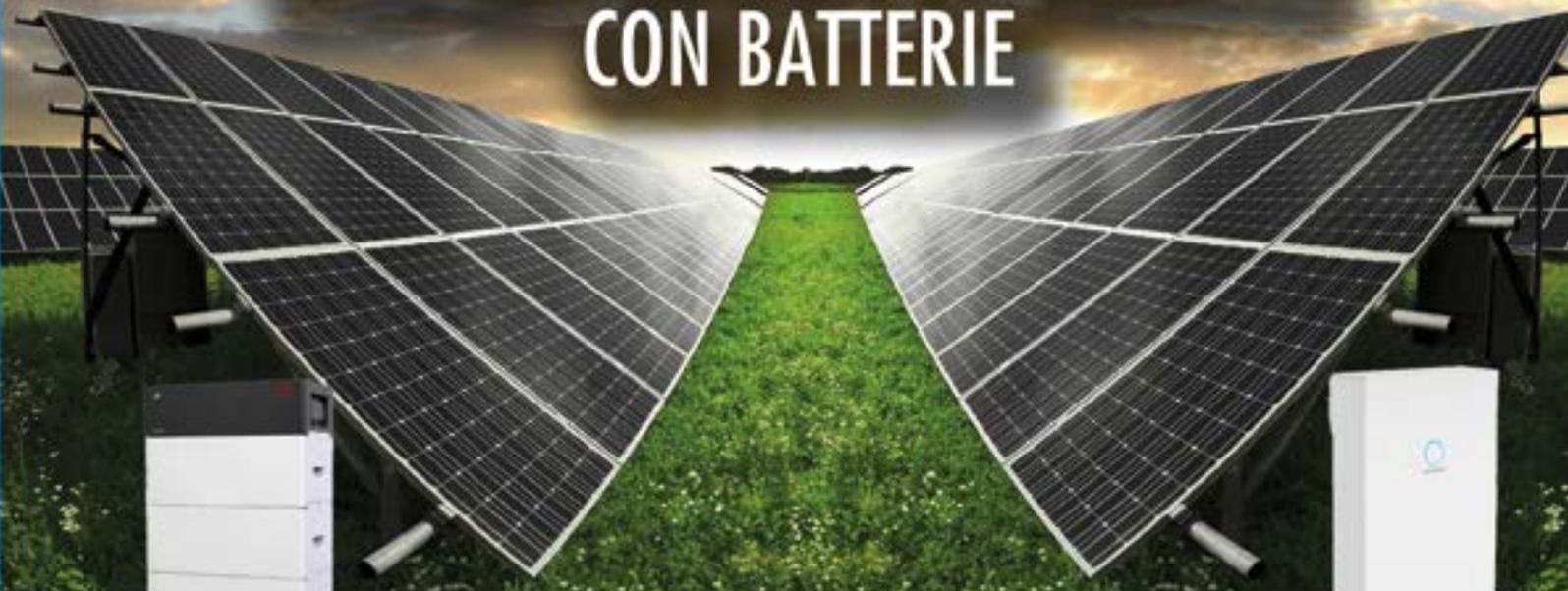


Via Settevene Palo, 5 - Ladispoli (RM)



SOLUZIONI INTEGRATE
PER FOTOVOLTAICO E SOLARE TERMICO

IMPIANTI FOTOVOLTAICI CON BATTERIE



TIPOLOGIA IMPIANTO

ESEMPIO PER PARTITA IVA

- Impianto 30 kw
- Batterie per 22 kw
Possibilità di mutuo
chirografario/leasing
- Primo anno di preammortamento
€ 241 mensili
- Prodotti di alta qualità

RISPARMIA SUBITO IN BOLLETTA ELETTRICA
CON I NOSTRI TASSI AGEVOLATI

PER INFO: Tel: 0639367153 - Cell: 3714580370
Titolare: 3203604747 - solclima.dc@gmail.com



Cantina Cerveteri

Dal 1961
la nostra passione
per la vite ed il vino

Tutto il carattere
del nostro territorio

CONSEGNE
A DOMICILIO

CONFEZIONIAMO CESTI REGALO NATALIZI

VIA AURELIA KM 42,700 - CERVETERI

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

www.cantinacerveteri.it

Settimanale indipendente

Registrato presso il Tribunale di Civitavecchia
n° 09/97 del 18/06/97
ISSN 2704-6664
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.
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 06/12/2022

I COMPLICI

di Miriam Alborghetti

Qualche mese fa, mentre eravamo concentrati sulle elezioni politiche, ricordai che avremmo dovuto segnarci sul calendario una data fatidica: quella in cui la Corte costituzionale si sarebbe pronunciata sulla disciplina in materia di obblighi vaccinali in seguito a questioni di costituzionalità sollevate in via incidentale da alcuni giudici. Il 30 novembre, puntuale e lapidaria, la sentenza è arrivata: TUTTI i ricorsi sono stati respinti. Una sentenza con la quale la Consulta - de facto - ha benedetto il regime, sacrificando il principio dell'*habeas corpus* sull'altare del solidarismo. Le motivazioni della sentenza saranno rese note tra alcune settimane e solo allora si potrà fare una valutazione obiettiva per vedere se nella notte della Repubblica si possa ravvisare ancora qualche luce. Ma il comunicato è già esplicito nel suo titolo: *Obblighi vaccinali a tutela della salute pubblica*. Titolo ideologico lontano dalla realtà di uno pseudo vaccino sperimentale, dai rischi in larga parte ignoti, che non impedisce né la trasmissione, né la malattia né la morte.

La Corte, pilatescamente, non è entrata nel merito della questione della delirante quanto ridicola sospensione dei sanitari non vaccinati che non hanno contatti interpersonali, ritenendola **"inammissibile, per ragioni processuali"**. Mentre **"sono state ritenute non irragionevoli, né sproporzionate"**, le scelte del legislatore adottate in periodo pandemico sull'obbligo vaccinale del personale sanitario. Ugualmente **non fondate** sono state ritenute le questioni proposte con riferimento alla previsione che esclude, in caso di inadempimento dell'obbligo vaccinale e per il tempo della sospensione, la corresponsione di un assegno a carico del datore di lavoro per chi sia stato sospeso [...]. Per essere definite "irragionevoli" e "sproporzionate" le scelte del legislatore che cosa avrebbero dovuto infliggere ai sanitari e ai docenti sospesi? Il rogo? I campi di concentramento come auspicato da taluni illustri personaggi? Per quanto la Consulta, sia un organo del sistema che non può che sostenere il sistema, per quanto la "radice del male" sia da individuare in una Costituzione i cui principi generali sono largamente "interpretabili" dando ampi margini al potere di fare carne di porco della libertà individuale in nome del collettivismo, ebbene mai si sarebbe arrivati a una tale sentenza senza il consenso di larga parte dell'opinione pubblica. La storia dell'anziano travolto da un convoglio merci dopo essere stato fatto scendere dal treno in quanto sprovvisto di GP, è il simbolo stesso di quanto i cittadini si siano resi complici dell'abominio che si è consumato nel Belpaese. Complici Parlamento, magistratura, ordini professionali, sindacati, presidi, rettori, media, Chiesa, Forze dell'Ordine, l'usciera, il negoziante, l'uomo della strada. Tutti si sono volentiersamente o passivamente adeguati al clima di odio. La Consulta, essendo lei stessa stata nominata dagli autori della abominevole narrazione, non poteva certo incriminare i governi di atti sconsiderati contro la dignità umana. Pertanto ha emesso una sentenza tesa a blindare l'operato dei migliori e da cui il regime ne esce rafforzato, gli abomini stabilizzati. Una sentenza che non sorprende ma preoccupa e sconcerta: in nome della salute pubblica, tutto è lecito, ma proprio tutto. La prevalenza dell'interesse pubblico sui diritti individuali è l'essenza di tutti i totalitarismi, anche se l'unico movimento ad averlo esplicitamente teorizzato è stato il Partito Nazionale socialista. Il problema che affligge il Paese non è una Consulta "allineata", bensì una cultura dominante percorsa da pulsioni autoritarie che affonda le proprie radici nel fascismo e nel cattocomunismo, in cui il pensiero liberale è storicamente soccombente.



MASSIMO DAPPORTO:

di Mara Fux

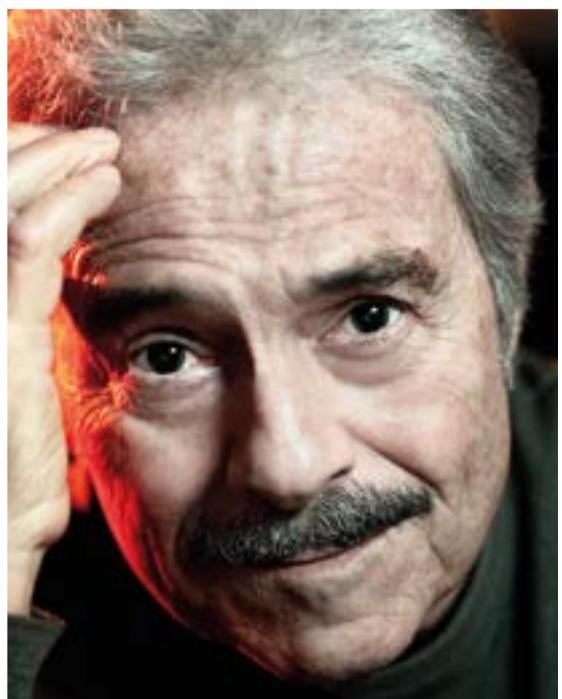
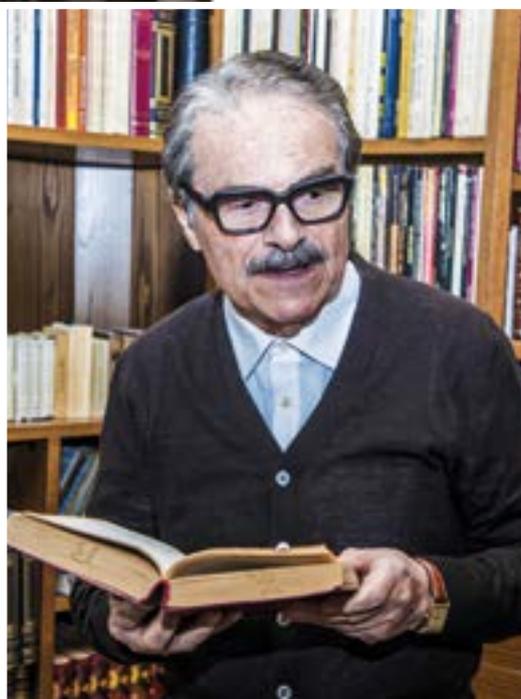
NELLA VITA CI VUOLE IRONIA!

INTERPRETE DI IMPORTANTI OPERE TEATRALI, CINEMATOGRAFICHE E TELEVISIVE, L'ATTORE PRESTA OGGI IL VOLTO PER FARCI RISCOPRIRE L'OPERA DI FLAIANO

Giornalista, critico cinematografico, sceneggiatore, autore di narrativa e d'apofisma Ennio Flaiano rientra senza alcun dubbio tra le personalità più poliedriche che il XX secolo ci abbia regalato ma per quanto il successo di pellicole come "La dolce vita" o "I vitelloni" siano note anche ai ragazzi, il nome di Flaiano è associato principalmente a "Tempo di uccidere", unico suo romanzo, di cui egli stesso disse "... lo avrei dovuto scrivere tutto daccapo!".

"Flaiano l'ho sempre ammirato per l'ironia" **dice Massimo Dapporto protagonista del film UN MARZIANO DI NOME ENNIO** diretto da **Davide Cavuti** "aver ironia nel guardare il mondo è tantissimo e personalmente quando ho a che fare con una persona ironica ci vado a nozze."

Quanta ironia ci vuole oggi? "L'ironia non si può avere o ci nasci o non la hai; è una dote e se non la si ha di certo non la si acquisisce; è un punto diverso d'osservazione innato e che hai dentro e prorompe in chiave di sintesi mostrando l'oggetto da un'angolazione differente in una chiave tagliente risolutiva."



