



L'ortica

SETTIMANALE

Anno XXIX n° 01 - 2026

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

FOLLIA, VIABILITÀ

CERVETERI, TRAFFICO SEMPRE PIÙ IN TILT CAOS TRA FONTANA MORELLA E AURELIA SVINCOLO PROMESSO SOLO A PAROLE

LADISPOLI
RINASCONO I SIMBOLI DELLA CITTÀ
CASTELLO E TORRE

TERRITORIO
FRANE ALLE CASCATELLE
PAURA PER GLI ESCURSIONISTI

BENESSERE
BIANCOSPINO, ALLEATO
NATURALE DEL CUORE

IL ROGO DEGLI INNOCENTI E LA FIDUCIA TRADITA

TERRANOVA
BRACCIANO



AUTOFFICINA

Incaini



NUOVA SEDE



Via Aldo Moro, 57/59 | 00055 Ladispoli
Tel. 06 99 49 233 - 06 99 48 249



**VENDITA & ASSISTENZA
CENTRO REVISIONI**

EVENTI



GUIDA AMBIENTALE ESCURSIONISTICA CERVETERI FEBBRAIO 2026

Corso professionalizzante che prevede ore frontali e pratica sul campo. Piccola parte di lezioni e moduli online su piattaforma dedicata ed ore di lavoro per i project works da effettuare in gruppo o singolarmente. Sede: Agriturismo Monte della Guardia. Info: 3533040135. Back To Nature Aps



APPUNTAMENTO LETTERARIO CERVETERI DOMENICA 18 GENNAIO

di Ludovica Serra
Presentazione del libro La Giostra dei Pellicani di Ernesto Berretti presso il Centro Samsara Caffè Letterario. Ore 11.



WOODY ALLEN FESTIVAL ROMA 10 E 11 GENNAIO 2026

di Chiara Spinato
Un intero fine settimana dedicato all'universo creativo, ironico e malinconico di Woody Allen. The Cineclub ospita la prima edizione dell'iniziativa che propone cinema, musica dal vivo, libri, incontri e letture d'autore. Via Lidia 46 - 00179. Ingresso libero e su prenotazione.

New Café Millenium

Viale Fregene Cerenova
(Adiacente Poste)

Tel. 06 99 02 887



BIGLIETTI COTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI



vodafone **3** **SKY**



GLI ALLEGRI CHIRURGI ROMA, DAL 13 AL 25 GENNAIO 2026

di Carola Cimarelli

Approda al Teatro de' Servi la commedia di Ray Cooney con la regia di Matteo Vacca. Via del Mortaro, 22 . Per informazioni e biglietti: tel. 06.6795130 | info@teatroservi.it



EDUCAZIONE ALIMENTARE LADISPOLI SABATO 10 GENNAIO

di Francesca Toto

Come interpretare le etichette, evitare le truffe e scegliere i migliori prodotti qualità/prezzo.

A cura di Alfonso Lustrino, presso Circolo Chaplin, via Duca degli Abruzzi, 97. Telefono - 3283142297. Ore 18



PRIME PAGINEaCOLORI TARQUINIA, VENERDI 9 GENNAIO

Alle ore 17 prende il via il secondo tempo che riparte dalla biblioteca comunale "Vincenzo Cardarelli", con un appuntamento dedicato alla lettura ad alta voce. Con Alessia Racci Chini un laboratorio pensato come spazio di ascolto e di scoperta, in cui la lettura ad alta voce diventa gesto d'amore, presenza e cura.



CORRINTUSCIA TARQUINIA SABATO 10 GENNAIO

L'edizione 2026. Presentazione ufficiale del calendario in programma presso la sala delle Feste della Biblioteca Comunale "Vincenzo Cardarelli", in via Umberto I. 35 gare tra trail, strada e pista. Ore 18



LADISPOLI Via Fiume, 67 - 06 9914 4577





LA FIDUCIA TRADITA E IL ROGO DEGLI INNOCENTI

L'anno vecchio è finito male, con un'ennesima ferita allo Stato di Diritto: con la sentenza n. 199 del 23 dicembre 2025 la Corte Costituzionale ha dichiarato non fondate le questioni di legittimità costituzionale sollevate dal Tribunale ordinario di Catania in relazione al green pass per lavorare e agli obblighi vaccinali per determinate categorie, invocando l'evidenza scientifica di quel momento storico. Si tratta di un ragionamento pericoloso che subordina i diritti intangibili dell'essere umano allo stato dell'arte della scienza. Ma non solo. La realtà è che l'evidenza scientifica già allora affermava che i vaccini non fermavano il contagio e che i vaccinati e non vaccinati contagiavano allo stesso modo. E tutto ciò è agli atti delle audizioni parlamentari fin dal 2021. Ed è così che abbiamo chiuso il 2025 con una sentenza da brividi a sostegno della "Grande Menzogna" secondo la quale il green pass sarebbe stato garanzia di trovarsi tra persone non contagiose. Tuttavia, se l'anno vecchio è finito male con il rogo dei diritti della persona e della fiducia verso

le istituzioni, l'anno nuovo è iniziato ancor peggio, con un incendio vero e proprio divampato in un disco bar a Crans Montana in Svizzera causando la morte di 47 persone e oltre cento feriti, quasi tutti ragazzi e tanti adolescenti. Un rogo degli innocenti. Giovanissime vite incenerite, famiglie soffocate dal dolore, un'opinione pubblica traumatizzata da una tragedia che nessuno si sarebbe aspettato, non certo in una località glamour della ricca Svizzera. E tragedia nella tragedia, nel rogo ci è finita anche l'umana pietas, dal momento che in tanti, in troppi, si sono sentiti in diritto di colpevolizzare i genitori per la libertà concessa ai figli, e persino accusare i ragazzi di essere degli incoscienti che non hanno percezione del rischio. Perché mai avrebbero dovuto sentirsi in pericolo? Loro, come i loro genitori, si fidavano di chi invece li ha traditi, di chi aveva il dovere di garantire e controllare la sicurezza del locale. Ed ora l'ultima speranza è che le istituzioni siano almeno in grado di far emergere la verità e fare giustizia.

Di norma cane non mangia cane e troppo

SETTIMANALE

L'Ortica®

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

Settimanale indipendente

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

ISSN 2704-6664

Gestione GEP Srls
Coordinatore Cristiano CimarelliMarchio registrato di proprietà esclusiva.
Vietata ogni riproduzione totale o parziale.Direttore Responsabile: Cristiano Cimarelli
Editor: Miriam Alborghetti

Rubrica Salute e benessere:

Aldo Ercoli, Roberto Frazzetta,
Carola Cimarelli, Elena Botti,
Rita Masin, Riccardo Coco,
Giuseppe La Pera, Marco Tortorici.

Redattori:

Barbara Pignataro
Emanuele Rossi

Collaboratori editoriali:

Flavio Enei, Cristina Civinini, Mara Fux,
Antonio Calicchio, Flavia De Michetti,
Sara Sansone, Maurizio Martucci,
Luca Marini Archenza, Pietro Cozzolino,
Demetrio Logiudice, Ludovica Serra,
Chiara Spinato, Francesca Toto.

spesso le istituzioni si spalleggiano tra di loro in una interdipendenza tra poteri che solo teoricamente sono separati. Talora però il miracolo avviene e succede che, almeno in parte, “giustizia sia fatta” anche se in ballo ci sono responsabilità istituzionali. Questo è il caso di una recentissima sentenza della **Suprema Corte di Cassazione**, che dopo ben quattro anni, dichiara “nullo” il **TSO inflitto allo studente di Fano che nel maggio del 2021 si era incatenato al banco per protesta contro ‘obbligo di indossare la mascherina in classe**. “[...]la Suprema Corte – hanno detto i legali della famiglia - ha messo nero su bianco alcuni basilari principi di diritto che rendono giustizia ad un ragazzo vittima di incaute valutazioni da parte delle istituzioni interessate. In primo luogo, è stato affermato che la manifestazione di idee anticonvenzionali non rappresenta un segnale patologico che può dar luogo ad un tso [...]”. Secondo la Cassazione “lo strumento del tso è stato applicato in maniera impropria ossia per sanzionare delle condotte che potevano avere, eventualmente, rilevanza disciplinare o penale (ma il ragazzo è stato assolto in ordine al reato di turbativa di pubblico servizio) e non per la cura dell’interessato come previsto dalla legge”.

Quanto accadde a Fano in quel disgraziato maggio 2021 fu emblematico del tradimento dei giovani operato dalle istituzioni durante la pandemia, un caso di violenza gratuita e disumanità come spiega il professor Paolo Puccetti immuno-farmacologo attivo nella bioetica e nel biodiritto: “È successo in Italia, non altrove. Non in un manuale di storia sulle derive autoritarie, non in un romanzo distopico da liceo, ma dentro una scuola [...]. Un ragazzo rifiuta una mascherina. Non aggredisce, non minaccia, non è pericoloso. Rifiuta. E per questo viene trattato come un corpo da neutralizzare. Il TSO scende in campo non come strumento di cura, ma come manganello semantico: non ti obbedisco → sei un problema → sei una patologia. Fine del ragionamento.

È così che nasce la violenza gratuita: non dall’odio, ma dalla pigrizia morale. Dalla rinuncia a pensare. Dall’idea che, in emergenza, il consenso sia un lusso e la persona un dettaglio. Il TSO, atto estremo pensato per salvare vite quando ogni altra via è fallita, viene

usato come scorciatoia educativa, come lezione esemplare, come messaggio al gruppo. Non si cura nessuno, si disciplina qualcuno. Non si protegge la salute, si protegge l’ordine. E l’ordine, quando non regge sulla ragione, si appoggia sulla forza.

Poi arriva il tempo, che è sempre più onesto degli uomini quando smettono di esserlo. Arriva la Cassazione e fa quello che il diritto dovrebbe fare sempre: chiamare le cose col loro nome. Quel TSO è nullo. Non era tutela della salute collettiva. Non era necessità. Non era urgenza clinica. Era violenza. Punto. Violenza resa presentabile dal lessico sanitario, resa digeribile dal clima emergenziale, resa accettabile da un coro di coscienze in modalità silenzioso.