Ha avuto occasione di incontrare personalmente Flaiano? “No, non l’ho mai conosciuto; di lui mi parlavano due cari amici, Dacia Maraini ed Enrico Vaime che con lui andavano d’estate a Fregene quando Fregene era una località ove ancora si poteva fare il bagno e nulla aveva a che fare con quella *cote brune* che vedi oggi dall’aeroplano quando stacchi da Fiumicino. Dacia e Vaime facevano lunghissime passeggiate assieme a lui sul bagnasciuga e raccontavano che durante quelle passeggiate Flaiano era capace di raccogliere una pietra iniziando subitaneamente a narrarti la storia di quella pietra, dicendoti tutto di lei dal tempo degli antichi romani fino a quel momento senza perdere il filo della narrazione. Questo basti a far capire che grande capacità aveva di fantasticare spaziando nella storia.”

Come si è preparato per entrare nei panni di Flaiano? “Come attore devo certamente attenermi ad un copione che però affronto diversamente da quando interpreto un ruolo: un conto è fare un medico, ben diverso è interpretare un personaggio realmente esistito perché più che in un *carattere* devi trasformarti in una *persona*. Quando ho interpretato Falcone, nell’incontrarmi personalmente le sorelle mi hanno accolto dicendo < è tornato a trovarci Giovanni >.”

Cosa l’ha aiutata nel caso di Falcone? “Mi son state molto d’aiuto gli incontri con persone che lo avevano conosciuto come Giuseppe Ayala e Maurizio Costanzo.”

E nel caso di Flaiano? “Ho proceduto con quello che sapevo di lui, con la rilettura dei suoi aforismi, delle sue sceneggiature.”

Ha letto anche <Tempo di Uccidere>? “Lo conoscevo già anche se devo ammettere che non è un romanzo che mi sia troppo piaciuto. Invece amo molto il Flaiano sceneggiatore, con sceneggiature di tale portata è difficile che un film non possa ottenere successo.”

Passiamo ora alla sua carriera artistica: sembra aver gettato alle spalle la televisione per

dedicarsi sempre di più al teatro. “La ragione è che dalla tv mi sento spremuto come un limone, ti danno il ruolo di padre della protagonista della fiction e poi alla terza puntata ti fanno secco con un infarto e sparisce dallo schermo. In teatro tu sei protagonista sempre, qualsiasi sia il tuo ruolo tu sei lì dall’inizio alla fine, senti che dai il tuo contributo all’opera rappresentata. Non rinnego niente delle fiction fatte ma confesso di averle fatte solo per il gusto di stare davanti alla macchina da presa.”

Attualmente è in tour nazionale con < Il delitto di via dell’Orsina > è corretto? “Sì, un testo molto divertente di Eugène-Marie Labiche diretto da Andrée Ruth Shammah, dove un frainteso iniziale scatena situazioni esilaranti che fanno ridere molto il pubblico.”

Lei preferisce ruoli brillanti o tragici? “In pratica mi chiede di scegliere tra Re Lear e La Cicogna Si Diverte quindi la risposta esatta dovrebbe essere *dipende*: dipende da chi la dirige e da come la dirige. Senza dubbio mi piace sentir ridere, la risata del pubblico è importantissima. Far ridere è una missione e farlo con eleganza, senza modi sguaiati è un gran risultato. Certo ammetto che anche un bel Re Lear ha la sua importanza ma lo ha soprattutto nella fase delle prove, che sono importanti perché arricchiscono l’attore.”

Di base preferisce far ridere? “È proprio nella tradizione di famiglia il fatto di far ridere, mi è stato passato da mio padre assieme a quegli altri cromosomi che tanto mi hanno fatto chiamare per anni dalla gente *il figlio di Dapporto* anziché col mio nome. Ma che devo dirle, me ne son fatto una ragione e credo di aver mostrato le mie capacità al di là di quel che mi è stato passato per via genetica. Che io abbia un linguaggio del corpo che ricorda quello di mio padre è indiscutibile ma che posso farci? Probabilmente capiterà pure tra lei e suo padre quindi sa qual è la conclusione?”

No, mi dica, qual è? “Facile: bisogna prenderla con ironia!”





ROBOT CON LICENZA DI UCCIDERE: NON È FANTASCIENZA MA REALTÀ

**AGENTI KILLER TELECOMANDATI DA REMOTO, MUNITI DI ESPLOSIVI,
“ARRUOLATI” NELLA POLIZIA DI SAN FRANCISCO**

Automi omerici, golem per l'umanità, il testo è del 1950: “un robot è un robot. Metallo e ingranaggi, elettricità e positroni. Un cervello e una massa di ferro. Una creazione degli uomini che gli uomini possono distruggere, se necessario”. Così ‘Io, robot’, dal secondo dopoguerra libro cult di Isaak Judovi Asimov, pioniere del genere fantascientifico, padre di tre leggi della robotica che – tra uomo e robot – umanamente scelse il primo, strizzando però l'occhio al secondo, purché machina delinquere non potest: “1) Un robot non può recar danno a un essere umano né può permettere che, a causa del suo mancato intervento, un essere umano riceva danno. 2) Un robot deve obbedire agli ordini impartiti dagli esseri umani, purché tali ordini non vadano in

contrasto alla Prima Legge.”

Riattualizzato “1984” dal 2020, un po' come la narrazione distopica di Orwell anche Asimov ha di fatto preconizzato i tempi, ma in ottica transumanista, se è vero che negli ultimi 70 anni dal metalloide Robbie – oggi Messia prometeico di Elon Musk – tra un UFO Robot Goldrake e un Jeeg Robot d'acciaio siamo finiti nella Quarta Rivoluzione Industriale senza praticamente accorgercene, come fosse un gioco, un cartone animato. Nel 2016 l'Europarlamento si interroga sulla possibilità di far pagare le tasse ai robot e solo l'anno dopo l'equiparazione tra robot e umano finisce nel singolare status giuridico di ‘persona elettronica’, viatico per il riconoscimento del robot come essere senziente, quasi come

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



AVVENTURA - DIVERTIMENTO - SFIDA - FOOD
VIA DOGANALE, 63 - CERVETERI RM
INFO 329 97 36 984



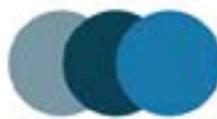
WWW.QUADADVENTURES.IT



MAIN SPONSOR 2022



WWW.ARENAPINTBALL.IT



CORE Sistemi
 FUTURE IT

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

LamDa di Google, Intelligenza artificiale cosiddetta senziente, pel suo ingegnere dotata persino di un'anima. Fin qui il limbo, il Mondo di Mezzo dove, stringendo all'osso, il metallo non è carne né pesce.

Solo che ora, tra realtà aumentata, transistor e algoritmi, dalla California arriva la notizia dello sdoganamento del Mondo di Sopra: "i robot possono uccidere in circostanze rare ed eccezionali". Il democratico Consiglio delle autorità di vigilanza di San Francisco ha infatti approvato l'uso della robotica come forza mortale nella disponibilità del dipartimento di Polizia di San Francisco, agenti killer telecomandati da remoto, tutti muniti di esplosivi, esattamente come nel 2016 in Texas quando Androx Mark V A-1 in un blitz uccise un cecchino a Dallas, come poi nel 2020 in Iran un robot mitragliatore guidato da remoto in Israele fece fuori un ingegnere nucleare, né più né meno come l'Intelligenza artificiale già fa in guerra con Gnom, i robot di combattimento ucraini sguinzagliati contro i militari nemici: "Una volta autorizzato questo tipo di utilizzo - riferendosi all'uso in ambito civile - può essere molto difficile tornare indietro". E ancora: "non si riesce a credere a quello che sta accadendo... questo tipo di strumenti aumenteranno le disparità nell'infliggere una forza mortale alle comunità", il commento critico dei più attenti osservatori americani. Ai quali, però, deve esser sfuggita l'ultima invenzione di Palmer Luckey, fondatore di Oculus assorbita da Facebook per Meta: ispirato al cartoon Sword Art Online, il padre della realtà virtuale ha realizzato il casco VR, un visore per videogame dove in caso di game over, cioè di perdita nel gioco, delle piccole cariche esplosive possono realmente uccidere il giocatore nel più subdolo degli assiomi... se muori nel gioco, muori pure nella vita reale. Elementare, no? "L'idea di legare la tua vita reale al tuo avatar virtuale mi ha sempre affascinato - dando appuntamento nel Metaverso, dal suo blog scrive il trentenne californiano inventore pure di droni autonomi - alzi immediatamente la posta in gioco al massimo livello e costringi le persone a ripensare radicalmente a come interagiscono con il mondo virtuale". E già, facile, easy, ci dicono i visionari della Silicon Valley. Solo che, se avete capito bene, qui non siamo nei film di Spielberg, perché qui machina delinquere potest. I robot, l'Intelligenza artificiale e la realtà virtuale hanno davvero licenza di uccidere. Però non ditelo al Vicepremier Matteo Salvini, euforico all'idea di offrire il Governo Meloni alle innovazioni di Elon Musk. In fondo... dopo Klaus Schwab, tanto Zuckerberg l'ha già ricevuto Draghi.



*Dal 1974 al vostro fianco
nel risparmio energetico*



SCONTO IN FATTURA
IMMEDIATO

ECOBONUS

50%

65%

110%

DAL SOLE

ENERGIA RINNOVABILE E SOSTENIBILE,
INSIEME POSSIAMO CAMBIARE
IL CAMBIAMENTO CLIMATICO

enel x **Pay**



CERVETERI VIALE ALESSANDRO MANZONI, 44/46
06 98181649 - 3283857041  NATUR ENERGY CERVETERI

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



CERENOVA
VIA SERGIO ANGELUCCI, 5
PAOLOFRANCESCO@INWIND.IT - TEL 06 9904388
PAGINA FACEBOOK: FERRI CARNI



ICE-PARK A LADISPOLI

Inaugurata sabato 3 dicembre la pista di pattinaggio sul ghiaccio a Ladispoli allestita come tradizione in Piazza Rossellini. Resterà aperta fino al prossimo 8 gennaio dando la possibilità di trascorrere in allegria il tempo libero e di prendere lezioni individuali e collettive di pattinaggio sul ghiaccio. Un'attrazione gradita da grandi e piccoli durante le festività natalizie, fortemente voluta dal sindaco Grando e dall'assessore Porro. L'Ice Park è aperta tutti i giorni dalle 10.00 alle 20.00. Unitamente alle luminarie ed al consueto mercatino allestito all'interno dei giardini centrali contribuisce a rendere piacevoli le festività a residenti e turisti, liberi da ogni forma di limitazione per un Natale all'insegna della tradizione.

ETRURIA MERIDIONALE, PROGETTI DI VALORIZZAZIONE

Si è svolto nell'Aula Consiliare di Ladispoli il convegno sulla nuova Legge Regionale "Piano straordinario di interventi settoriali e intersettoriali per lo sviluppo economico e la valorizzazione territoriale dell'Etruria Meridionale".

All' incontro hanno partecipato Emiliano Minnucci, Consigliere Regione Lazio ed estensore della legge; Silvia Marongiu e Crescenzo Paliotta, gruppo consiliare PD/La Forza della Comunità; Federico Ascani, Promotore dell'Alleanza turistica per l'Etruria Meridionale; Luca Fanelli, CNA Viterbo/Civitavecchia; Massimiliano Mattiuzzo, Presidente Biodistretto Etrusco-Romano; Marina Morelli, Presidente dell'Associazione Strada del vino e delle Terre Etrusco-Romane. Stanziati 3 milioni e 100 mila euro per il biennio 2022-23 per l'area che viene definita come Etruria Meridionale. Comprende 22 Comuni, da Fiumicino a sud fino a Tuscania a Nord e nell' entroterra fino a Barbarano Romano. I Comuni potranno presentare progetti per il rilancio e la valorizzazione delle risorse dei territori, sia da un punto di vista ambientale e turistico recettivo che culturale.

SALA RUSPOLI
PIAZZA SANTA MARIA
CENTRO STORICO

Direzione Artistica
Paola Sorressa

Prenotazioni obbligatorie:
cerveterindanza@gmail.com



08|11
DICEMBRE



INGRESSO GRATUITO
A TUTTI GLI EVENTI

CERVETERIINDANZA2022

SPETTACOLI

Giovedì 8 >>> SALA RUSPOLI (Sala 1)

h 18.30 MANDALA DANCE COMPANY [Lazio]

RITI DI PASSAGGIO

Coreografie di Paola Sorressa

Sabato 10 >>> SALA RUSPOLI (Sala 1)

h 21.00 ATACAMA [Lazio]

ALTROVE OLTRE IL MONDO

Coreografie di Patrizia Cavola e di Ivan Truol

Domenica 11 >>> SALA RUSPOLI (Sala 1)

h 11.00 GRUPPO DANZA OGGI [Marche]

ROSSINI VS BACH coreografie di Ilenia Rossi
Spettacolo per bambini

h 19.00 MANDALA DANCE COMPANY [Lazio]

WHITE INTEGRALE22

Coproduzione Festival DanceScreen In The Land
Coreografie di Paola Sorressa

5 P_M

Coreografie di Angelo Egarese (Prima Nazionale)

WORKSHOP CON I COREOGRAFI

Sabato 10 >>> SALA RUSPOLI (Sala 1)

h 15|17 Workshop interattivo

(con utilizzo di telecamere e video in real time)
di danza contemporanea
con Patrizia Cavola ed Ivan Truol

Domenica 11 >>> SALA RUSPOLI (Sala 1)

h 11|13 Workshop di Danza Urban Contemporary

con Ilenia Rossi a cura della compagnia
GRUPPO DANZA OGGI

MOSTRA

8/11 DICEMBRE >>> SALA RUSPOLI (Sala 3)

Mostra di foto Dino Frattari

**LA DANZA NEL TERRITORIO DI CERVETERI E LADISPOLI
ATTRAVERSO L'OBIETTIVO DI DINO FRATTARI**

MEDITAZIONE

Giovedì 8 >>> SALA RUSPOLI (Sala 1)

h 17|18 Meditazione
con Dionisia Cudalb

PERFORMANCE URBANE

Domenica 11 >>> PIAZZA SANTA MARIA

h 15.00 USCITE DI EMERGENZA [Lazio]

IMPRINTING

Coreografie di Davide Romeo (prodotto da Atacama)

CORSO FORMAZIONE DANZA [AGE 16|19]

Gio 8 / Ven 9 / Sab 10 >>> SALA RUSPOLI (Sala 1)
>>> E I LUOGHI STORICI DELLA CITTÀ

h 11|13 Corso intensivo di Danza Contemporanea
"ABITARE GLI SPAZI" con Paola Sorressa

CORSO TEORICO/PRATICO DI VIDEO/DANZA [OVER 18]

A cura di FIORENZA D'ALESSANDRO

8/11 DICEMBRE

SALA RUSPOLI (SALA 2) >>> **h 11/13 e 15/17**
E I LUOGHI STORICI DELLA CITTÀ DI CERVETERI

Proiezione del Video Clip Finale

Domenica 11 SALA RUSPOLI (SALA 1) >>> h 18.30

Organizzazione



MINISTERO
DELLA
CULTURA

Patrocino



Ufficio Stampa



Iniziativa finanziata con il contributo della Regione Lazio



AGRISEM

STELLE DI NATALE

3X2

prendi 3 e paghi 2

📍 LADISPOLI
VIA FLAVIA, 99-101
☎ 06 991 0230



BENVENUTI NEL MONDO DI ACEA

GUASTI ALLA RETE IDRICA: ZONA MONTERONI E POI CERRETO A SECCO. IL COMUNE SOLLECITA LA RIPARAZIONE DEL GUASTO

Due guasti alla rete idrica in meno di un mese, a Ladispoli il cambio di gestore, non ancora digerito, sembra destinato a rimanere sullo stomaco a lungo. Dopo l'abbondante perdita di acqua in zona campo sportivo, per la quale Acea Ato 2 è intervenuta dopo tre giorni, è la volta di zona Monteroni e Cerreto a rimanere senza acqua potabile l'intera giornata di domenica. Numerose le segnalazioni da parte dei cittadini alle quali ha fatto seguito un comunicato da parte dell'amministrazione comunale *"Da questa mattina stiamo ripetutamente sollecitando Acea affinché il guasto alla rete idrica, che sta causando mancanza di acqua nella zona dei Monteroni, venga riparato. Ma finora, nonostante le richieste di intervento anche da parte di moltissimi cittadini al numero di emergenza, non abbiamo avuto alcuna certezza sull'inizio della riparazione"*. Le parole sono del consigliere delegato alle risorse idriche, Filippo Moretti. *"Purtroppo – ha proseguito Moretti – questo, a distanza di ore, sta causando una diminuzione del flusso idrico in tutta la città. Non sappiamo quanto durerà l'emergenza e quando il guasto sarà riparato per cui invitiamo i cittadini, a scopo cautelativo, a fare scorta di acqua per le necessità primarie. Da parte nostra continueremo a sollecitare Acea"*.

Al guasto ha fatto seguito la richiesta di autobotti da parte dell'amministrazione comunale che *"non può lasciare senza acqua i suoi cittadini ma deve farsi carico dell'emergenza"*. Solo lunedì 5 Acea ha comunicato le attività di manutenzione straordinaria nell'impianto pozzo Statua. Evidente la grossa carenza organizzativa e comunicativa.

Ritual
Parrucchieri e Nail

Colore 15€
Taglio 15€
Piega 15€

CERVETERI
Via Mario Pelagalli 59
375 588 2078

📍 Ritual Parrucchieri
📱 ritual.parrucchieri



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



LADISPOLI, LA BEFFA DEI FONDI ANTI-EROSIONE: I SOLDI STANZIATI ANNI FA MA LE SCOGLIERE NON ARRIVANO

LE MAREGGIATE CONTINUANO A DIVORARE AMPI TRATTI DI SPIAGGIA. SOFFRE PURE LA PALUDE FLAVIA

I soldi sono virtualmente da anni nel cassetto per contrastare l'erosione ma il Comune, ironia della sorte, non può utilizzarli. Fondi in pratica "congelati" e sono tanti, circa 6 milioni e mezzo, che a Ladispoli servirebbero subito per limitare i danni in previsione soprattutto dell'inverno. Un iter burocratico troppo lento che a questo punto rischia davvero di mandare all'aria i piani di protezione della costa. In sostanza si prevede un nulla di fatto per l'estate 2023. E di questo ovviamente se ne rammaricherebbero in primis i balneari che attendono risposte concrete ad un problema che però, ed è l'altra notizia, sta mettendo a rischio anche le spiagge libere e i siti protetti, come la Palude di Torre Flavia. A seconda delle correnti viene colpita una porzione di arenile piuttosto che l'altra. E lo si è visto anche in questi giorni dove alcuni punti sono stati accerchiati dalle onde. La beffa è che la Pisana ha sbloccato i finanziamenti nel 2018, però non riesce a velocizzare le pratiche. E tempo fa lo ha spiegato chiaramente il delegato alle Aree protette e consigliere comunale di Ladispoli Filippo Moretti parlando di come «gli uffici fossero ingolfati» al cospetto di «un dossier mostruoso, accompagnato da studi di correnti, venti e onde dove è stato utilizzato un software matematico pronto a darci dei dati sui futuri 40, 50 anni». Quindi in sostanza,

niente pareri, niente bando per l'affidamento dei cantieri sulla costa. Sulla tempistica Palazzo Falcone non si sbilancia ma è una corsa contro il tempo. Preoccupazione sul lungomare centrale di via Regina Elena. In molte parti si è formato il cosiddetto scalino che di fatto potrebbe togliere spazio ai turisti e ai residenti. Il mare scava anche a sud tra via Marina di Palo e il Castello di Palo. La stradina che porta a Marina San Nicola rischia definitivamente di essere inghiottita dalle prossime mareggiate. Soffre il versante nord di via Marco Polo. A Torre Flavia si teme per il monumento naturale che ha ottenuto 200mila euro per le barriere ma i lavori partiranno tutti insieme. Secondo la modalità progettuale stabilita e illustrata nei mesi scorsi alla categoria del settore in aula consiliare, verranno installate delle barriere soffolte dalla parte nord di Torre Flavia fino ad arrivare all'altro versante di Marina di Palo Laziale. Via Marco Polo e via Regina Elena, il tratto centrale della città, saranno coinvolte. Sono stati svolti già studi specialistici di geologia, archeologia, e morfodinamica costiera, assieme ad altre analisi propedeutiche ad ottenere le autorizzazioni. Se Ladispoli comunque spera, nonostante i ritardi, Cerveteri sembra quasi rassegnata perché dei finanziamenti non sono previsti a Campo di Mare.



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

RETROSUPERFUTURE

X

OTTICAGRILLI

OTTICA GRILLI collabora con un marchio leader nella produzione di straordinari occhiali contemporanei. Fondata in Italia nel 2007 da Daniel Beckerman, **Retrosuperfuture®** si è imposta subito nel mercato internazionale del mondo dell'Eyewear.



WWW.OTTICAGRILLI.COM



Comandante Sergio Ierace

METODO GLOBALE AUTODIFESA

**SVILUPPARE UNA MENTALITÀ VINCENTE E CORAGGIOSA
CON GLI INSEGNANTI TECNICI SERGIO IERACE E SIMONE SERVILIO.
M.G.A: LE TECNICHE UTILI A BLOCCARE L'AZIONE DI QUALUNQUE AGGRESSORE**

Non si tratta di imparare a combattere, ma di acquisire maggiore sicurezza nelle proprie capacità, per prevenire il trauma che scaturisce dall'essere aggredite. L'intervento delle forze dell'ordine consente che non accada il peggio, quando è rapido; la giustizia punisce l'aggressore quando va bene, ma nulla impedisce alle emozioni negative di fluire. La violenza subita necessita di un lungo percorso terapeutico affinché non condizioni più la quotidianità e poi non si dimentica. Ecco perché prevenire è importante per ogni donna.

La conoscenza di alcuni movimenti e parti del corpo umano sensibili, tanto da consentire, se toccati, la fuga dalla persona male intenzionata è possibile grazie al Metodo Globale Autodifesa. Sabato mattina gli insegnanti tecnici Sergio Ierace e Simone Servilio a Ladispoli con una lezione dimostrativa, proposta da Asd Educazione Judo di Carlo Fabbri, hanno promosso la cultura dell'autodifesa. Nasce così l'idea di organizzare un corso base di ginnastica propedeutica a far divenire naturali quei movimenti che normalmente, e soprattutto provando paura, non verrebbero in mente. Non è necessario essere atlete, giovani o muscolose, tutte possono partecipare alle lezioni

ed apprendere un comportamento salva vita. In casa, per la strada, anche solo per far passare un brutto quarto d'ora al molestatore di turno che si diletta in autobus o nella metro ad avvicinarsi troppo tanto da appoggiarsi dietro "per sbaglio". Esperienza antipatica quanto comune a chi utilizza i mezzi di trasporto pubblici. Ebbene, immaginate di dargli una lezione senza affanno e senza incorrere in un reato. Sì, perché non insegnano tecniche di combattimento, tantomeno la violenza, semplicemente difesa. E per difesa si intende nel migliore dei casi impedire il contatto con il proprio corpo, oppure se capita, riuscire a liberarsi e fuggire al primo approccio. Per questo motivo il corso è aperto anche ai bambini e agli uomini. Non solo, l'aspetto fondamentale riscontrato è la sensazione di benessere e sicurezza che la conoscenza dona: un braccio tirato su in un certo modo piuttosto che in un altro, una determinata postura o andatura. Puoi sperimentarlo da sola alla prossima lezione chiamando il numero 3668929436.

Contrastare la violenza non è uno slogan di novembre, prendersi cura di sé è ciò che più conta. Uno stile di vita da trasferire ai propri figli, da far adottare alle proprie mamme.