Ed è qui che la storia smette di riguardare una mascherina e comincia a riguardare tutti. Perché quando il dissenso viene medicalizzato, quando il rifiuto diventa sintomo, quando il corpo dell’altro è usato come strumento di conferma del potere, non siamo più nel campo della sanità. Siamo nel territorio scivoloso della disumanizzazione. Quella che non urla, non sporca le mani di sangue, ma firma moduli, compila verbali, invoca “il contesto”. **Quella che dice: non è colpa mia, era necessario. La frase preferita di ogni abuso.**

La violenza gratuita non ha bisogno di cattivi. Le bastano persone convinte di essere dalla parte giusta. È per questo che è la più pericolosa. Non nasce dall’eccesso, ma dalla normalità. Non si presenta come crudeltà, ma come zelo. E lascia dietro di sé una scia di macerie invisibili: fiducia spezzata, corpi umiliati, confini spostati un po’ più in là, finché nessuno ricorda più dove fossero.[...]

La violenza gratuita è disumana perché non serve a nulla, se non a ricordare chi comanda. E quando accade sotto il pretesto della cura, è ancora peggio: perché profana la cura stessa [...].

La sentenza della Cassazione ha ristabilito un confine. Ma non basta, occorre che sia fatta giustizia, occorre che lo studente di Fano sia risarcito adeguatamente per il danno subito, occorre che siano puniti coloro che hanno causato il danno e che non hanno esitato a gettare nel rogo della loro disumanità la dignità di un innocente.

L'Oroscopo de L'Ortica

Speciale Cinema: Michele Castiello
Videorticando: Toni Moretti

Commerciale: Carlo Leonori

Fotografi e collaboratori:

Paolo Gennari, Claudia Cavallo,
Biagio Tamarazzo, Vincenzo Quondam,
Massimiliano Magro, Marco Tanfi,
Salvatore Auriemma.

Grafica: Isabel Maccari

Stampa: Gep

*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 07/01/2026

LA TECNOGABBIA



2026, LO SPARTIACQUE DIGITALE

“Il nuovo anno sarà da prendere o lasciare almeno per **robotica e Intelligenza artificiale**, bolla finanziaria o no, pilastri degli investimenti degli oligarchi **Tech** e del duello geopolitico tra blocchi **NATO e BRICS**. Ma sarà pure l’anno delle antenne **5G**, pensate per irraggiare il **90%** del territorio nazionale coi piani **Italia a 1 Giga** e **Italia 5G**, così come si preannuncia l’*annus horribilis* dei satelliti in orbita bassa con l’arrivo della terza generazione di **Starlink** e della costellazione **italiana IRIDE nello Spazio**. Non solo. Nel **2026** riconoscimento biometrico facciale (già attivo negli aeroporti), controllo delle *chat* di messaggistica e moneta digitale sono in agenda di **Commissione europea e Banca Centrale europea**, al pari dell’integrazione dell’identità digitale dell’**IT-Wallet** nell’**EUDI-Wallet di Bruxelles**. Di tutto, di più. Quindi è chiaro che il futuro che prima non c’era nei prossimi mesi potrebbe mostrarsi ancor più pervadente e pressante di quanto non lo sia stato già dal **2020** in poi con **QR Code green** su Smartphone, sensori, telecamere nelle città intelligenti e sostituzione dell’istruzione nella **Scuola 4.0** dei metaversi e realtà aumentata. Per non parlare poi della strategia del **Decennio Digitale dell’UE**, entro i prossimi **4** anni vorrebbe **on-line il 100% dei servizi pubblici** (sanità compresa).” Lo ha scritto **Maurizio Martucci**, direttore di Disconnessi, nell’editoriale sull’ultimo numero disponibile al sito www.disconnessi.info.

REPORT, NUOVO ORDINE MONDIALE

“Nella **Silicon Valley** un manipolo di miliardari vuole cambiare il mondo proponendo un **Nuovo Ordine Mondiale** da far funzionare attraverso la **tecnologia**, si basano sui **dati** con cui ci monitorano, sorvegliano e reprimono. Vogliono passare ad una nuova Era, **Elon Musk** la faccia più spendibile”: lo ha detto il giornalista d’inchiesta **Sigrifido Ranucci** in prima serata su **Rai Tre** nell’ultima puntata di **Report** nell’ambito dell’inchiesta sui **Nuovi Padroni del Mondo**. Secondo l’inchiesta di **Report** la sponda americana della **transizione digitale** sarebbe **Giorgia Meloni**, mentre **Elon Musk** trova nel 31enne informatico ed ex **hacker Andrea Stroppa** il suo intermediario in **Italia**, con l’appoggio del giornalista **Nicola Porro**.

DISCONNESSI, È PARTITA LA CAMPAGNA ABBONAMENTI

In questa fase storica contraddistinta da una transizione digitale sempre più aggressiva, risulta centrale il ruolo di Disconnessi, primo e unico giornale italiano di informazione libera e indipendente ad occuparsi in maniera privilegiata di questo tema cruciale. Dal 2026 parte la campagna abbonamenti, per uscire dal perimetro disegnato dai ingegneri sociali della TecnoGabbia e dai transumanisti del TecnoUomo. “Ci vorrebbero dietro uno schermo, con in mano un device, sterilizzati nell’inconsapevolezza di chi ignora fatti e realtà, pronti ad essere spenti con un click. E invece no. Nascendo in controtendenza e fuori dal coro manistream, Disconnessi ambisce al ritorno per l’analogico nell’uscita dalla matrix. Scelta retrò nell’Era

IL FORNO

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

“QUARTIERE ABITATO DA ROBOT UMANOIDI? ACCELERA LA DISOCCUPAZIONE TECNOLOGICA”

A Shenzhen, lo scorso dicembre, è stato presentato il progetto per il primo quartiere al mondo “robot-friendly”: un laboratorio a cielo aperto in cui dovranno convivere robot umanoidi ed essere umani. L’annuncio è arrivato durante la Guangdong-Hong Kong-Macao Greater Bay Area Artificial Intelligence and Robotics Industry Conference. Il progetto prende il nome di Guangdong Embodied Intelligence Training Ground “1+1+N” pensato per sviluppare e addestrare robot capaci di percepire, apprendere e agire nel mondo fisico in modo autonomo con l’obiettivo di costruire un’infrastruttura coordinata per lo sviluppo dell’intelligenza incarnata, ovvero quella forma di AI che interagisce con il mondo fisico attraverso corpi robotici. La novità consiste nel fatto che i robot non saranno più confinati in laboratori o spazi industriali, ma opereranno direttamente in quartieri reali, tra strade interagendo con le persone e contesti complessi. L’obiettivo dichiarato è migliorare la capacità dei robot di adattarsi, prendere decisioni e svolgere compiti utili nella vita quotidiana.

“La notizia dalla Cina non deve sorprendere, un intero quartiere abitato da robot umanoidi che possono circolare liberamente per le strade è solo l’accelerazione del programma di disoccupazione tecnologica. La transizione digitale di fatto è un attacco contro la natura, contro le libertà, contro la vita umana. Il progetto è transumanista”, lo ha detto il giornalista Maurizio Martucci intervenendo su 100 Giorni da Leoni, programma diretto da Riccardo Rocchesso.


iperconnessa? Forse, di certo un’oculata strategia disconnessa. *La resistenza richiede grandi sacrifici: il che spiega anche perché la maggior parte delle persone scelga la costrizione*, ripeteva Ernst Jünger” ha spiegato Maurizio Martucci, direttore di Disconnessi. Si parte dal prossimo numero, tre mesi prova con abbonamenti alla portata di chiunque.



Genuinità, freschezza
e alta qualità dei prodotti




Pane freschissimo artigianale,
sfiziosi dolci, panini farciti,
tramezzini, focacce,
pizzette, pasticceria dolce e salata



Siamo sempre a disposizione
per l'organizzazione di catering
e rinfreschi per feste

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

andreadelpivo@libero.it

 Il Forno Di Andrea Del Pivo

SI È CHIUSA LA PORTA SANTA



“IteJubilaemest”): l’anno giubilare si conclude con un bilancio consuntivo ampiamente positivo di gradevoli sorprese. Ha mobilitato molte più persone di quante, pure i più ottimisti, si attendevano e – cosa assai più stupefacente – ha assorbito questo surplus di partecipazioni senza scivolare in caos organizzativi. Roma e il Vaticano, dunque, hanno fronteggiato l’onda d’urto di questa “invasione”, attraverso ingranaggi e servizi pubblici, degni di una metropoli modernamente fornita, quali non pensavamo che l’Urbe possedesse. Senza trascurare, poi, non solo il fervore, ma anche la festosità che ha connotato ogni cerimonia, adunata, coro e sfilata che ha scandito i fluviali e complessi riti del Fasto. Ritengo che se Bonifacio VIII, il quale ne fu l’inventore, avesse potuto riaprire gli occhi e guardare di cosa sono stati capaci i suoi successori attuali, allora sarebbe rinvenuto di allegria.

Ciò posto e confermato, dobbiamo anche aggiungere che di questo Grande Evento abbiamo sentito la presenza e il conseguente svolgimento in ogni istante della nostra quotidianità, con la giornata dei giovani, degli anziani, dei ciclisti, dei ferrotranvieri, dei filatelici, dei numismatici e via discorrendo.

Per quel che attiene ai benefici da esso recati sotto il profilo spirituale, ossia sotto quello della Fede, ci rimettiamo a ciò che è stato dichiarato e

dichiareranno i competenti organizzatori. La figura di Papa Francesco, che lo ha indetto, e quella di Papa Leone XIV, che lo ha condotto a compimento, ne escono ingigantite, giacché i pellegrini sono accorsi a frotte, da ogni dove, soprattutto per vedere e ascoltare Loro. Irresistibile, la loro centralità ha tenuto banco sino all’ultimo atto dello spettacolare avvenimento.

Cosa c’era nelle manifestazioni di esultanza che ogni apparizione di entrambi i Pontefici suscitava? Certamente, essi hanno voluto dare ai fedeli un “sussulto”, risvegliarne le coscienze, ripristinare il senso del Trascendente, e Dio sa quanto ce ne sia bisogno! Se ci siano riusciti, immagino che se lo stiano domandando anche Loro: c’è o non c’è, nel mondo, questo ritorno, o volontà di ritorno, alla fede nella Rivelazione di Nostro Signore? A mio avviso, c’è. Non penso, però, che sia stata esclusivamente questa la molla che ha fatto scattare e portato a Roma decine di milioni di pellegrini.

Nel contesto di tale trionfo c’è stato, tangibilmente, tutto, sacro e profano; ma nel distinguere l’uno dall’altro, la Chiesa non prenderà svisite: questi conti li fa da duemila anni, anche con se stessa. Ricordiamoci soltanto che per chiuderli, gli anni non le bastano, e neppure i decenni: la sua unità di misura è il secolo. Pure nelle epoche più frenetiche, qual è quella odierna.

 **CONAD**

Dal 7 al 31 Gennaio 2026

GRANDE CONCORSO

**VINCI
SCOPRI
VINCI**

**GIOCA ORA
VINCI SUBITO**

MONTEPREMI oltre
1.500.000€

GIOCA ORA VINCI SUBITO

In palio ogni giorno oltre **7.700 PREPAGATE CONAD!**,
ed in più Grande **Estrazione Finale: 5 SPESE ANNUALI**..

Gratta e scopri subito se hai vinto una delle oltre 7.700 Prepagate Conad in palio ogni giorno.
Inoltre ogni cartolina ti permetterà di partecipare all'estrazione finale di 5 spese annuali del valore
di 6.000 € cad. Chiedi al Punto vendita o accedi al sito scoprievinci.conad.it
inserisci il codice presente nella tua cartolina per la ricevuta di ritiro e per partecipare all'estrazione.

CENTRO COMMERCIALE "LA PALMA"

LADISPOLI - Piazza G.Falcone - 06 9922 3075

IL CASTELLO E LA TORRE: RINASCONO I SIMBOLI DI LADISPOLI



STORIA, CINEMA E CULTURA: QUASI 7 MILIONI DI EURO PER AVVIARE I VARI RESTYLING

Il Castello dei Monteroni e Torre Flavia. Due simboli di Ladispoli che torneranno a nuova vita. Sarà un 2026 determinante con i lavori di restauro che proseguono a passo spedito per il Castellaccio grazie agli oltre 3 milioni e mezzo di euro finanziati dal Pnrr. L'attesa c'è, perché l'antico maniero è uno dei simboli più preziosi della città. «Devo dire – annuncia Filippo Moretti, consigliere comunale e delegato alle Aree protette – che il cantiere sta andando velocemente ora. L'esterno è quasi ultimato, il tetto è stato consolidato, così come i camminamenti e la rimozione dei vecchi intonaci. Completato anche il parcheggio e ristruttura l'ex stalla. Ho effettuato un sopralluogo nei giorni scorsi proprio per verificare da vicino l'evolversi della situazione. Tecnicamente resta ancora la parte interna, probabilmente quella più rognosa. Però ci siamo, l'opera dovrà essere consegnata nel 2026, quindi siamo fiduciosi che

ci sia un'accelerata». Appartenuta nel 1400 alla Basilica di San Pietro, fu varie volte ristrutturata e svolse per secoli la funzione di stazione di sosta, rappresentando un sicuro punto di riferimento per i pellegrini, i corrieri e i viaggiatori che si trovavano a passare per l'Aurelia e avevano bisogno di rifocillarsi, dormire o cambiare i cavalli. Nel Castellaccio soggiornarono San Paolo della Croce, il viaggiatore romantico George Dennis, l'architetto topografo Luigi Canina, Teresa Caetani, duchessa di Sermoneta, e il poeta Giuseppe Gioacchino Belli che al suo interno venne anche arrestato. Insomma personaggi illustri della Penisola. Ospitò gli sfollati durante la II° Guerra mondiale e ci furono pure delle nascite. La struttura è però diventata celebre per essersi trasformata nel set cinematografico de "La grande guerra", storico film di Mario Monicelli con protagonisti Alberto Sordi e Vittorio Gassman. Una



scelta che assicurò a molti residenti dell'epoca una paghetta semplicemente recitando come comparse. C'era povertà e grazie a quel film numerosi ladispolani riuscirono ad andare avanti per un po' di tempo accumulando qualcosa da mangiare e comprando vestiti. Il Castellaccio, una volta aperto, aprirà ad esposizioni, congressi, matrimoni, mostre d'arte e altri tipi di eventi. Avrà una funzione polifunzionale. La storia nella storia. Nel 2016 durante un normalissimo scavo vennero trovati dei resti della civiltà romana e in poche settimane la soprintendenza del Lazio e dell'Etruria Meridionale, in collaborazione con lo stesso Comune, portò alla luce un intero villaggio sotterraneo tra scheletri, strade, pozzi, monete e tanti altri reperti. Poi i cantieri si fermarono per mancanza di contributi e alla fine quella città rimase sotterranea custodendo tutti i suoi segreti. **Torre Flavia** e il restyling che avverrà grazie a circa 3 milioni di euro del Governo. L'intervento punta al recupero strutturale dell'antica torre costiera –e alla sua trasformazione in un museo corredato da percorsi multimediali. La durata dell'intervento è stimata in 450 giorni. La Torre, riportata sul gonfalone del Comune, è stata attaccata dalle mareggiate ed è crollata parzialmente tanto da essere messa a rischio la sua stabilità. Nel finanziamento complessivo della Presidenza del Consiglio dei Ministri (il decreto denominato "Bellezz@-Recuperiamo i luoghi culturali dimenticati") ci sono anche circa 730mila euro che il municipio ha ottenuto accendendo un mutuo presso la Cassa depositi e prestiti. Rispetto ai costi iniziali, il comune ladispolano ha dovuto fare i conti con le revisioni dei prezzi. Da anni ormai è impedito l'accesso alle persone in un raggio di 10 metri. Niente più foto a ridosso del sito, neanche per immortalare un tramonto. Il manufatto di epoca romana, utilizzato dai soldati come postazione strategica di difesa, fu danneggiato dai bombardamenti nella Seconda Guerra Mondiale a maggio del 1943. Il monumento, realizzato nel 1550 dallo Stato Pontificio, ha perso tantissimi mattoncini della propria cortina laterizia a causa dell'avanzata del mare.



**NEL BORGO STORICO
DI CERVETERI**

**GASTRONOMIA
APERITIVI E CUCINA LOCALE**

**ALIMENTARI
CON PRODOTTI DEL TERRITORIO**



**VIA AGILLINA, 28
INFO E PRENOTAZIONI
3280222424**

CAMBIA LA VIABILITÀ DOPO L'ALLARGAMENTO DEL SUPERMERCATO

TRAFFICO SEMPRE PIÙ IN TILT



CAOS A CERVETERI TRA FONTANA MORELLA E AURELIA SVINCOLO PROMESSO SOLO A PAROLE

Il supermercato è pronto a diventare più grande, i sensi di marcia cambiano e l'Aurelia è destinata ad andare ancora più in tilt. A Cerveteri il caos già regna sovrano tra via Fontana Morella e la statale e le cose dal punto di vista della viabilità andranno sempre peggio. Il fatto di far svoltare a destra i clienti all'uscita dal parcheggio (una manovra che obbligherà i cittadini ad un giro interminabile quando l'Aurelia è davvero a due metri) è figlio di scelta passate da parte del Comune e questo va detto. Prima la variante urbanistica per la nascita di un centro commerciale a fianco alla cantina sociale. Poi la realizzazione della sesta farmacia comunale. È anche normale ora che nuovi progetti privati (legittimi naturalmente) andranno però ad ingolfare un'area da cerchiare con il rosso dove si rischiano incidenti tutti i giorni e dove la circolazione spesso e volentieri si blocca. Per questa ragione è già partita una raccolta firme da parte dei residenti esasperati per le scelte politiche che a Cerenova e Campo di Mare spesso hanno fatto discutere, come la pista ciclabile ad esempio. Intanto il supermercato deve risolvere le sue grane in quanto l'inaugurazione, che doveva esserci a fine dicembre, è slittata. La società Eurospin ha richiesto l'autorizzazione per l'ampliamento di media struttura di vendita presso l'immobile tra l'Aurelia e via Fontana Morella e il documento è anche consultabile sull'Albo pretorio. Ma iter a parte, che magari si concluderà a breve, restano i dubbi sul futuro di questa zona ritenuta poco sicura dagli automobilisti. E non è l'unica a Cerveteri perché va aggiunta, ad esempio, via

Settevene Palo all'altezza dello svincolo con l'autostrada Roma-Civitavecchia, altro punto maledetto. In questi anni si è parlato di uno svincolo verso nord per far defluire le auto ma solo a parole perché la giunta comunale ancora non ha annunciato mezza novità su questo fantomatico progetto. Così come la rotatoria nei pressi della A12. «Chiediamo alle istituzioni – scrive pubblicamente Romina – di rivedere la viabilità in via Fontana Morella ripristinando le precedenti indicazioni stradali». Da oggi in poi chi decide di entrare nel parcheggio del supermercato non può tornare indietro verso l'Aurelia ma andare in direzione del centro abitato effettuando un giro lunghissimo e creando più code. Un trambusto giornaliero anche per chi accede nell'altro lato. «Questo incrocio di via Fontana Morella con la via Aurelia – denuncia Piero Moscardini - è la dimostrazione di una poco saggia pianificazione della viabilità. Regna il caos totale. L'Anas e il sindaco di Cerveteri hanno responsabilità. Bisogna subito avvisare Polizia stradale, Carabinieri e Vigili del fuoco». Sbotta il comitato di zona Cerenova-Campo di Mare. «Una prova di follia ceretana – commenta Enzo Musard, presidente -, un problema annoso via via aggravato con l'incremento delle nuove attività commerciali. A mio parere, il Comune ha evidenziato un'insipienza incredibile, consentendo quelle trasformazioni, senza prevedere concreti interventi sulla viabilità. Della rotonda in quell'incrocio si parla da molti anni, tanto che era inserita nel piano, presentato dall'ex sindaco Pascucci».

È ARRIVATA LA FIDELITY CARD ANIMALLS

La carta che premia te e il tuo pet 🐾



COME FUNZIONA?

- 📍 Accumuli punti ad ogni acquisto
- 📄 I punti diventano sconti
- 📁 Offerte e promozioni riservate solo ai possessori della card

PERCHÉ FARLA?