DETRAZIONI FISCALI E PAGAMENTI AGEVOLATI

Infissi 2000

Di Vilella Giuliano

SERRAMENTI IN PVC ED ALLUMINIO
DI NOSTRA PRODUZIONE

SEDE OPERATIVA: Via della Piscina, 8 - Cerveteri
SHOWROOM: Via Valdambrini, 133 - S. Marinella
Tel/Fax 06 99 02 751 - Cell. 339 61 84 947 - 329 78 70 446
villaggiuliano@tiscali.it - www.infissi2000sas.it



zanzariere
tende da sole



**Farmacia
Cavallini Maria Teresa**

Omeopatia - Erboristeria - Veterinaria - Sanitaria

GIOVEDÌ
15 DICEMBRE

RILASTIL®
LABORATORI MILANO

D A Y



CONSULENTE BEAUTY
PER TUTTE LE NOSTRE CLIENTI

Farmacia
aderente al gruppo



www.valoresalute.it

Via Vivaldi, 37 - Valcanneto/Cerveteri (Rm) - Tel./Fax 06.99206361
email: farmacavallini@gmail.com  Farmacia Cavallini Dott.ssa Maria Teresa
Orari d'apertura dal lunedì al sabato 8:30/13:00 - 16:00/19:30 - Domenica 09:00 - 13:00



AMICI E LADISPOLANI: DUE ARBITRI E UN CALCIATORE PROTAGONISTI IN LEGA PRO

IL PORTIERE DELLA TORRE ALESSIO SALVATO CONTINUA A PARARE, MATTIA UBALDI E ANDREA ANCORA PROSEGUONO LA CARRIERA DA ARBITRI

Ladispolani che emergono nel calcio professionistico. E sono due arbitri e un calciatore e quest'anno il destino li farà incontrare sui campi della Lega Pro. Alessio Salvato è ormai il portiere titolare della Torres, storica squadra sarda che sta disputando un buon campionato nel girone B e non è lontana dalla zona play off anche grazie alle parate del 21enne. Sabato tra l'altro ha mantenuto inviolata la porta nella trasferta vinta 0-1 con la Carrarese. E con la C ormai da anni si misurano Andrea Ancora (33) e Mattia Ubaldi (32), ladispolani anche loro, fra tutti e due con almeno 60 presenze nel campionato di Lega Pro. Chissà, magari il sorteggio indicherà una delle due giacchette nere per arbitrare la Torres che milita in un raggruppamento tosto con Reggiana, Entella, Gubbio e Cesena. Ancora, di professione tecnico elettronico, consigliere della Pro Loco di Ladispoli, è anche un appassionato di musica: suona il sax nella banda "La Ferrosa". Ubaldi è un operatore manager per una grossa azienda. «Finora non ci siamo visti quest'anno sul rettangolo verde – racconta l'estremo difensore della Torres – soltanto sfiorati perché hanno arbitrato altri match del girone». Ancora e Ubaldi mirano al salto di

categoria nel torneo Cadetto anche se come impone il regolamento interno non possono rilasciare dichiarazioni. I due fischiotti sperano in qualcosa di meglio anche perché sono state approvate delle modifiche recentemente da parte dell'Aia (Associazione italiana arbitri) e cioè addio ai limiti di età in Serie A. Proprio come in Inghilterra, dove si potrà arbitrare fino a 52 anni. Tornando ad Alessio Salvato, a Ladispoli se lo ricordano bene perché a soli 18 anni è stato protagonista della cavalcata dei rossoblù in Serie D e vanta oltre 120 presenze in Interregionale sommando anche l'avventura con il Monterosi. «Ho bellissimi ricordi – conclude Salvato – ora penso alla Torres. Dobbiamo stare concentrati al massimo perché la classifica è corta e bisogna fare più punti possibile. Stiamo lavorando ancora molto per limare dei dettagli che nei professionisti fanno la differenza, però per il resto siamo consapevoli di essere una buona squadra». Il discorso non può che finire su Gianluigi, il fratello, difensore del Ladispoli arrivato in questi giorni dal Cerveteri. Assieme però hanno giocato con i rossoblù. Anche Gigio ha dato una grossa mano nel 2019 nel trionfo del Ladispoli riuscito a salire in D.

La casa del Pane

Via Fiume, 67 Ladispoli - Tel. 06 9914 4577

caf.ladispoli



Piazza Domitilla, 21 Ladispoli - Tel. 366 2488866

**E' ORA
DEL 730!
TRANQUILLI
PENSIAMO
A TUTTO NOI !**

Prenota un appuntamento
nella nostra sede di Ladispoli



CERVETERI UN SORRISO PER I BAMBINI DEL BAMBINO GESÙ

RACCOLTA GIOCATTOLI PER NATALE

Un mare di giochi per Natale da donare ai pazienti del reparto di oncematologia pediatrica dell'Ospedale Bambino Gesù di Roma. Questo l'obiettivo che Loredana Ricci, allenatrice della Cerveteri Runner e Roberta Spaccini, mamma di Giulio, il giovane ragazzo calciatore di Cerveteri che recentemente ha vinto la sua personale battaglia contro la malattia si sono date per le prossime festività.

Per questo, hanno lanciato un appello: chiunque voglia sostenere la causa e donare un sorriso ai bambini ricoverati in ospedale, può recarsi presso il Campo Sportivo Enrico Galli ogni pomeriggio, dal lunedì al venerdì dalle ore 15:30 alle ore 18:00 e donare uno o più giochi nuovi che entro Natale la mamma di Giulio provvederà a consegnare personalmente in ospedale. Una volta acquistato il gioco, va consegnato con carta regalo natalizia indicando se si tratta di un dono per un bambino o una bambina e per quale fascia d'età è maggiormente indicato.

Loredana Ricci insieme alle sue atlete e atleti è sempre in continuo movimento in tantissime iniziative solidali. Acquistando anche un singolo gioco, si consentirà a lei, a Roberta e Giulio di portare un sorriso ai bambini che trascorreranno il Natale in ospedale, con la speranza che presto possano tornare a rivivere la normalità e la libertà, lontani dalla malattia. Per ogni ulteriore informazione si può contattare direttamente Loredana Ricci al numero 3343837717.

FRUTTILANDIA

Arrivi giornalieri di stagione

**FRUTTA E VERDURA LOCALE
CONSEGNE A DOMICILIO
ARRIVI GIORNALIERI**



**LADISPOLI - LARGO DOMIZIANO, 17
PIAZZA DOMITILLA - INFO: 333.469921**

seguidi su maurys.it



OFFERTE sotto l'albero

speciale
GIOCATTOLI

A PAG. 16



69,99

HIGH TECH
ASPIRA POLVERE
MULTI CICLONICO
WIRELESS 120W



59,90

EVO
BATTERIA PENTOLE
COLOR CIPRIA/
ROSSA/SALVIA
PEDRINI 5 PZ



44,99

HIGH TECH
FERRO DA STIRO
CON CALDAIA
2250 W

OGNI 30€ DI SPESA

AGGIUNGI **1€** E RICEVI

SCONTRINO UNICO salvo esaurimento scorte



COLGATE
dentifricio
max white infinite
75 ml

MAURY'S
strofinacci
Natale
3 pz

OPPURE
a scelta



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

Offerte valide dal **26 novembre** al **17 dicembre**

SALVO ESAURIMENTO SCORTE

SPECIALE GIOCATTOLE

sotto l'albero



15,99

PARCHETTO
RICHIUSIBILE
CON ACCESSORI



25,99

CARS
PISTA & BATTERIA



23,99

AUTOSLO
CON 4 AUTO +
ELICOTTERO



55,00

QUAD RACY
RED
ELETTRICA 6 V



19,90

PARCHETTO
RICHIUSIBILE
4 ASSI



OGGI AL
PREZZO

25,99

MARIO KART
PISTA & BATTERIA



59,90

SUPER MARIO
PISTA



OGGI AL
PREZZO

79,90

MOTOFESER
TURBO
HYBRID
ELETTRICA 4V



29,90

AUTO SPORT EVO
STUNT 360°
RADIOCOMANDATA
2 ASSI



9,90

AUTO SPEED CLIMBING
RADIOCOMANDATA
4 FUNZIONI
2 ASSI



33,99

HURRICANE KING
AUTO
RADIOCOMANDATA
4 CANALI 2 ASSI



88,00

MOTOBIKE
CROSS
400 F
ELETTRICA
6 V



23,99

CLIMBING STUNT
EXTREME AUTO
RADIOCOMANDATA
LUCI SUONI E MUSICA
2 ASSI



24,99

RADIOCOMANDATA
STARLIGHT
COLOR FLOW
SC 1:16



13,90

BIG WHEELS
ROCK PICK UP
RADIOCOMANDATA



OGGI AL
PREZZO

9,90

DESERT BUGGY
RADIOCOMANDATA CON LUCI
SC 1:20



99,00

QUAD BOYER
ELETTRICA
12 V



99,00

TRINKET CAR
RADIO CONTROL
ELETTRICA 12 V



segui su maurys.it

0 - ANGUILLARA - Via Giolitti, 3
- BRACCIANO - Via Arturo Perugini snc
ovembre al 17 dicembre
MENTO SCORTE