- ✓ È gratuita
- ✓ Si attiva subito in negozio
- ✓ Più acquisti, più risparmi



CHIEDILA ORA IN NEGOZIO



Non perdere i vantaggi riservati ai clienti AniMalls

VIA DELLA LEGA, 29/33 - CERVETERI

Tel 0656559771

FRANE ALLE CASCATELLE DI CERVETERI PAURA PER GLI ESCURSIONISTI

**DEI MASSI SI SONO STACCATI
DALLA PARETE: SENTIERI
A RISCHIO. E LE PERSONE
CONTINUANO A PERDERSI**



Dei massi tufacei si sono staccati nel periodo di Natale sulla salita del Ceraso alle Cascatelle. Delle avvisaglie c'erano state anche la settimana prima. Si è trattato di una tragedia sfiorata nella periferia cerveterana in uno dei luoghi più suggestivi e richiamo di turisti specialmente nel week end. Per fortuna non si trovava nessuno nel momento in cui si è sbriciolata parte della parete che sovrasta uno dei sentieri naturalisti etruschi. I primi avventurieri impegnati in una giornata di trekking si sono trovati di fronte a quei pezzi di costone sul percorso del camminamento. E alcuni di loro hanno pubblicato sui social le immagini del dissesto dovuto con probabilità alle piogge che erano cadute nei giorni precedenti. «Difficile stabilirlo – racconta un escursionista – ma queste enormi pietre sono rotolate a valle in una stradina comunque trafficata da sportivi e amanti della natura. È un bel guaio se la parete rocciosa non dovesse essere più stabile. Poi vicino ci sono le condutture dell'acqua, nuove rovinose cadute di macigni potrebbero creare danni». Al momento la strada è ancora aperta e, in caso di maltempo, potrebbero verificarsi ulteriori smottamenti. Polizia locale e Protezione civile sono state già allertate a Cerveteri. Come confermato da Cinzia Luchetti, a capo della Municipale di via Friuli, sarà necessaria una verifica di stabilità dell'intera parete rocciosa. È un punto impervio e bisognerà capire anche come rimuovere tutti i detriti visto che mezzi pesanti non transitano da qui. Ma la cosa importante ovviamente è scongiurare altre

frane. Gli escursionisti potrebbero avventurarsi ancora, ecco perché le Cascatelle mai come oggi sembrano così insicure e in molti da queste parti fanno il paragone con la frazione di Ceri. Il 3 ottobre 2024 si staccarono dei grandi massi dalla rupe tufacea franando su via di Ceri. Ad oggi non è stato effettuato alcun intervento per mettere in sicurezza la parete che si era sbriciolata sotto i colpi della pioggia. Nessun progetto all'orizzonte per far tornare la strada percorribile dagli automobilisti e l'impressione è che ci vogliano ancora parecchi anni.

Le disavventure. Tornando alle Cascatelle c'è da risolvere pure la questione delle continue ricerche a persone. Di due giovani si sono perse le tracce recentemente e il lieto fine è arrivato solo dopo quasi 5 ore. I salvataggi nel 2025 sono stati tantissimi come l'anno precedente in un luogo dove è facile perdere l'orientamento e restare intrappolati. Proprio come questi due 25enni che avevano deciso di avventurarsi nell'area boschiva nel pomeriggio non trovando però la via del ritorno. Avevano raggiunto via dei Vignali in auto e da lì l'ascesa nei sentieri naturalistici. Non ricevendo più notizie, e trovando i loro telefonini irraggiungibili, le rispettive famiglie hanno attivato il 112. Sul posto i carabinieri della stazione locale e i vigili del fuoco di Cerenova con i colleghi del soccorso Alpino. Soltanto alle 21 sono stati raggiunti i ragazzi e ricondotti alle loro macchine in ottime condizioni anche se infreddoliti per il clima rigido nella macchia.



Via Settevene Palo 1G CERVETERI

06 9837 6097



King Drive



Wifi



Parcheggio



**Feste
di compleanno**



Play King



Delivery

**una fiamma
che griglia
nel mondo
dal 1954**



RACCOLTA ALIMENTARE

Cerveteri . Sabato 10 gennaio per l'intera giornata al Supermercato Carrefour in Largo A. Loreti n.2 maxi-raccolta di generi alimentari di prima necessità per le famiglie in difficoltà del territorio, organizzata con Croce Rossa Italiana – Comitato Locale S. Severa / S. Marinella. Donare prodotti a lunga conservazione.

MODIFICHE ALLA CIRCOLAZIONE

Orte-Fiumicino Aeroporto. Dal 9 gennaio al 1° marzo 2026, per lavori di manutenzione sulla rete tra Poggio Mirteto e Fara Sabina, alcuni treni del Regionale di Trenitalia possono subire modifiche di orario e cancellazioni. Informazioni di dettaglio disponibili su www.trenitalia.com.

BONUS IDRICO ACEA ATO 2

Cerveteri. Agevolazioni sulle bollette dell'acqua per le famiglie in condizioni di disagio economico e sociale. E' attivo il Bonus anche nel comune di Cerveteri. La richiesta può essere presentata entro il 31 dicembre 2026, esclusivamente online, compilando l'apposito modulo disponibile sul sito di Acea.

MODIFICA DELLA VIABILITÀ IN VIA DELLA STAZIONE DI PALIDORO

L'Amministrazione comunale di Fiumicino ha approvato una modifica definitiva alla disciplina della circolazione in Via della Stazione di Palidoro, una strada strategica di collegamento tra la SS1 Via Aurelia e il parcheggio della stazione ferroviaria. Intervento reso indispensabile dalle criticità: introduzione del divieto di fermata su entrambi i lati della carreggiata. Via della Stazione resterà a doppio senso di marcia, ma con condizioni di maggiore sicurezza per tutti gli utenti della strada.

CONCORSO PUBBLICO

Cerveteri. Pubblicati i concorsi per istruttori contabili, amministrativi, vigili e tecnici al Comune di Cerveteri. Sul sito istituzionale e sulla piattaforma Inpa la modulistica completa e le credenziali di accesso. Scadenza: 23 gennaio 2026. Assunzioni a tempo pieno e indeterminato.

PREMIO LETTERARIO INTERNAZIONALE "TUSCIA LIBRIS" 2026

Arrivato alla sua 7ª edizione. Il concorso è riservato alle categorie racconti, poesie e fotografie della Tuscia, e si articola in 4 sezioni. Sarà possibile inviare le proprie opere fino al 30/04/2026. Potranno partecipare concorrenti da ogni parte del mondo purché le opere vengano inviate tradotte in italiano.



AMBULATORIO VETERINARIO

Dir. Sanitario Dott. De Angelis Pio

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

A LADISPOLI SI RICOMINCIA A PARLARE DI BARRIERE SOFFOLTE E DI PORTO

La generosa somma che il Comune riceverà dalla Regione è di circa 10 milioni di euro e prevede una lunga barriera sommersa da Torre Flavia fino a San Nicola.

L'opera, che dovrebbe combattere l'erosione delle nostre spiagge, potrebbe a lungo andare, dimostrarsi inefficiente e addirittura pericolosa per i bagnanti, con un aumento vertiginoso dei costi di manutenzione. Inoltre, si potrebbe verificare un allungamento delle spiagge non protette, a causa dello spostamento di detriti, andando a migliorare la situazione di spiagge adiacenti a Ladispoli. Palazzine costruite nel secolo scorso a ridosso delle spiagge e il mare che continua ad avanzare, dimostrano facilmente che questo progetto è più un'ostinazione contro natura piuttosto che una scelta sensata. Si è tornato anche a parlare di porto, senza però esserci un progetto. L'unica cosa che sappiamo è che la Regione ha approvato la realizzazione di un porto turistico (con circa 300/400 posti barche).

Il luogo scelto è quello di Porto Pidocchio, a ridosso del fiume Vaccina.

Secondo le carte in nostro possesso, nascerebbe in un'area "rossa" cioè a forte rischio idrogeologico. Il Vaccina è da sempre, un pericolo per la città: dal quartiere Miami, passando per via Firenze, sono ancora vive le immagini degli allagamenti degli anni passati.

Chiediamo pertanto di rivedere questi progetti che potrebbero presto rivelarsi inefficienti ed onerosi, sulle spalle di noi cittadini.

Crediamo sia necessario ripensare i rimessaggi delle barche, servizio che avviene con gru e trattori, e migliorare le spiagge, cominciando ad eliminare muri e cabine che impediscono ai cittadini persino di guardare il mare, ed offrire più servizi anche sulle spiagge libere, oltre che in città. La vocazione turistica, per ora rimasta inespressa, si dimostra anche migliorando i servizi per i propri cittadini, primi fruitori delle spiagge, costretti a spostarsi su altri lidi alla ricerca di mare pulito, mobilità sostenibile e rispetto delle regole.

Collettivo Adelante
Movimento 5 Stelle Ladispoli
Sinistra Italiana Litorale Nord "Mahsa Amini"



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



 Ferri Carni

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

LEGGE DI BILANCIO: LA DONNA COME UN "CAREGIVER" NATURALE



DA INDIVIDUO PRODUTTIVO A PERNO DEL NUCLEO FAMILIARE

La Legge di Bilancio 2026 introduce novità che toccano la figura della donna: sostegno alla maternità, incentivi all'occupazione e previdenza. Le misure previste (Bonus Mamme, decontribuzione per chi ha figli, congedi parentali), considerano la donna principalmente nella sua funzione riproduttiva e di cura. Anziché come persona produttrice di ricchezza.

Sostegno alla maternità e famiglia.

Il governo ha rafforzato il pacchetto famiglia, puntando a trasformare alcune misure temporanee in interventi più strutturali.

Bonus mamme lavoratrici: l'importo sale da 40 a 60 euro mensili destinato alle madri con almeno due figli e un reddito ISEE non superiore a 40.000 euro. Per chi ha tre o più figli, il beneficio si estende fino al 18° anno di età del figlio più piccolo.

Congedo parentale potenziato: viene confermata l'indennità all'80% della retribuzione per tre mesi complessivi (da fruire entro i 6 anni del bambino). Inoltre, il limite di età per richiedere i congedi parentali facoltativi viene innalzato da 12 a 14 anni.

Malattia del figlio: I giorni di permesso non retribuito per assistere i figli malati passano da 5 a 10 giorni all'anno per i genitori con figli tra i 3 e i 14 anni.

Bonus nuovi nati: confermato il contributo una tantum per ogni nuovo nato, sempre con limite ISEE a 40.000 euro.