OFFERTE
sotto l'albero

MAGAZZINI
Maurys
A SERVIZIO DEL CLIENTE

offerte valide dal 26 novembre al 17 dicembre

 **ELETTRODOMESTICI**

Girmi

GIRMI FRIGGITRICE AD ARIA 1900W 3,2 LT **49,99**

GIRMI FORNO AIR FRYER MULTI FUNZIONE GENIO 1500W **109,00**

GIRMI MONTALATTE CORDELESS BIANCO 900W 300 ML **29,90**

GIRMI STRAZZOTTO ORIZZONTALE **13,99**

GIRMI TOASTAFANE ELETTRONICO CON PANE 900W **18,80**

GIRMI SBATTITORE POGGIOVERDE 170W **13,99**

GIRMI BOLLITORE BIANCO 2,5 LT 2200W **14,99**

GIRMI SPERMIAGRUM BIANCO/ROSSO 750 ML **9,99**

FORNELLO A INDUZIONE DOPPIO 2000+1500W **76,99**

FORNELLO A INDUZIONE 2000W **39,90**

TERMOZETA

TERMOZETA KOMODO ASPIRA POLVERE E LIQUIDI 3000 **17,99**

TERMOZETA FERRO RING REVOLUTION **22,99**

TERMOZETA SCOPPIA COMPLESSA MYLONERA 22 140W **69,90**

TERMOZETA MULTI MIXER INOX **22,99**

TERMOZETA LA CALDAIA T2500 **39,90**

TERMOZETA TAGLIA CAPELLI RICARICABILI 2 3W **12,99**

TERMOZETA PHON SILVER AIR 2000W 2000W

ZEPHIR

ZEPHIR TRILATORE A IMMERSIONE 220W **7,99**

ZEPHIR 807 RICARICABILE TO IN 1 BEAUTY GERM **14,99**

ZEPHIR TRATUTTO DA CUCINA A 4 LAME 0,6 LT **12,99**

ASCIUGACAPELLI RUMETTOFISH **18,80**

ZEPHIR 180 K2F ELETTRICO 2000W **9,90**

ZEPHIR 180 K2F ELETTRICO 2000W **9,90**

ZEPHIR FORNO A INDUZIONE DIGITALE YN 5000 CONDENSATO 20LT CON GRILL **78,00**

SPERMIAGRUM ELETTRICO ASS. 750 ML 40 W **7,99**

BRICOLAGE

HIGH TECH
LEVIGATRICE DIGITALE
130 W 220 V

16,90

HIGH TECH
SMERIGLIATRICE ANGOLARE
M/LUNGO
1200 W

34,90

HIGH TECH
TRAPANO AVVIATORE CON VALIGIA
20V CON 2 BATTERIE LITH

49,90

HIGH TECH
TRAPANO AVVIATORE CON BATTERIA
12 V

24,90

seguidi su maurys.it

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

Offerte valide dal 26 novembre al 17 dicembre

SALVO ESAURIMENTO SCORTE



IL VILLAGGIO DEL NATALE A SANTA SEVERA

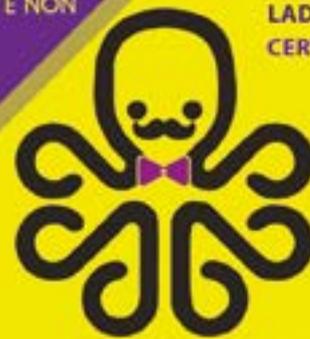
di Toni Moretti

L'INGRESSO GRATUITO È LA NOVITÀ DI QUEST'ANNO

Storia, magia, bellezza e tradizione al magico castello di Santa Severa fino all'8 gennaio, con ingresso gratuito i visitatori di tutte le età potranno immergersi in un viaggio fantastico nelle emozioni delle feste, attraverso esperienze immersive ed installazioni luminose, spazi di gioco e di creatività, spettacoli circensi, teatrali e musicali, giochi antichi, laboratori artistici e di fantasia, mercatino dell'artigianato e di prodotti locali e natalizi nel castello splendidamente addobbato per le festività natalizie. L'ingresso gratuito è una delle novità di quest'anno, pensato proprio per consentire alle cittadine e ai cittadini di fruire del Villaggio in varie occasioni. La direzione artistica e l'organizzazione delle attività del Castello sono a cura dell'Associazione culturale Zip_Zone, risultata vincitrice di un avviso concorrenziale per progetti di realizzazione e gestione del villaggio di Natale presso il Castello di Santa Severa. Un'altra novità sarà rappresentata da un suggestivo videomapping proiettato nella Piazza del Castello. Un percorso immersivo lungo tutto il Borgo di Santa Severa: un angelo, all'ingresso del Castello, accoglierà i visitatori, e soffiando polvere di stelle al cielo li condurrà in un suggestivo viaggio immaginario. L'angelo accompagnerà i visitatori indietro nel tempo, invitandoli ad attraversare il mare e a lasciarsi guidare dalle stelle, come erano soliti gli antichi marinai. Un augurio di Buon Natale, ed un monito a ricercare sempre la magia delle stelle. Giorni e orari di apertura sul sito www.castellodisantasevera.it

- ❗ HAI UN GENITORE ANZIANO E NON RIESCI AD OCCUPARTENE COME VORRESTI ?
- ❗ IL LAVORO, LA CASA E GLI IMPEGNI FAMILIARI NON TI LASCIANO UN MINUTO PER TE ?
- ❗ VUOI ALLEGGERIRTI DELLE 1000 INCOMBENZE FAMILIARI?

LADISPOLI
CERVETERI



AMBROGIO
Servizi per la famiglia

OFFERTA
LANCIO
€250

**LA SOLUZIONE
AI TUOI PROBLEMI**

PACCHETTO BASE MENSILE



4 ORE
SETTIMANALI
DI SERVIZI
COLF/PULIZIE
PER LA CASA



2 SPESE
A SETTIMANA
NEL TUO
NEGOZIO
DI FIDUCIA



SERVIZI
POSTALI E
PAGAMENTO
UTENZE



SERVIZIO DI
ACCOMPAGNAMENTO
A/R IN GIORNATA



RIRITO
RICETTE
MEDICHE
E CONSEGNA
FARMACI

"Vogliamo diventare il tuo punto di riferimento!"

**AMBROGIO si avvale dei migliori
PROFESSIONISTI DI ZONA ABILITATI**

**PER TUTTI I NOSTRI CLIENTI
UNA SERIE DI SERVIZI A DOMICILIO**

CARDIOLOGO
DIABETOLOGO
NUTRIZIONISTA
ORTOPEDICO
DERMATOLOGO
FISIOTERAPISTA
OSTETRICA
MEDICO LEGALE
PSICOLOGO
LASTRE RX
ECOGRAFIE
HOLTER CARDIO/PRESSORIO
ANALISI COMPLETE
FLEBO
SERVIZI OSS
SERVIZI OSA

COMPAGNIA DIURNA/NOTTURNA
PARRUCCHIERA
ESTETISTA
PEDICURE / MANICURE
IGIENE E CURA DELLA PERSONA
LAVAGGIO E STIRAGGIO
BIANCHERIA
SERVIZIO DI ACCOMPAGNAMENTO
A VISITE SPECIALISTICHE CON
ASSISTENZA COMPLETA
PASTI CALDI A DOMICILIO
GIARDINIERE
IDRAULICO
MURATORE
ELETTRICISTA

RENDEREMO TE O UN TUO CARO DI NUOVO AUTOSUFFICIENTE!

327.1549370 - 327.1855487
serviziambrogio@gmail.com





CONTRATTO DI LAGO DI BRACCIANO: FINANZIATO IL PROGETTO “ALIENO A CHI! - GENERAZIONE LAGO

NUOVO CONTRIBUTO DELL'UFFICIO DI SCOPO PICCOLI COMUNI E CONTRATTI DI FIUME - REGIONE LAZIO PER IL COINVOLGIMENTO DEI GIOVANI. PROGETTO DEL PARCO NATURALE REGIONALE BRACCIANO-MARTIGNANO, CON LA COLLABORAZIONE DELLE ASSOCIAZIONI COINVOLTE NEL CONTRATTO DI LAGO DI BRACCIANO

Proseguono le attività del Contratto di Lago di Bracciano, e l'Ente Parco, in qualità di portavoce e coordinatore, con il progetto “Alieno a chi!”, presentato nell'ambito dell'Avviso pubblico promosso da LAZIOcrea S.p.A., in nome e per conto della Regione Lazio, è stato selezionato tra i migliori. L'obiettivo è quello di riportare la metodologia di lavoro dei Contratti di Fiume alla scala e alla portata delle bambine, dei bambini, delle ragazze e dei ragazzi, e delle Istituzioni scolastiche, in modo da creare per il futuro comunità più consapevoli, responsabili e pronte a impegnarsi in prima persona.

“Alieno a chi!”, è uno storytelling multimediale dedicato agli alieni, o specie alloctone nel mondo animale e vegetale, introdotti accidentalmente o volontariamente dall'uomo, che ci permetterà di approfondire e arricchire lo spazio narrante dei ragazzi, partendo da un loro interesse, sviluppato all'interno della testata giornalistica del territorio, parlare di biodiversità e identificarsi come parte attiva a tutela di un bene comune. “Si tratta di un'iniziativa dal grande valore, soprattutto perché coinvolge il futuro, i giovani – commentano Vittorio Lorenzetti e Daniele Badaloni, presidente e direttore dell'ente di gestione del Parco Naturale Regionale Bracciano-Martignano – un particolare ringraziamento a nome del Parco va alle Associazioni del Contratto di Lago e alla coordinatrice dell'Ufficio

di Scopo Piccoli Comuni e Contratti di Fiume - Regione Lazio Cristiana Avenali per l'opportunità, che aiuterà ad aumentare la consapevolezza delle ragazze e dei ragazzi che vivono nel Parco rispetto all'importanza delle risorse naturali”.

Il progetto è rivolto a quattro classi di scuola secondaria di secondo grado nelle due cittadine lacustri: Bracciano e Anguillara Sabazia. Mira a coinvolgere le ragazze e i ragazzi nel partecipare come attori attivi del Contratto di lago, in relazione alla rete e al territorio. Li spinge a individuare i punti di forza e le criticità del territorio in cui vivono e ad acquisire maggiore consapevolezza. Ogni classe progetterà ed editorà lo storytelling multimediale per proseguire, valorizzare e approfondire il lavoro svolto nel 2021/22 attraverso: 1. Interviste: I ragazzi avranno la possibilità di conoscere e intervistare gli attori del Contratto di Lago coinvolti nella tematica delle specie aliene, scambiare opinioni ed esperienze; 2. Laboratori di arte naturalistica e arte urbana per produrre opere grafiche e poster; 3. una mostra di poster da diffondere sul web e sul territorio attivando la collaborazione dei comuni intorno al lago e la disponibilità dei luoghi di affissione pubblica. I Contratti di Fiume/Lago costituiscono uno strumento di programmazione strategica integrata per la pianificazione e gestione dei territori fluviali/lacuali, maggiori info su: <https://www.contrattolagobracciano.it/>



INVERNO

#VIVIPARCHIDELAZIO

10 DICEMBRE

PINOCCHIO SUL LAGO

Appuntamento ore 10.00

Museo Contadino via Doria D'Eboli 2

Anguillara Sabazia (RM)

Organizzazione: ASSOCIAZIONE CULTURALE SABATE

Info e prenotazioni: associazionesabate1@tiscali.it

Cell. 360.805841

14 DICEMBRE

TREKKING INFRASETTIMANALE CON LE VIE DEI PARCHI – LA CALDARA DI MANZIANA

Appuntamento: ore 9.00

Ingresso Monumento Naturale della Caldara SP2/c

Manziana (RM)

Organizzazione: TI CON ZERO – LE VIE DEI PARCHI

Info e prenotazioni: escursionileviedeparchi@gmail.com

Cell. 339.7335940 – 335.6239022

17 DICEMBRE

LABORATORIO DI CERAMICA ALLA RICERCA DELLA GRANDE MADRE

Appuntamento ore 15.30

Museo Contadino via Doria D'Eboli 2

Anguillara Sabazia (RM)

Organizzazione: ASSOCIAZIONE CULTURALE SABATE

Info e prenotazioni: associazionesabate1@tiscali.it

Cell. 360.805841

11 DICEMBRE

PASSEGGIATA PATRIMONIALE: VISITA AL BORGO DI BRACCIANO

Appuntamento ore 10.00

Piazza IV Novembre – Bracciano (RM)

Organizzazione: SOCIETA' COOPERATIVA MATRIX96

Info e prenotazioni: eventi@matrix96.it

Cell. 324.8835648

17 DICEMBRE

MERAVIGLIE DELLA TUSCIA: TRA STORIA, ARCHEOLOGIA E NATURA NEL TERRITORIO DI SUTRI

Appuntamento ore 10.00

Parcheggio adiacente cimitero – Sutri (Viterbo)

Organizzazione:

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA BY GAIA 900

Info e prenotazioni: infoviaggi@fsnc.it

Tel. 06.27800984 – Cell. 353.4193141 WhatsApp

18 DICEMBRE 2022

L'ANELLO DI MONTE TERMINE

Appuntamento ore 9.10

parcheggio stazione ferroviaria

Oriolo Romano (Viterbo)

Organizzazione:

FOUR SEASONS NATURA E CULTURA BY GAIA 900

Info e prenotazioni: infoviaggi@fsnc.it

Tel 06.27800984 Segreteria

Cell. 353.4193141 WhatsApp

LA PRENOTAZIONE
È SEMPRE OBBLIGATORIA

EVENTI GRATUITI



REGIONE
LAZIO



PARCO
NATURALE
BRACCIANO
MARTIGNANO

BRACCIANO CITTÀ PARTECIPATA?