Lavoro e occupazione femminile.

L'obiettivo dichiarato è ridurre il gender gap occupazionale: per le aziende che assumono donne disoccupate da oltre 12 mesi o donne con almeno tre figli (disoccupate da almeno 6 mesi), è previsto uno sgravio contributivo fino al 100% per 36 mesi (con un tetto massimo di circa 8.000 euro annui); Spinta al part-time e smart working: la manovra introduce incentivi per i datori di lavoro che facilitano il rientro delle madri dopo il congedo tramite regimi di lavoro flessibile o orari ridotti concordati.

Previdenza e Opzione Donna.

Il punto più dibattuto della manovra. Per il 2026, Opzione Donna non sarà più disponibile per nuove domande. Potranno accedervi solo coloro che hanno maturato i requisiti (35 anni di contributi e 61 anni di età, riducibili per figli) entro il 31 dicembre 2024. Il governo punta a sostituire questa flessibilità con un potenziamento della previdenza integrativa (deduzioni fino a 6.000 euro) e con il riconoscimento di "bonus contributivi" legati ai periodi di cura e maternità, ancora in fase di definizione tecnica.

L'addio a Opzione Donna riduce le possibilità di uscita anticipata per le lavoratrici.

In poche parole la Legge mette al centro la maternità più che la donna come lavoratrice indipendente. Se da un lato i sostegni economici e i congedi aiutano chi ha

TIEFFE

La qualità del prodotto

MADE IN ITALY

già una famiglia, dall'altro la stretta sulle pensioni anticipate penalizza le lavoratrici più anziane o chi svolge lavori di cura non riconosciuti. La sfida resta l'implementazione della Certificazione della Parità di Genere per le imprese, che dovrebbe agire sulla cultura aziendale e sui salari, punti su cui la manovra interviene solo indirettamente attraverso la riduzione dell'IRPEF.

La pensione diventa un "premio" per la maternità, non un diritto maturato per il lavoro svolto. Chi ha dedicato la vita alla professione senza avere figli si trova a dover lavorare fino a 67 anni, senza più "scivoli" dedicati.

Il modo in cui lo Stato decide di investire.

Lo Stato interviene per compensare il costo di un figlio, sperando di invertire il calo demografico. Il limite: se non hai figli, sei quasi invisibile. Una donna single, una coppia senza figli non riceve alcun beneficio diretto, nonostante paghi le tasse e partecipi all'economia allo stesso modo. Mentre una politica che punta sulla donna lavoratrice (a prescindere dai figli) investirebbe su altri pilastri, che in questa manovra appaiono secondari o assenti. Parliamo di servizi universali come asili nido gratuiti e aperti fino a tardi per permettere alla donna di fare carriera. La parità salariale che in Italia è ancora una chimera. Incentivi verso settori ad alto reddito come tecnologia e ingegneria dove la presenza femminile è bassissima. Altro che 60 euro in busta paga (bonus Mamme).

Un segnale chiaro della direzione intrapresa è Opzione Donna: era una via d'uscita per chi aveva carriere discontinue o usuranti, legata alla storia contributiva della lavoratrice. Ora l'accesso alla pensione anticipata è stato progressivamente legato al numero di figli (più figli hai, prima esci).

Puntare solo sulla "mamma" rischia di produrre povertà: senza i servizi i bonus economici non bastano. Molte donne finiscono per usare quei soldi per restare a casa o ridurre l'orario (part-time involontario), uscendo dal mercato del lavoro e diventando economicamente dipendenti dal partner. Inoltre, le aziende potrebbero essere meno propense ad assumere donne giovani se gli incentivi sono tutti focalizzati sulla maternità. Manca una visione che separi il desiderio di genitorialità (che è una scelta libera) dal diritto all'autonomia economica (che è un pilastro della cittadinanza). La manovra attuale vede la donna come un "caregiver" naturale, delegando alla famiglia compiti che dovrebbero essere dello Stato.



PRODUZIONE INFISSI LAVORAZIONI IN FERRO

PORTE BLINDATE / PORTE IN LEGNO
INFISSI IN ALLUMINIO / 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



REPORT 2025 DEL SINDACO ELENA GUBETTI

Il 2025 è stato un anno complesso dal punto di vista politico, ma estremamente significativo sotto il profilo amministrativo. Un anno in cui, con atti ufficiali, graduatorie pubbliche e finanziamenti certificati, abbiamo dimostrato che Cerveteri è una città capace di attrarre risorse e trasformarle in opere, servizi e opportunità concrete per la comunità.

In soli sei mesi abbiamo intercettato oltre 7 milioni di euro attraverso bandi regionali, nazionali ed europei, senza gravare sul bilancio comunale. Risorse che stanno già producendo risultati tangibili. Siamo risultati primi in Italia nel bando "Sport e Periferie", ottenendo 3 milioni di euro per la realizzazione del primo Palazzetto dello Sport della storia di Cerveteri, un risultato storico che ci colloca al vertice della graduatoria nazionale. Abbiamo messo al centro scuole e famiglie: sono stati avviati i lavori per due nuovi asili nido comunali, che garantiranno 100 nuovi posti per i bambini da 0 a 3 anni, e ottenuti 1,5 milioni di euro di fondi FESR per la riqualificazione energetica della scuola di Via Castel Giuliano a Cerenova, con interventi su comfort, sicurezza ed efficienza energetica. Su Campo di Mare: oltre 1 milione di euro per la riqualificazione delle principali strade di accesso al mare e per l'abbattimento delle barriere architettoniche, 480 mila euro per la riqualificazione di Via dei Cipressi e la realizzazione di un nuovo parcheggio. A questo si aggiunge il rilascio dei condoni edilizi, che ha chiuso una vicenda ferma da decenni e portato oltre 1 milione di euro di introiti accertati. Sempre a Campo di Mare, abbiamo concluso un iter durato anni che ha portato al passaggio definitivo ad Acea delle reti idriche e fognarie. Un altro importante risultato riguarda il Borgo di Ceri, per il quale l'Amministrazione si è aggiudicata 1 milione e 300 mila euro di

finanziamento ministeriale destinato alla messa in sicurezza e al restauro della Porta Monumentale, del costone tufaceo e all'abbattimento delle barriere architettoniche. Dal 2025 abbiamo scelto di dare una risposta strutturale al tema delle strade, programmando 1 milione di euro all'anno per le riasfaltature. Il Piano Asfalti 2025 ha interessato tutto il territorio comunale – Cerveteri capoluogo, Cerenova, Campo di Mare e la frazione del Sasso – con numerosi interventi già realizzati e ulteriori progetti per circa 950 mila euro già approvati. Abbiamo investito con decisione su politiche giovanili, cultura ed eventi. Per la prima volta nella sua storia, Cerveteri ha ottenuto 280 mila euro per le politiche giovanili, destinati alla realizzazione di un Centro di Aggregazione Under 35. Il 2025 è stato anche l'anno del primo Campus Etruria, finanziato da Disco Lazio con 84 mila euro, quattro giorni dedicati alla formazione e all'orientamento dei nostri studenti. [...]. Abbiamo continuato a lavorare sulla pianificazione urbanistica, con l'avanzamento della VAS della Variante Generale al Piano Regolatore, l'approvazione del PEBA e l'avvio della stesura del Piano Urbano del Traffico, per una città più ordinata, inclusiva e accessibile. Grande attenzione è stata riservata anche all'ambiente: Cerveteri è stata premiata come Comune Riciclone, è stato definitivamente dismesso il depuratore di Campo di Mare collegandolo a quello di Cerveteri, e consegnato ad Acea anche il depuratore del Sasso, completando il passaggio di tutti gli impianti al gestore unico. Infine, abbiamo rafforzato la macchina amministrativa, attivando sei procedure concorsuali per nuove assunzioni e valorizzando il personale comunale attraverso progressioni professionali. A chi afferma che "non è stato fatto nulla".



GRANDI MAGAZZINI ITALIANI

LA FIERA DEL BIANCO



SOTTO PREZZO

SUPER PREZZO
99,00

AKAI TV 32 POLLICI SMART FRAMLESS



SOTTO PREZZO

SUPER PREZZO
4,99

PHONE MASTER 2100W MOTORE DC



SUPER PREZZO
2,99

AMMORBIDENTE LENOR CONCENTRATO 55LAV VARI TIPI



SUPER PREZZO
1,69

BAGNO FELCE AZZURRA 650ML VARIE PROFUMAZIONI



visto in tv

STENDINO INFINITY FLEX 30 METRI ESTENSIBILE

SUPER PREZZO
37,90



-20% SOTTO PREZZO

SUPER PREZZO
194,00

AKAI LAVATRICE 8 KG



SOTTO PREZZO

SUPER PREZZO
269,00

AKAI ASCIUGATRICE 9 KG CLASSE E

AGGIUNGI **1€** ALLA TUA SPESA! Ad ogni scontrino SUPERIORE A 30€ E RICEVI SUBITO



TAZZINE MIN CLEAR 6PZ 90ML

6 PEZZI

SUPER OFFERTE DEDICATE A TE!
PER TE 100 PUNTI OMAGGIO AL MOMENTO DELL'ACQUISTO

ISCRIVITI ANCHE TU!



Scaricabile su Google Play e App Store



Scarica l'App inquadrando il QR code.

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

VALIDE DALL'8 AL 17 GENNAIO 2026
salvo esaurimento scorte

<p>FFERTA 1,69</p> <p>ARIA SPRAY 400ML</p>	<p>FFERTA 1,49</p> <p>DOMS BARATTOLO GOMME ME DUST FREE 20PZ</p>	<p>STAEOTLER</p> <p>FFERTA 2,19</p> <p>STAEOTLER GOMME MARS 2PZ</p>	<p>SUPER PREZZO 1,29</p> <p>STAEOTLER PENNA SFERA 2PZ BLU/ NERO / ROSSA</p>	<p>STABILO</p> <p>FFERTA 2,88</p> <p>EVIDENZIATORE 4PZ NEON</p>	<p>SUPER PREZZO 1,69</p> <p>MATITE FLUO CON GOMMA 6PZ</p>	<p>FFERTA 2,99</p> <p>EVIDENZIATORE SWING NEON/PASTELLO 4PZ</p>	
<p>FFERTA 0,79</p> <p>DOMS PENNARELLI 12 COLORI</p>	<p>FFERTA 1,69</p> <p>EVIDENZIATORI MINI NEON/ PASTELLO 6PZ</p>	<p>GIOTTO</p> <p>FFERTA 1,29</p> <p>GIOTTO PENNARELLI TURBOCOLOR 12PZ</p>	<p>GIOTTO</p> <p>FFERTA 2,79</p> <p>GIOTTO PENNARELLI TURBOMAXI 12PZ</p>	<p>GIOTTO</p> <p>FFERTA 2,99</p> <p>GIOTTO PASTELLI STILNOVO 12PZ</p>	<p>FFERTA 0,99</p> <p>BIC PENNA A SFERA 4PZ COLORI ASSORTITI</p>	<p>FFERTA 2,29</p> <p>BIC PENNA CRYSTAL 10PZ NERA/BLU/ ASSORTITA</p>	<p>FFERTA 1,79</p> <p>BIC PENNA ORIGINAL/SKINE 4 COLORI</p>
<p>Maurys</p> <p>SUPER PREZZO 0,99</p> <p>MAURYS CORRETORE A NASTRO 5MMX10CM</p>	<p>MAURYS</p> <p>MAURYS COLLA STICE VARI FORMATI</p>	<p>MAURYS</p> <p>FFERTA 1,29</p> <p>MAURYS PENNA SCATTO CANCELLABILE BLU/NERA/ROSSA/VERDE RICARICABILE</p>	<p>MAURYS</p> <p>FFERTA 2,88</p> <p>MAURYS CUCITRICE - 3600 PUNTI METALLICI COLORI ASS</p>	<p>MAURYS</p> <p>FFERTA 1,49</p> <p>MAURYS CUCITRICE PASSO 16 TINTA UNITA</p>	<p>MAURYS</p> <p>FFERTA 1,39</p> <p>MAURYS CORRETORE A PENNA 1PZ</p>		
<p>Maurys</p> <p>TUTTO A 0,69</p> <p>MAURYS ETICHETTE ADESIVE GIALLO FLUO 180PCS MISURE ASSORTITE</p>	<p>OCEAN PENNA CLIP A SFERA 6PZ</p>	<p>OCEAN PENNE 16PZ ASSORTITE</p>	<p>OCEAN PENNARELLI 12PZ ASSORTITI</p>	<p>MAURYS MATITA CON GOMMA ASSORTITE</p>	<p>FFERTA 1,89</p> <p>PAPER MATE CORRETORE NEEDLE A PENNA/ NASTRO DRYLINE GRIP</p>	<p>FFERTA 2,49</p> <p>REPLAY PENNA CANCELLABILE 1PZ</p>	
<p>OCEAN ATTACHE ACCIAIO VARIE MISURE COLORI ASSORTITI</p>	<p>OCEAN ELASTICI 100PZ MISURE/ COLORI ASSORTITI</p>	<p>OCEAN CLIP BLOCCANTI 8PZ COLORI ASSORTITI</p>	<p>PUNTIME ASSORTITE 110PZ</p>	<p>MAURYS TEMPERAMATITE IN METALLO 2PZ</p>	<p>MAURYS GOMME BIANCHE 1PZ</p>	<p>MAURYS DISPENSER NASTRO ADESIVO -J BOTOLI</p>	
<p>tratto</p> <p>FFERTA 0,89</p> <p>TRATTO MARCATORE PERMANENTE NERO/BLU/ROSSO</p>	<p>FFERTA 0,79</p> <p>TRATTO EVIDENZIATORE COLORI ASSORTITI</p>						

TERRANOVA

BRACCIANO

Collezioni: Donna | Uomo | Bambino | Intimo

OGNI
10€
DI SPESA

ACCUMOLI 1 PUNTO
1 punto = 1€ di sconto
sul prossimo acquisto
*utilizzabile per tutto il 2024



NUOVO PARCO
COMMERCIALE

BRACCIANO (accanto Eurospin)
VIA SETTEVENE PALO/VIA DELLA MACCHIA

APERTO



DEL RISPARMIO



<p>OFFERTA 19.90</p> <p>DISTRUGGI DOCUMENTI</p>	<p>SUPER PREZZO 1.99</p> <p>RACCOLTORE DORSO 8CM COLORI ASSORTITI</p>	<p>OFFERTA 3.30</p> <p>PAPERITA CARTA PER FOTOCOPIE A4</p>	<p>OFFERTA 0.88</p> <p>MONOCROMO QUADERNO A4 RIGHE E COLORI ASSORTITI</p>	<p>30% 3.89 2.49</p> <p>XOFFICE QUADERNO SPIRALE A4 48 FOGLI COLORI ASSORTITI</p>
<p>OFFERTA 0.99</p> <p>MAURY'S PORTALISTINO 29 TASCHE</p>	<p>OFFERTA 1.99</p> <p>MAURY'S BUSTA FORATA A4 54F2 49MICRON</p>	<p>OFFERTA 2.29</p> <p>PORTAPROGETTI CON ELASTICO DORSO 9CM</p>	<p>50% 1.50 1.00</p> <p>MAURY'S PORTADOCUMENTI 11TASCHE 14X19CM</p>	<p>OFFERTA 0.95</p> <p>MAURY'S RACCOLTORE AD ANELLI DORSO 2CM</p>
<p>OFFERTA 2.69</p> <p>OCEAN ARCHIVIO A SOFFIETTO 13 TASCHE</p>	<p>OFFERTA 3.29</p> <p>MAURY'S ARCHIVIO A SOFFIETTO CON MANGLIA 11X21,5X4CM</p>	<p>OFFERTA 6.99</p> <p>BOX E CARTELLE PORTADOCUMENTI CON ELASTICO COLORI ASSORTITI</p>	<p>OFFERTA 1.99</p> <p>BAMBLOC RICAMBIO A4 48 FOGLI ASSORTITI</p>	<p>OFFERTA 1.99</p> <p>MAURY'S CARTELLINA 3 LEMBI CON ELASTICO 18,5X26,5X3,5CM</p>

Maurys

TUTTO A 0,69

<p>OCEAN CARTELLINA RIGIDA C/BOTTONE A5E</p>	<p>MAURY'S RILEGATURA 4PZ</p>	<p>MAURY'S 6 DIVISORI COLORATI A4</p>	<p>MAURY'S CARTELLINA CON ELASTICO 14X29CM</p>
<p>OCEAN FOGLIETTI ADESIVI TRASPARENTI VARIE MISURE COLORI ASSORTITI</p>	<p>MAURY'S SEGNAPREZZO FLUO COLORI ASS.</p>	<p>MAURY'S CARTELLINA CON ELASTICO ANGOLARE 32X24,5CM</p>	<p>OCEAN CARTELLINA RIGIDA CON FERMAFOGLI</p>
<p>OCEAN AGENDINA 60 PAGINE</p>	<p>MAURY'S BUSTE CON BOTTONE COLORI ASSORTITI</p>	<p>MAURY'S BUSTA ZIPPER A4 COLORI ASSORTITI</p>	

Color your life.

Seguici su



#terranovastyl



Reparto
DETERSIVO



IL NUMERO **1** DEL RISPARMIO

30 VALAGGI DETERSIVO LAVATRICE DASH 60 VALAGGI

FFERTA 8,99

UN LENOR UNSTOPPABLES 495 gr VARI TIPI

FFERTA 7,99

DASH PODS 19 LAVAGGI VARI TIPI **FFERTA 4,99**

DASH PODS 39 LAVAGGI VARI TIPI **FFERTA 7,99**

VERNEL AMMORBIDENTE CONCENTRATO VARNEL VARIE PROFUMAZIONI LT 1,2

FFERTA 1,99

FELCE AZZURRA AMMORBIDENTE 2LT 40 LAVAGGI VARI TIPI **40 lavaggi**

FFERTA 1,69

FAIRY 3X ACTION GEL LAVASTOVIGLIE FAIRY PLATINUM 900 ML VARI TIPI

FFERTA 4,79

FAIRY 3X ACTION CAPS FAIRY ALL 35 LIMONE CAPS SERIE PLATINUM VARI TIPI

1+1 GRATIS

FFERTA 9,88

MAXI FORMATO COCCOLINO PROFUMATORE BUCATO COCCOLINO ELIXIR 620 ML VARI TIPI

FFERTA 5,69

SOFLAN DETERSIVO LIQUIDO SOFLAN 900 ML

FFERTA 1,99

WC NET WC NET GEL 3X700ML VARI TIPI

FFERTA 2,49

CONFEZIONE RISPARMIO CAPS FINISH QUANTUM ALL 135 PZ CAPS FINISH ULTIMATE ALL 125 PZ

FFERTA 16,99

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

VALIDE DALL'8 AL 17 GENNAIO 2026

salvo esaurimento scorte



CIVITAVECCHIA LA SALVAGUARDIA DI PIAZZA REGINA MARGHERITA

La mobilitazione civica a Civitavecchia, guidata dal Comitato "Salviamo gli alberi" e dall'Ass. Forum Ambientalista, ha portato alla sospensione dell'abbattimento dei lecci in Piazza Regina Margherita. Grazie a 2.500 firme e alla sollecitazione della Soprintendenza, l'intervento previsto per il 3 gennaio è stato bloccato per avviare un tavolo di confronto. I promotori sottolineano che gli alberi sono sani, rappresentano la memoria storica della città e meritano il riconoscimento di "alberi monumentali". L'obiettivo è rimodulare il progetto di riqualificazione della piazza, preservandone l'identità e il patrimonio verde, dimostrando che la partecipazione e il dialogo possono portare a soluzioni sostenibili. Alla luce delle normative correnti lo scenario acquisisce nuove sfumature, nel 2026, l'iter per il riconoscimento come "alberi monumentali" è semplificato e rafforzato da direttive europee più stringenti sulla biodiversità urbana e la tutela del patrimonio arboreo storico. La classificazione offre tutele legali. L'obiettivo non è solo salvare gli alberi, ma integrare la loro presenza come elemento chiave per la resilienza climatica della piazza (mitigazione del calore, gestione delle acque). Mantenere l'identità di piazza Regina Margherita attraverso il dialogo.