**RIPRENDE DAL NULLA IL PROCESSO PARTECIPATIVO,
MA IL TESSUTO SOCIALE È STRACCIATO**

Partecipazione a Bracciano. Punto e a capo. L'Amministrazione Crocicchi ci riprova. Gli strumenti partecipativi erano del resto uno degli argomenti di punta del programma elettorale. A circa due anni dall'insediamento la giunta ci riprova e a partire dal 6 dicembre prossimo dà il via ad una serie di incontri mirati a dare vita ad organismi partecipativi. Ma appare una battaglia di retroguardia, indietro rispetto ai risultati che erano già stati raggiunti all'epoca della giunta di Giuliano Sala che sperimentò, con un discreto successo, lo strumento più avanzato di questa pratica amministrativa ovvero il bilancio partecipato veicolato per il tramite degli allora Consigli di Frazione e di Quartiere. Venne poi l'epoca Tondinelli e l'abolizione delle consulte. Furono pagine nere per la partecipazione democratica a Bracciano. La giunta attuale, della quale fanno parte forze politiche per le quali la partecipazione è stato sempre uno dei pilastri fondamentali, ci riprova e riparte dall'abc ovvero da un incontro introduttivo in programma il 6 dicembre alle 17.30 al teatro Charles de Foucauld per illustrare quali siano gli organismi partecipativi che si andranno a realizzare. Ma Bracciano ha ancora voglia di partecipare? Il grosso della popolazione potrà essere così coinvolto nelle scelte partecipative o l'intero progetto diverrà appannaggio dei soliti noti già straimpegnati in associazioni di terzo settore e già dedite al

volontariato. Certo è che lo scenario non è più quello di tanti anni fa, che la voglia di politica, anche minima, è scemata, che l'individuo - ed il braccianese non è da meno - è sempre più atomizzato nel suo ristretto orto, preso dal caro energia, dall'assenza di lavoro, da un disagio giovanile dilagante. Il laboratorio di partecipazione, quasi per inerzia, parte comunque e si connota, come si dice oggi, come una "call to action" ovvero come una "chiamata alla azione". Ma il tessuto sociale e politico è distrutto. Servirebbe, a questo punto, una "call to be", una sorta di chiamata all'essere ovvero alla consapevolezza del ruolo che ogni cittadino, singolo ed associato, dovrebbe avere nel corpo sociale dove vive. Bracciano si è candidata di recente ad essere una "comunità educante" mettendo insieme varie iniziative ora vorrebbe essere una "città partecipata". Il termometro lo si vedrà dalla partecipazione appunto ai vari incontri programmati: dopo quello del 6 dicembre nuovi appuntamenti in aula consiliare il 12 dicembre alle 18, il 15 dicembre alle 21 su tematiche sociali, il 9 gennaio alle 18 sulle consulte, l'11 gennaio alle 18 sui Consigli di frazione e di quartiere. Certo è che la chiamata non può essere bandita solo sui social mettendo a punto una schermata pdf, piazza virtuale dove un algoritmo birichino può escludere chicchessia dalla città in cui vive mandando la partecipazione, già in partenza, a farsi benedire.



AMBULATORIO VETERINARIO

Dir. Sanitario Dott. De Angelis Pio

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



FARMACIA
M E X I C O
dott.sse Rossi e Romero

SEGUICI
SUI SOCIAL



ORARIO CONTINUATO DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ 08.30-20.00



I NOSTRI **SERVIZI**

- HDL/LDL/TRIGLICERIDI COLESTEROLO TOTALE
- EMOGLOBINA GLICATA/GLICEMIA
- PROTEINA C REATTIVA
- **HOLTER PRESSORIO**
- **HOLTER CARDIACO**
- **ECG ADULTI E BAMBINI**
(valido anche per attività sportiva)
- GIORNATE DI PREVENZIONE-SCREENING
- DERMOCOSMESI
- INFANZIA
- VETERINARIA
- OMEOPATIA
- FORATURA DEI LOBI CON ORECCHINI ANALLERGICI
- CONSEGNA FARMACI A DOMICILIO **GRATUITA**

SERVIZIO
**RECUP
GRATUITO**
PER LA PRENOTAZIONE
DI VISITE ED ESAMI

*Una farmacia
al vostro servizio
con professionalità
e cordialità*

LADISPOLI - Via Genova 24 a/b
06.52727267 - 350.1372771 - farmaciamexico@gmail.com



Girandola

Associazione Culturale di Promozione Sociale e Turistica

LE NOSTRE USCITE



08-11/12
TOUR MERCATINI
TRENTINO
ALTO ADIGE.

14-17/12
TOUR VIENNA E I SUOI
MERCATINI.



17-18/12
MATERA E LUCI
D'ARTISTA A SALERNO
18/12
ALBERO DI NATALE
A GUBBIO

30/12-01/01 CAPODANNO IN COSTIERA

04/01/2023
VAN GOGH MOSTRA
TRA VITA ED EMOZIONI



05-06/01
SULMONA RIVISONDOLI
E TRENO STORICO
TRANSIBERIANA D'ITALIA
SULMONA- CASTEL DI SANGRO
CAMPO DI GIOVE



8/1 PASSEGGIATE ROMANE
VILLA FARNESINA CHIGI FACOLTATIVO
ORTO BOTANICO E LE SUE LUCI

29/01
PASSEGGIATE ROMANE MUSEI VATICANI

17-20/02/ 2023
CARNEVALE DI NIZZA
E FESTA DEI LIMONI DI MENTONE

INFO E CONTATTI:
327.3140161 - 339.5209422
GIRANDOLANDO2016@GMAIL.COM



COME CONVIVERE CON IL LUPO

Il lupo è un animale schivo, non pericoloso per l'uomo ma che naturalmente caccia per mangiare, essendo un predatore. Talvolta può avvicinarsi, soprattutto di notte, in aree antropizzate. **Cosa fare e cosa non fare in un territorio in cui è possibile che vi sia la presenza di lupi?** Risponde l'Organizzazione internazionale protezione animali (Oipa) ricordando anzitutto che il lupo è una specie protetta dalla normativa nazionale e dell'Unione Europea e quindi non può essere cacciato né ucciso. (articolo 544 bis e ter del Codice penale e bracconaggio). «Occorre favorire una serena convivenza senza generare allarmi, anche mediatici, e senza diffondere fake news al riguardo», spiega il presidente Massimo Comparotto.

Ecco un piccolo vademecum utile per chi abita in zone in cui è presente il lupo:

- non tenere i cani a catena, come anche previsto dalla legislazione di molte Regioni
- evitare di lasciare cibo alla fauna selvatica
- tenere di notte gli animali domestici in locali chiusi
- evitare di lasciare resti di animali accanto alle case
- non lasciare rifiuti organici (placente, carcasse) nelle letamaie e nelle vicinanze di stalle
- non lasciare cibo avanzato nelle colonie feline

Nel caso di un incontro con un lupo:

- parlare ad alta voce e agitare le braccia per allontanarlo
- se il lupo è lontano, restare in silenzio e non interferire
- non seguire le sue tracce e non disturbarlo
- se si è in escursione con il proprio cane, tenerlo al guinzaglio; comportamento da tenere sempre quando si è in un territorio popolato da fauna selvatica. In particolare, il lupo potrebbe attaccare alla vista del cane, considerandolo un avversario.

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



LA BURLA DELLA VILLA DEI GATTINI

A POMPEI NON C'È, HA CONFESSATO CANDIDAMENTE SEBASTIANO VIANELLO SU FACEBOOK. LE IMMAGINI DEI PICCOLI FELINI POMPEIANI, COMUNQUE, SONO VERAMENTE DELIZIOSE

FOTO: creazioni di Vianello-Pagina FB S. Vianello

Da un po' di tempo a questa parte mi sto diletando con questa nuova tecnologia per la creazione di immagini con l'"intelligenza artificiale", ha rivelato Sebastiano Vianello. E poi ha sottolineato, con una punta d'orgoglio: chi mi conosce sa che sono un Gattolico credente e praticante, quindi ho scelto di concentrare la mia attività creativa sul più piccolo ma non di meno nobile felino. E quelle dei gatti dell'antica Pompei non sono le uniche creazioni di Vianello. Secondo l'autore le immagini che ha creato e pubblicato in un post su Facebook – divenuto immediatamente virale – erano talmente inverosimili da non dover suscitare alcun dubbio, e proprio per questo Vianello non capisce perché sia stato accusato di aver messo in giro una vera fake news. Insomma secondo lui c'è una bella differenza fra una cosiddetta "bufala" e un "divertissement" d'autore, anche se non proprio conosciuto. Certo una bella burla, proprio come questi splendidi felini immortalati in scena di vita domestica fra le mura di una domus pompeiana. Sta di fatto che la fake news viene prevalentemente creata e studiata appositamente per far credere alle persone qualcosa di falso, con l'intento di manipolarne il pensiero e la

percezione della realtà, a tutto vantaggio di qualcuno o qualcosa – rincara la dose Vianello in un suo post fiume – mentre la burla, lo scherzo, prosegue, nascono invece dalla sacrosanta voglia di ridere e divertirsi, cosa che ci rende per alcuni aspetti molto diversi dalla maggior parte degli esseri viventi. Una cosa comunque è certa: Vianello si è fatto proprio una bella pubblicità. Lo "scherzo" è arrivato persino su "Bufale.net". Lo stesso ufficio stampa del Parco archeologico di Pompei ha dichiarato che si tratta di una notizia nata sui social, assolutamente falsa, come assicura "Kodami". Eppure fra le antiche mura delle ville pompeiane ci sono molte splendide scene di caccia e raffigurazioni di animali selvatici e domestici, una fra tutte quella forse più nota del "cave canem", cioè attenti al cane, un bellissimo mosaico che si trova nell'ingresso della Casa del Poeta Tragico. Ma nelle domus di Pompei c'erano anche vere raffigurazioni di gatti. Al Museo Archeologico Nazionale di Napoli si può ammirare un bellissimo mosaico di un gattino che gioca con il cibo, proveniente dalla Casa del Fauno. Insomma già nel 79 d. C. i gatti erano assidui compagni di vita dell'uomo.

ANIMAL MARKET Tutto per la cura dei tuoi piccoli amici

www.animalmarket2014.it - Orario Lun-sab 8.30-20.00 Dom 8.30-13.00

CERVETERI - Lgo Guido Rossa, 2 - 06 995 2482 - LADISPOLI - Via dei Garofani, 1 - 06 455 59667

BRACCIANO - Via Braccianese Claudia, 56 - 06 982 68127

f Animal Market 📷 animal_market



FARMACIA BORGO SAN MARTINO



La nostra Farmacia è orientata ad erogare i servizi per tutte le generazioni, dai neonati ai senior, passando dalle esigenze dei lavoratori e dei genitori

...il nostro Staff pronto per le tue necessità!



EspressoFarmaco

Ritiriamo le Vostre ricette presso gli studi Medici o Inviateci i codici e riceverete, senza costi aggiuntivi, i farmaci a domicilio

Per informazioni contattateci via WhatsApp o per e-mail: farmaciadellborgo15@gmail.com

338.3968169



I nostri Reparti:

**VETERINARIA
OMEOPATIA
DERMOCOSMESI
PRIMA INFANZIA**

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

che Punge ma non fa male

♈ Ariete

Elemento Fuoco

Concedetevi una pausa dal lavoro per curare maggiormente gli affetti, vi aiuterà a scacciare i pensieri che vi opprimono. Avete energia da vendere, programmate una breve vacanza per arrivare carichi alla fine dell'anno.

♌ Leone

Elemento Fuoco

Vi sentite annoiati, dovrete credere un po' di più in voi stessi e la fortuna vi tenderà la mano. Novità sulla sfera professionale, il cambiamento auspicato è dietro l'angolo. Fatevi trovare pronti.

♐ Sagittario

Elemento Fuoco

Dovrebbe cercare di non arrivare a discutere per tutto. La costante ricerca del nuovo e del meglio che vi rende irrequieti, potrebbe compromettere in maniera irreversibile un rapporto importante. Una telefonata vi sorprenderà.

♉ Toro

Elemento Terra

Nuove opportunità nel lavoro mentre per le questioni di cuore dovrete essere pazienti e non lasciar andare le occasioni quando si presentano. Curate di più la salute, una leggera attività fisica è proprio quello che fa per voi.

♍ Vergine

Elemento Terra

Bisognerà attendere la seconda metà del mese per tirare un sospiro di sollievo dopo un 2022 che vi ha messi particolarmente alla prova. Se potete evitate gli appuntamenti fuori casa.

♏ Capricorno

Elemento Terra

Prudenza. Se qualcosa non è chiaro è meglio fermarsi e rimandare le decisioni all'anno nuovo. Concentratevi sul partner, ha bisogno di sapere quanto è importante nella tua vita. Occhio alle ginocchia.

♊ Gemelli

Elemento Aria

Tante novità in arrivo per voi! Incontri inaspettati vi troveranno pronti a chiudere l'anno in bellezza. Per i single è l'occasione giusta per prendersi una rivincita. Ma attenzione a non perdere di vista la linea, sarete tentati un po' troppo.