"Noi, dal canto nostro, continueremo a difendere gli alberi, il paesaggio e l'identità di Piazza Regina Margherita, convinti che proteggere il verde significhi proteggere noi stessi e la memoria dei luoghi che chiamiamo casa"

Comitato "Salviamo gli alberi" Civitavecchia



FRUTTILANDIA 2.0
Arrivi giornalieri di stagione

FRUTTA E VERDURA LOCALE
CONSEGNE A DOMICILIO
ARRIVI GIORNALIERI

LADISPOLI
LARGO DOMIZIANO, 17 (PIAZZA DOMITILLA)
INFO: 333.469921

NUOVO PUNTO VENDITA

VIA GLASGOW, 58 INFO: 3517238325

**LABORATORIO DI CUCINA
CON PIATTI PRONTI
E DOLCI ARTIGIANALI**

BUFFET PERSONALIZZATI



I CAVALIERI DEL TEMPIO

A CIVITAVECCHIA E CERVETERI

La presenza e l'influenza dei Cavalieri Templari nella regione dell'Alto Lazio, in particolare nelle città di Cerveteri e Civitavecchia sono state ampiamente approfondite dallo studioso Enzo Valentini nel suo saggio intitolato "I templari a Civitavecchia e nel territorio fra Tarquinia e Cerveteri". Sono tra i luoghi che hanno visto il passaggio di questo mitico ordine, che ha avuto un ruolo significativo nel periodo medievale insieme ad altri ordini come gli Ospedalieri di San Giovanni e i Cavalieri Teutonici. E con questa serie di articoli intendo narrare la storia completa dell'ordine, dalla sua nascita alla sua tragica scomparsa, evidenziando il loro impatto specifico nell'area laziale. L'ordine militare-monastico protettore dei pellegrini cristiani in Terra Santa.

Anno domini 1099. Un cospicuo sodalizio di cavalieri europei "strappa" la Terrasanta agli infedeli (i musulmani avversari dei cristiani). L'esito di questa vittoria è la successiva fondazione degli Stati latini d'Oriente: Edessa, Antiochia, il Regno di Gerusalemme e Tripoli. I pellegrini cristiani si riversano verso i luoghi segnati dal passaggio terreno di Gesù: Betlemme, il fiume Giordano, il Santo Sepolcro, il Monte degli ulivi; finalmente, questi luoghi così cari a tutti i cristiani, possono essere visitati senza il terrore di subire attaccati dai guerrieri dell'Islam. L'agognata tranquillità, però, è soltanto apparente. Spesso, infatti, le vie che conducono i pellegrini (a partire da Acri o da Giaffa) verso i luoghi santi del cristianesimo, sono tempestate dalle scorribande di predoni e assalitori. Proprio in virtù di ciò, un gruppo di cavalieri riunitisi attorno a Ugo de Payns (francese della Champagne), decise di mettersi a protezione dei pellegrini che si recavano a Gerusalemme. Non si limitarono soltanto a prestar servizio ai fedeli in difficoltà o aggrediti sulle vie che portavano alla città santa ma, sull'esempio di quello che facevano da tempo i benedettini, cistercensi, certosini e i canonici di Prémontré, vollero darsi una condotta religiosa "tersa come l'acqua di un ruscello e forte come la lama delle loro spade". Per far ciò pronunciarono i voti di obbedienza, castità e povertà, così come appunto avevano fatto prima di loro i monaci citati.

Baldovino II, re di Gerusalemme, incoraggiò la formazione dell'ordine cavalleresco e, di lì a poco, i cavalieri si trovarono a "prestar servizio" combattendo per la difesa degli Stati latini contro i vicini musulmani. Il re donò ai cavalieri un suo palazzo alle dipendenze della Moschea di al-Aqsa, edificio ritenuto l'antica residenza del re Salomone. Proprio da questo momento si iniziò a parlare dei "poveri cavalieri di Cristo del Tempio di Salomone", ovvero i Templari.

A questo punto, però, nonostante il riconoscimento e l'appoggio di re Baldovino e del patriarca di Gerusalemme, i cavalieri necessitavano di un riconoscimento dalla Chiesa di Roma, tale da farli assurgere a veri paladini per la difesa della cristianità. Poter ottenere l'avallo del pontefice di Roma significava veder riconosciuto da questi e, quindi, da tutta la Chiesa, il loro lavoro e il loro impegno a favore dei pellegrini di tutto il mondo. Ma come si potevano conciliare lotte, scontri e sangue con la pratica religiosa?

Il prossimo appuntamento con la rubrica Speciale Templari è venerdì 16 gennaio 2026

PNEUS CAR di Giacobbe

CENTRO REVISIONI **e** AUTOFFICINA



**se hai problemi
con il cambio automatico
della tua auto **AFFIDATI A NOI****

ALCUNI DEI NOSTRI SERVIZI

- TAGLIANDI
- PNEUMATICI NUOVI
- EQUILIBRATURA E CONVERGENZA
- DIAGNOSI CENTRALINE
- sostituzione bombola gpl
- aria condizionata
- MECCANICA E MOLTO ALTRO

CONTATTI

-  06 99551289
-  Cerveteri
Via Fontana Morella, 66/b
-  pneuscar@gmail.com



UNA POLTRONA X2

Rubrica teatrale a cura di Mara Fux



LA TIGRE

Alessandro Benvenuti e Marina Massironi sono i bravissimi, divertenti protagonisti di “La Tigre”, una delle più interessanti proposte teatrali prodotte e portate sul palcoscenico del Teatro Vittoria di Roma dalla Attori & Tecnici nella corrente stagione. Firmato dall’autore catalano Ramon Madaul e presentato al pubblico italiano nella versione tradotta da Pino Tierno, il testo è l’essenza del teatro fatto di energia e ritmo grazie al continuo incontro-scontro dei due protagonisti conosciuti per motivi professionali in un contesto squisitamente occasionale in cui l’incredibile susseguirsi di informazioni, fatti, notizie, emozioni, botte e risposte scontate o impensabili alimenta l’attenzione degli spettatori che dal primo all’ultimo minuto partecipano inevitabilmente all’azione, trattenendo il fiato senza mai sbatter le ciglia. Uno spettacolo da vedere e, decisamente, anche da ritornare a vedere per gustare al meglio ciò che lo spettacolo lascia addosso. Gli effetti luce di Marco Palmieri, i costumi di Stefania Pisano e le scene di Adelaide Scrivano completano il quadro artistico diretto dallo stesso Alessandro Benvenuti. Lo spettacolo resterà in scena fino a domenica 11 gennaio con repliche serali alle ore 21,00 venerdì e sabato nonché con repliche pomeridiane di sabato e domenica alle ore 17,00. Teatro Vittoria, Piazza Santa Maria Liberatrice n 10, Roma telefono 06 5740170

I TRE MOSCHETTIERI

Fino a domenica 25 gennaio al Teatro degli Audaci di Roma proseguono le repliche de “I tre moschettieri”, esilarante commedia scritta e diretta da Pino Ammendola interamente giocata tra una comicità di stampo realistico e un divertimento surreale, ai limiti del grottesco che prende spunto dall’irruzione di alcuni operai di una ditta di derattizzazione all’interno di una sala teatrale in cui si sta provando uno spettacolo di cappa e spada. Ovviamente la trama non ha nulla a che fare con il romanzo di Alexandre Dumas ma la fantasiosa drammaturgia del bravo autore partenopeo garantisce a tutti numerosi spunti di risata. Interpreti dei tanti personaggi che a suon di fioretto divertiranno il pubblico, sono Flavio De Paola, Ilario Crudetti, Amedeo D’Amico, Marco Bonetti, Serena Renzi e Sofia Fici. Lo spettacolo andrà in scena per ancora due settimane con rappresentazioni serali nei giorni giovedì, venerdì e sabato alle ore 21,00; la domenica inizia alle 17,30.

Teatro degli Audaci, Via Giuseppe De Santis n 29 – Roma telefono 06 94376057





ORA DI PRANZO?

ci pensiamo noi!

APERTI TUTTI I GIORNI TRANNE
IL MARTEDÌ

MENÙ FISSO

10€

PRIMO
CONTORNO
ACQUA
CAFFÈ

12€

SECONDO
CONTORNO
ACQUA
CAFFÈ

PIAZZALE ROMA 6, FRONTE STAZIONE

NORMATIVE E OBBLIGHI IN ITALIA NOVITÀ 2026



Obbligo microchip gatti

A partire dal 1° gennaio 2026, il microchip diventa obbligatorio per tutti i gatti (non più solo per quelli nati o acquisiti dopo una certa data in alcune regioni), con relative sanzioni per gli inadempienti.

Entro il 2026 la registrazione dei gatti nel sistema nazionale SINAC (sistema informativo nazionale degli animali da compagnia) diventa di norma per i nuovi nati e i passaggi di proprietà. Dal 1° luglio 2026 in Friuli Venezia Giulia entra in vigore un obbligo stringente che impone il microchip e l'iscrizione all'anagrafe per tutti i gatti di proprietà, non solo per quelli nuovi. Lombardia e Puglia hanno già introdotto l'obbligo per i gatti acquisiti o nati dopo determinate date. Il 2026 vedrà l'estensione dei controlli per uniformare il territorio.

L'obbligo del microchip per i gatti in Italia nel 2026 rappresenta un passaggio fondamentale verso l'allineamento della normativa felina a quella canina, con l'obiettivo di combattere l'abbandono e facilitare il ricongiungimento in caso di smarrimento.

Patentino animali esotici

Entra in vigore l'obbligo di frequentare un corso di formazione a pagamento per chiunque detenga animali esotici (pesci, rettili, uccelli, piccoli mammiferi non convenzionali). Senza questo attestato non sarà possibile continuare ad allevare o detenere tali specie.

Sperimentazione animale

Da marzo 2026 l'Unione Europea avvierà un calendario vincolante per la riduzione e il definitivo stop alle procedure di test sugli animali. È stata inoltre prorogata al 1° gennaio 2026 la decorrenza del divieto per alcune procedure specifiche legate a xenotrapianti e sostanze d'abuso.

Legge di Bilancio 2026

È al vaglio una proposta per la riduzione dell'IVA sul pet food e sulle diete veterinarie, con l'obiettivo di equiparare gli alimenti per animali a beni di prima necessità.