♎ Bilancia

Elemento Aria

Un po' di leggerezza è quello che ci vuole in questa settimana, approfittate del tempo libero per concedervi una coccola, e perché no, regalatevi quel bracciale che tanto vi piace. È il momento ideale per gli amori.

♒ Acquario

Elemento Aria

Se vuoi raggiungere gli obiettivi metti più entusiasmo in quello che fai. Datti una mossa, evita di rilassarti perché potresti perdere le opportunità che si presentano. Non sarebbe la prima volta. Fortuna al gioco.

♋ Cancro

Elemento Acqua

Ancora tensioni sul fronte economico per voi non è il momento di lasciarsi andare alle spese folli di dicembre, ottimo l'amore. Per le coppie consolidate è tempo di affrontare e risolvere questioni da tempo rimandate.

♏ Scorpione

Elemento Acqua

Evitate accuratamente gli scontri con il partner, meglio rimandare e concentrarsi su ciò che si desidera per il futuro. Se una porta si chiude, un'altra si aprirà. Investite in salute e sicurezza.

♓ Pesci

Elemento Acqua

Fortuna sul fronte del lavoro e dei guadagni e, in generale, in diversi aspetti del quotidiano. Era ora per i nati del segno di cambiare rotta. Siete pronti per un cambio di look estremo. Osate.

New Café 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.

COVID-19

- ✓ **TAMPONI ANTIGENICI
QUANTITATIVI INDICE COI**
- ✓ **TAMPONI RAPIDI ANTIGENICI**
- ✓ **TAMPONI MOLECOLARI**

ORARI

Lunedì-Venerdì: 7,30-11,30/15,30-17,30

Sabato: 7,30-11,30

Domenica: 8,00-12,00

**PRENOTA ONLINE I TUOI TAMPONI
WWW.GRUPPOSALUS.NET**

CERVETERI

VIA ETTORE SALOMONE 14 (ZONA MERCATO)

TEL. 0699552602 - 069949944 - WWW.GRUPPOSALUS.NET



Principi base della nutrizione



Partendo dall'assunto che l'uomo è ciò che mangia (L. Feuerbach), si comprende quanto sia importante conoscere almeno le nozioni fondamentali di una corretta alimentazione che permetterà di conservare, insieme alla dovuta attenzione agli altri fattori di rischio elencati dall'OMS, uno stato di salute ottimale.

Innanzitutto è opportuno sottolineare che per Dieta non si intende un particolare regime alimentare che si deve seguire nel caso in cui si sia affetti da patologie come ad esempio il diabete o l'insufficienza renale, ma l'insieme dei pasti che ogni giorno dobbiamo introdurre nel nostro organismo.

Gli alimenti che assumiamo sono, generalmente, miscele contenenti più Principi Nutritivi o Nutrienti.

I Nutrienti, in accordo con la Comunità Scientifica, sono rappresentati da:

Carboidrati o Glucidi, Proteine o Protidi, Grassi o Lipidi, Vitamine, Sali Minerali e Acqua.



Carboidrati

Sono contenuti nei Cereali (grano o frumento, riso, mais, orzo, avena...) e nei Legumi (fagioli, lenticchie, ceci, soia, piselli...). Vengono distinti in semplici e complessi a seconda della grandezza della molecola. Al primo gruppo appartengono quelli che comunemente vengono chiamati "Zuccheri" come il Destrosio o Glucosio, il Saccarosio che usiamo come dolcificante, il Lattosio contenuto nel latte ed il Maltosio; il secondo gruppo comprende l'Amido, contenuto nella pasta, nel pane, ecc. Per quanto riguarda tali Nutrienti, si consiglia di introdurre soprattutto Carboidrati complessi e non semplici in quanto prima di essere assorbiti, a livello intestinale, devono essere digeriti e pertanto non causano un brusco innalzamento della glicemia che, se protratto nel tempo, potrebbe determinare l'insorgenza del diabete, patologia diffusa nei soggetti obesi e sopra i 40 anni.

Proteine

Sono costituite dall'unione di tante molecole dette Aminoacidi. Gli Aminoacidi sono circa 20 e vengono distinti in Essenziali e non Essenziali; i primi non possono essere prodotti dal nostro organismo e, pertanto, devono essere assunti con la dieta. Le Proteine vengono definite complete o a elevato valore biologico, se contengono tutti gli Aminoacidi essenziali. Gli alimenti di origine animale (carne, pesce, uova latte e derivati) contengono tutti gli Aminoacidi Essenziali; quelli di origine vegetale, Legumi e Cereali non li contengono, pertanto, è consigliabile che almeno il 50% delle Proteine assunte sia di origine animale.



con voi dal 1934



Farmacia
Dott. Luigi
Demichelis



➤ **TEST RAPIDI**
ANTIGENICI

➤ **SCREENING**
COLON RETTO

PRENOTAZIONI AL NUMERO
06 99 47 746

SERVIZIO GRATUITO
CONSEGNA A DOMICILIO

INVIO RICETTE

WhatsApp: 393 973 5665

E-mail: farm.demichelis@gmail.com

SERVIZIO GRATUITO
FARMARECUP

PER LA PRENOTAZIONE
DI VISITE SPECIALISTICHE,
ESAMI DIAGNOSTICI
ED ESAMI DI LABORATORIO
RECARSI IN FARMACIA MUNITI
DI IMPEGNATIVA E TESSERA SANITARIA



PRODOTTI
PER LA PRIMA INFANZIA

DERMOCOSMETICI

OMEOPATICI



DIETETICI

FITOTERAPICI

MEDICINALI
ED ARTICOLI VETERINARI



INTEGRATORI ALIMENTARI

LABORATORIO GALENICO

SIAMO APERTI DAL LUNEDI AL SABATO H 7-20
ORARIO CONTINUATO

VIA ANCONA, 76 - LADISPOLI- TEL.06.9947746 - FAX 06.9947085

Seguici su Farmacia Dott. Luigi Demichelis dal 1934

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.*



VERSO UNA MEDICINA INTEGRATA

<Il 60% dei farmaci che quotidianamente prescrive il medico sono la copia o la sintesi di un prodotto che già esiste in natura> (F. Piterà. Compendio di Gemmoterapia clinica. Quinta edizione 1992). Di recente chi scrive vi ha parlato dell'esperienza empirica (sul campo, in prima linea) dall'importanza del gemmo terapeutico Tamarix gallica nelle piastrinopenie e del fitoterapico Capsella Bursa Pastoris nelle emorragie. Sono solo due esempi, tra i tanti, oggetto dell'insegnamento, a medici e farmacisti, che ho prestato, almeno in 30 anni di carriera professionale, in varie città d'Italia, soprattutto a Roma (Università di Botanica, Centro congressi Cavour etc.). Da storico della medicina (ho avuto come maestro il prof. Alberto Lodispoto) posso asserire che la scienza "ufficiale" si è basata sulle conoscenze accumulate

nel corso di lunghi millenni della terapia che l'hanno preceduta. Molte scoperte farmaceutiche, nelle mani di esperti ricercatori, si sono basate, grazie ad un rigore scientifico, su questo lontano sapere.

F.Piterà ci ricorda, nella prefazione alla prima edizione del suo testo, che, tra i tanti esempi che si possono elencare, ne basta uno per tutti. Gli inibitori dell'enzima di conversione dell'angiotensina, cioè i farmaci antipertensivi più recenti del veleno di un serpente. In Omeopatia un'altro veleno di un altro serpente (Lachesis) è stato da me utilizzato con successo in un centinaio di casi di menopausa. Badate bene, non in tutte, solo quelle che avevano le caratteristiche del rimedio Lachesis, prescritto pertanto secondo la legge dei simili in maniera diluita e dinamizzata.

Altro che stregonerie! Purtroppo il Dio denaro non rispetta più la natura, ne le sue leggi. La medicina naturale non sostituisce quella ufficiale, ha un ruolo complementare, integrativo che viene però svilito, ignorato o peggio ancora demonizzato. L'importanza delle leggi dell'ereditarietà e di quelle che governano la genetica devono farci riflettere che non tutti i pazienti, pur affetti dalla stessa malattia, sono uguali.

La stessa biodiversità esistente nel mondo naturale (minerale, vegetale, animale) è presente nell'individuo umano. Si può scegliere, a seconda della patologia del malato, spesso una terapia più dolce, meno invasiva, priva di effetti collaterali nel completo rispetto della biodiversità umana. Lo studio del mondo naturale ha portato alla scoperta di quelli che sono oggi gli antibiotici più utilizzati (penicillina, cefalosporine, tetracicline etc) osservando la "guerra microscopica" tra batteri e actinomiceti.

Sono stati questi ultimi (quante volte l'ho ricordato) che uccidono i nemici batteri grazie alla produzione di armi antibiotiche naturali, poi sintetizzate in laboratorio e messe in commercio. Per quanto riguarda invece la fitoterapia desidero elencare una lunga serie di rimedi vegetali, divenuti poi "farmaci che hanno alleviato, nel corso degli anni, le sofferenze dell'umanità. Il dottor Piterà ci ricorda il chinino (1643, tuttora migliorato nella formulazione chinidinica, indispensabile specie nella malaria); la digitale (1785, tuttora impiegata nello scompenso cardiaco); la morfina (1803); l'atropina (1831); la codeina (1832); l'acido acetilsalicilico (1899); l'efedrina (1974); il curaro (1932); la penicillina (1941, grazie a Fleming)... Dobbiamo ringraziare il mondo naturale se siamo oggi arrivati a nuove scoperte scientifiche. La Natura, come asseriva il filosofo Pico della Mirandola nel Rinascimento, va rispettata e studiata non combattuta e violentata. E' solo grazie a lei che si è potuto ottenere un allungamento della vita umana. Il prezzo che stiamo però pagando, l'altra faccia della moneta, è la cronicizzazione delle malattie.

Vi sarà in futuro un integrazione tra metodiche terapeutiche diverse? E' quello che mi auguro anche se attualmente, agopuntura a parte, non riesco a vedere questo percorso. Chi scrive ha da sempre battuto questa strada, sia come specialista cardiologo e broncopneumologo che come docente sia in medicina naturale, e microbiologia ambientale nella formazione, da docente, dei medici di medicina generale.

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



“E MO’ CHE TI REGALO A NATALE?”

E anche quest’anno, tra una dose e un tampone, ci avviciniamo al Natale.

Come da copione ci accingiamo a prendere d’assalto negozi e supermercati in cerca del miglior regalo: l’oggetto più originale, il cesto più ricco, il giocattolo più bello. Nel frattempo TV, radio e volantini ci bombardano con messaggi che ci tirano per la giacchetta. La comparsa delle vetrine addobbate per le feste, ci ripropone il dilemma dei tanti (troppi) regali da fare. Familiari, amici, colleghi, vicini di casa: ad ognuna delle persone a cui teniamo vogliamo fare arrivare il nostro affetto e il nostro pensiero. Ma come accontentare tutti senza essere risucchiati dal dilagante consumismo compulsivo che spesso si traduce in un regalo inutile e addirittura dannoso per l’ambiente?

Innanzitutto possiamo partire pensando di donare qualità e bontà: un cesto di Natale ricco di articoli di qualità, eventualmente con prodotti locali sarebbe la soluzione perfetta, sicuramente apprezzata da chiunque lo riceva.

Sempre più spesso accade che ci siamo già “regalati di tutto”: il rischio è ripetersi o scendere nella banalità di un oggetto anonimo, magari comprato in fretta, tanto per “non presentarsi a mani vuote”. E intanto un altro oggetto inutile sarà primo o poi destinato alla discarica.

Un regalo sempre gradito, invece, è un bel cesto natalizio. Il segreto è però quello di includere prodotti di nicchia o caratteristici. Questo perché la logica a

Natale è sempre quella del regalare qualcosa che piace, ma diversa e non scontata. Per intenderci qualcosa di non facilmente reperibile al supermercato sotto casa. Il Natale stesso è l’occasione perfetta per gustare insieme e quindi condividere sapori, sensazioni ed emozioni. E il cibo, che vi piaccia o no, è da sempre il veicolo della convivialità. Riunirsi intorno a un tavolo è infatti l’occasione migliore per passare del tempo insieme e in un certo senso quasi la scusa da cui parte un invito a trascorrere del tempo insieme.

In generale i prodotti che meglio si prestano per essere inclusi in un cesto natalizio sono i dolci come panettoni, pandori, torroni, biscotti, ma anche paste particolari, condimenti, legumi, vini, tè, tisane e tanto altro. Anche un bel cesto contenente prodotti cosmetici di qualità non può che far piacere, soprattutto al gentil sesso.

Il biologico può essere considerato un parametro importante, soprattutto sull’onda della nuova cultura alimentare che oggi in tutto il mondo ribadisce la necessità di “pulire la nostra spesa” da sostanze chimiche nocive per l’organismo. In questo senso, è sempre utile far attenzione alle etichette e agli ingredienti, e verificare la presenza della certificazione biologica. Inoltre quando si tratta di prodotti biologici è bene preferire quelli consigliati dal proprio negoziante di fiducia, infatti non sempre “bio” è sinonimo di “alta qualità”. In ogni caso invece di mangiare tre panettoni scadenti non sarebbe



meglio mangiarne uno, ma di qualità superiore? Cesti a parte, non sarebbe meglio regalare una barretta di cioccolato, una confezione di tisana invernale, una bottiglia di vino locale di qualità spendendo pochi euro invece della solita cineseria che prima o poi va a finire nel secchio dell'indifferenziato.

Quando si regala un prodotto alimentare bisognerebbe porsi semplici domande, ad esempio: come può un olio extravergine d'oliva costare 3 euro al litro, un panettone 2 euro, un pacco di pasta pochi centesimi? A cosa si rinuncia per arrivare a queste super offerte? Per avere la risposta, come spesso accade, basterebbe informarsi, perché si sa che alla base di un comportamento sbagliato c'è sempre la disinformazione. Se imparassimo a leggere le etichette, ci informassimo sulla provenienza delle materie prime e sulle modalità di produzione, capiremmo il perché di un prezzo eccessivamente scontato, quasi sempre la qualità scadente delle materie prime utilizzate, l'impatto ambientale, i diritti dei lavoratori ecc.

Per cui, a tutta quella nutrita schiera di persone che proprio non sanno cosa regalare, ci sentiamo di consigliare un cesto di qualità, la strenna perfetta per strappare un sorriso a chiunque.

Quest'anno facciamo un piccolo sforzo: spendiamo meglio i nostri soldi, poniamoci degli interrogativi e affidiamoci a professionisti di fiducia, favoriamo l'economia locale, preferiamo prodotti a basso impatto ambientale.

Non è certo necessario dissanguarsi, basta usare la testa e il buon gusto.

Regalare cesti natalizi con prodotti alimentari di qualità è una scelta soprattutto di cultura.

A tutti l'augurio di un Natale sereno e... sostenibile.

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

100%
Eco



PER TUTTA LA FAMIGLIA

E(CO)DETERGENZA E (C)SMESI

VIA ANCONA 170 - LADISPOLI (RM)

TEL. 06.99222248 - (CELL. 347.5215221)

WWW.BENDIBIO.NET - BENDIBIOLADISPOLI@GMAIL.COM

FACEBOOK E INSTAGRAM BEN DI BIO



Dottorssa
ANNA MARIA RITA MASIN
Psicologa - Psicoterapeuta
Psicologa Giuridico-Forense

LA DIPENDENZA AFFETTIVA: QUANDO L'AMORE NON È AMORE



Tante sono le donne che si rivolgono a me per un disagio oppure con ansia, attacchi di panico, disturbi alimentari, disturbi sessuali, ecc., ma nascondono un più grosso e radicato problema, ossia relazioni in cui il loro ruolo è l' "infermiera" o la "crocerossina". Molte sono le donne di tutte le età che hanno costruito una relazione in cui sono loro a rincorrere l'amore, sono loro che aspettano, sono loro che sostengono. Ma quando hanno loro bisogno di essere rincorse, sostenute il loro uomo scompare...fisicamente oppure col silenzio con il distacco. Solitamente sono donne indipendenti, volitive, con un lavoro stabile, con una buona cultura. Sono donne sensibili e che hanno imparato fin da giovani che occuparsi degli altri le fa apprezzare. Sono donne che hanno imparato fin da giovani che può dar fastidio agli altri dire quali sono le loro esigenze. Sono donne che non sono mai state ascoltate. Sono donne che hanno imparato che dicendo "no, adesso non posso" vengono considerate egoiste. Sono donne che danno sempre il meglio di sé ma che, ad una giustificata e legittima arrabbiatura, vengono considerate esigenti ed con un brutto carattere. Sono donne che hanno imparato fin da piccole che farsi vedere felici e spensierate le fa accettare dagli altri. Alla fine, però, sono donne con i loro sentimenti ed emozioni, con i loro momenti felici e le loro tristezze, con le loro soddisfazioni lavorative e le loro frustrazioni. Sono umane, sono donne. Una ragazza di 22 anni mi racconta di avere una relazione "particolare" con un ragazzo che oltre a fumare continuamente spinelli (e lei non concorda) e addormentarsi sotto effetto del fumo mentre passano una serata insieme, sceglie sempre per lei senza considerare le sue preferenze accusandola di svalutare

ciò che lui fa per lei. Racconta di passare ore e ore a chiarire con lui sempre gli stessi punti della relazione ma di uscire da questi chiarimenti sfinita e che dopo pochi giorni, ritorna sempre lo stesso problema. Lo giustifica: lui ha delle frustrazioni, "lui ha una patologia genetica progressiva ed invalidante"; è il solo uomo nella vita della madre. Racconta che la madre di lui non la sopporta. Lei ha difficoltà a parlare di sé. Una donna di 41 anni racconta che il suo compagno l'ha lasciata con un sms. La loro relazione era fondata su picchi di altissimo piacere ed unione a cui seguivano momenti di totale freddezza ed allontanamento di lui. Avevo definito la sua relazione come una "continua alternanza tra ossigenazione e de-ossigenazione". È una relazione che crea dipendenza perché la signora vive nel ricordo dei momenti paradisiaci. Anche lei ha difficoltà a parlare di sé. Questi sono solo due esempi. Quali sono i segni tipici di una relazione che crea dipendenza affettiva? 1- il dis-equilibrio tra i due elementi della coppia: la somma tra le varie esigenze deve essere pari a 50/50, in un reciproco interscambio e sostegno; 2- quando uno dei due dice troppe volte "e io???" allora vuol dire che manca equilibrio perché uno dei due fa troppo o troppo poco; 3- quando uno dei due non può esprimersi spontaneamente perché ha paura di dire o fare una cosa che (sicuramente) indispettisce l'altro; 4- quando uno dei due limita la libertà dell'altro; 5- quando uno dei due svaluta sempre l'altro; 6- quando uno dei due cerca di modificarsi ma l'altro no; 7- quando la colpa viene data sempre ad uno e l'altro non si mette mai in discussione.

P.S.: relazioni di questo tipo sono altamente intense poichè patologiche

Dottorssa Anna Maria Rita Masin
Psicologa - Psicoterapeuta
Psicologa Giuridico-Forense



Cell. 338/3440405

www.psicoterapeutamasin.it

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



Centro Oculistico **GAROFALO**

VISITA OCULISTICA COMPLETA

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

facebook



PER APPUNTAMENTO

www.gioacchino-garofalo.docvadis.it



gioacchino.garofalo@uniroma1.it



Centro Oculistico Garofalo

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

L'APP DELLA TUA FARMACIA sempre con te



1 Scarica l'app
pharmaqui



2 Aprila e scannerizza
il QR code
oppure inserisci il codice
00101929



Da noi puoi ritirare anche a farmacia
chiusa tramite il **LOCKER**

ORARIO CONTINUATO 08.30 - 20.00 - DOMENICA 09-13

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

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

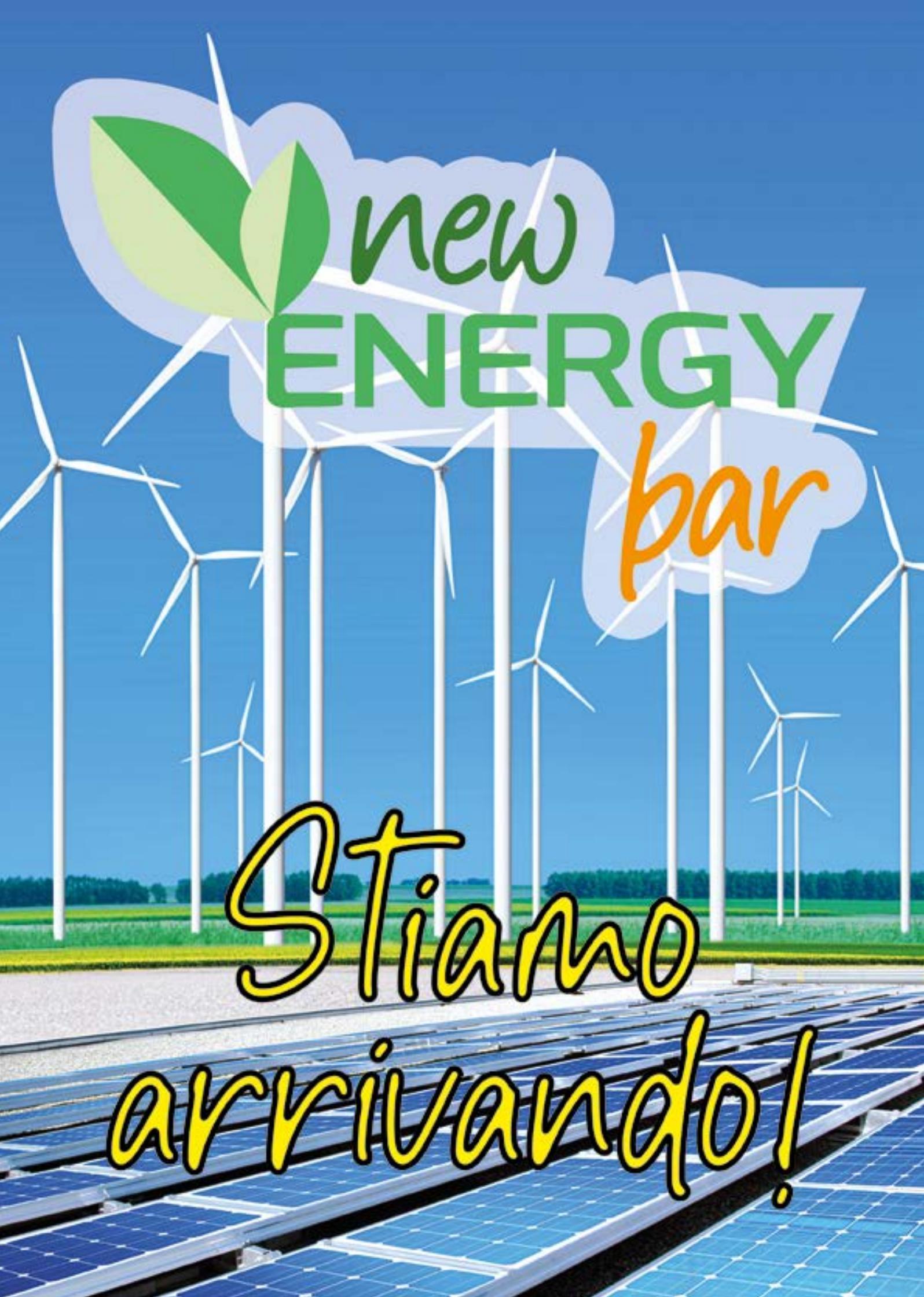
 Farmacia PratoCavalieri Dr.ssa T. Morabito

Benessere del piede



PEDICURE ESTETICO

METODI STRUMENTI MODERNI
E PROFESSIONALI PER TRATTARE
IL PIEDE CON EFFICACIA E SICUREZZA



new
ENERGY

bar

Stiamo
arrivando!