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

f Animal Market 📷 animal_market_

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



PRODOTTI
PER LA PRIMA INFANZIA

DERMOCOSMETICI

OMEOPATICI



DIETETICI

FITOTERAPICI

SERVIZIO GRATUITO
FARMARECUP

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



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.farmaciademichelisdal1934.it

L'OROSCOPO

che punge ma non fa male

Settimana dal 9 al 15 gennaio

21 marzo - 19 aprile

ARIETE



Marte ti regala una grinta invidiabile. È la settimana perfetta per presentare il progetto che avete pronto in tasca da tempo. Evitate discussioni inutili in amore.

23 settembre - 22 ottobre

BILANCIA



La vostra curiosità è alle stelle. Sarà una settimana ricca di incontri e iniziative interessanti. Attenzione a non disperdervi.

Sempre al centro dell'attenzione vi rigenerate di continuo. Sul lavoro, una proposta inaspettata potrebbe arrivare giovedì.

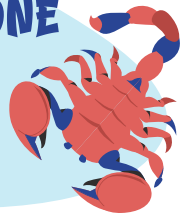


TORO

20 aprile - 20 maggio

23 ottobre - 21 novembre

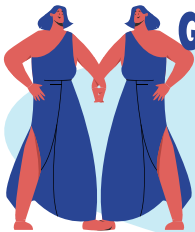
SCORPIONE



Venere vi sorride e porta armonia nelle relazioni. Se c'è stato un malinteso in coppia è la settimana giusta per chiarire.

21 maggio - 20 giugno

GEMELLI



Sentite un forte bisogno di evasione. Se non fisicamente, viaggiate con la mente. La lettura apre nuovi orizzonti.

22 novembre - 21 dicembre

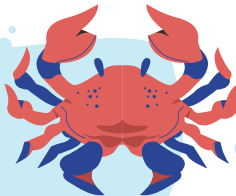
SAGITTARIO



Le vostre idee fuori dal coro saranno apprezzate sul lavoro. Weekend ideale per incontrare gli amici più intimi.

21 giugno - 22 luglio

CANCRO



Riuscirete a risolvere un problema burocratico che si trascinava da tempo. Salute in netto miglioramento.

22 dicembre - 19 gennaio

CAPRICORNO



La malinconia potrebbe bussare alla porta martedì. Non scacciatela: sta indicando cosa occorre emotivamente.



LEONE

23 luglio - 23 agosto

Settimana risolutiva sul lato finanziario. In amore la parola chiave è fiducia: godetevi la presenza del partner.

20 gennaio - 19 febbraio

ACQUARIO



Settimana passionale. Siete magnetici tanto da risultare difficile dirvi di no. Usate questo potere sul lavoro.

24 agosto - 22 settembre

VERGINE



Siete inarrestabili. Con una visione chiara dei vostri obiettivi per l'anno: non abbiate paura di chiedere una promozione.

20 febbraio - 20 marzo

PESCI



L'intuizione è infallibile in questi giorni. Fidati delle sensazioni riguardo a una persona conosciuta da poco. Creatività.

CAPRICORNO

IL SEGNO DEL MESE



CARATTERISTICHE DEL SEGNO

Il Capricorno, segno di Terra governato da Saturno, include i nati tra il 22 dicembre e il 20 gennaio. È un segno cardinale che simboleggia disciplina, stabilità e ambizione concreta.

TRATTI DISTINTIVI DELLA PERSONALITÀ

Determinazione e ambizione: paragonato a una capra che scala vette impervie, il Capricorno raggiunge i propri obiettivi con pazienza e indifferenza alla fatica.

Riservatezza: appare spesso freddo, imperturbabile e silenzioso. Tende a riflettere a lungo prima di parlare e preferisce la solitudine o il fare da sé.

Concretezza: è un segno estremamente affidabile, serio e parsimonioso, che evita di sprecare risorse o denaro.

Affidabilità: considerato una delle "colonne portanti" dello zodiaco, è un punto di riferimento per la sua stabilità, anche se fatica a manifestare apertamente l'affetto.

RELAZIONI E AFFINITÀ

Amore: nelle relazioni cerca serietà e valori tradizionali. Sebbene sia passionale nel profondo, ha paura di mostrare vulnerabilità e di non essere ricambiato.

Affinità: per il 2026, si conferma un'ottima intesa con i segni di Terra come Toro e Vergine (che condividono il bisogno di stabilità) e con i segni d'Acqua come Scorpione e Pesci.

Incompatibilità: Cancro
Salute e punti deboli

Somatizza spesso lo stress a livello delle articolazioni (specialmente ginocchia e gomiti), della schiena e dei denti. La sua principale sfida è vincere la rigidità mentale e fisica per trovare maggiore flessibilità.





ACETOSELLA GIALLA PIANTA BAROMETRO

Acetosella gialla, *Oxalis pes-caprae* dal greco antico *oxyx* = acuto, pungente e dal latino *pes-caprae* = piede di capra, probabilmente derivato dalla forma dell' apparato radicale a bulbo che ricorda lo zoccolo di una capra; appartiene all' infinito elenco di piante erbacee e cioè quelle specie vegetali che non hanno sostanzialmente il fusto legnoso bensì sono formate da sole foglie e steli carnosì e verdi.

La protagonista del nostro articolo è la varietà gialla ma il Genere *Oxalis* comprende oltre 800 specie diffuse in tutto il mondo.

In Italia viene chiamata comunemente "acetosella" gialla per il sapore (simile all' aceto) delle foglie derivato dall' acido ossalico, usato in passato oltre che per smacchiare tessuti, anche per pulire i metalli.

Originaria del Sudafrica e' ora comune in tutte le coste del mediterraneo prosperando in incolti, bordi stradali, giardini e parchi specie in zone dai climi miti, e diffondendosi tramite i suoi bulbilli sotterranei (eccoli i zoccoli di capra!) che le permettono una rapida colonizzazione ed una difficile eradicazione. La sua estensione spesso rappresenta dei veri e propri tappeti verdi (sempre) e gialli (quando è in fiore)

Le notizie storiche che abbiamo narrano di una sua

prima introduzione a Malta, agli inizi del 1800 come pianta ornamentale, da parte di una estimatrice botanica di origini anglosassoni, proveniente dalle colonie sudafricane del Capo. Questa prima pianta arrivò a Padre Giacinto, un botanico locale, che la menziona infatti in uno dei suoi indici di collezioni botaniche. Siamo nel 1806. Le piante arrivate al reverendo erano tutte longistili, composte cioè da fiori a gambo lungo. Nelle zone d'origine invece, questa specie presenta anche fiori a gambo corto. Forse il vaso si rompe, forse l'appassionato riversò del terriccio contenente i bulbilli in giro per l'isola, fatto sta che da quel primo regalo, *Oxalis pes-caprae* ha invaso praticamente tutte le zone costiere del mediterraneo come accennavo prima. Gli inglesi, di solito definiti popolo meno passionale di noi latini negli affetti, hanno sorprendentemente coniato per lei un nome romantico che riporta ad una popolarissima fiaba: sleeping beauty... la bella addormentata!

Viene da loro così chiamata perché le sue foglioline e i fiori si chiudono di notte come in un dolce sonno protettivo, per riaprirsi al mattino.

Oltre questa particolare caratteristica è una pianta "barometro" cioè un' indicatrice naturale del tempo

che farà. I suoi fiori infatti si richiudono su stessi prima dell' arrivo della pioggia mentre le foglioline trifogliate si ripiegano verso il basso, diventando simili a tanti "cuoricini" chiusi.

Come la maggior parte delle specie vegetali ha proprietà benefiche naturali ma anche controindicazioni.

L'acetosella gialla offre benefici come ricchezza di vitamina C (in passato era ampiamente ed efficacemente usata contro lo scorbuto), antiossidanti e fibre con proprietà rinfrescanti e depurative.

In cucina può essere usata per aggiungere freschezza ad insalate grazie al suo sapore aspro e agrumato; in frittate come sostituto di limone o aceto (con moderazione visto il super contenuto ad acido ossalico), mentre le foglie ed i fiori in alcuni paesi vengono mangiati sminuzzati nei yogurt.

In Sudafrica è uno degli ingredienti di un tradizionale stufato di carne dal nome impronunciabile: Waterblommetjebredie!

Il suo eccessivo consumo però è sconsigliato vivamente per il già citato acido ossalico che può portare a vari disturbi gastrointestinali, calcoli renali, gotta e reumatismi.

L' acetosella gialla ha tutti simboli positivi.

Il suo fiorire presto, spesso prima della fine dell' inverno, annuncia la buona stagione e con se' la rinascita contro le avversità avute.

La chiusura dei petali su se stessi come fosse un abbraccio dona un significato di amore e protezione materna. Anche i fiori emanano positività, il loro colore giallo brillante ricorda la luce del sole, simboleggiando calore, allegria ed armonia.

L' Acetosella gialla ha anche il nostalgico ed affascinante "sapore dell' infanzia", cioè la memoria sensoriale che noi tutti abbiamo: il cibo, i profumi ed i luoghi si mescolano nei ricordi passati, creando un'associazione potente e duratura che portiamo con noi nonostante l' età che passa inesorabile.

L'esempio classico è Marcel Proust, che con una madeleine inzuppata nel tè rivive un'intera giornata d'infanzia come descritto nel famoso romanzo "Alla ricerca del tempo perduto"

Questa dolcezza insita in tanti di noi la dobbiamo a quelle volte che da ragazzi abbiamo masticato i steli dell' acetosella, soltanto perché altri compagni di giochi lo facevano.

Erano acerbi, acidi, quasi immangiabili.

Ma questo ci bastava, eravamo in grado di sognare.

naturasi
BEN DI BIO



ALIMENTI FRESCHI E CONFEZIONATI



➤ **UOVA E PANE FRESCO
TUTTI I GIORNI**



**ECODETERGENZA
E BIOCOSMESI
(DETERSIVI ALLA SPINA)**



➤ **FITOTERAPIA,
INTEGRATORI
OLI ESSENZIALI**

➤ **INCENSI E LAMPADE DI SALE**

www.bendibio.it



BEN DI BIO



LADISPOLI - Via Ancona 170
Tel. 06.99222248 - Cell. 347.5215221

Ortica Salute Benessere

SEMEIOTICA CARDIOLOGICA



Sono del parere che un paziente conosca la semeiotica dell'insufficienza cardiaca. Vale a dire quali sono i sintomi ed i segni che accusa. Dispnea (affanno) da sforzo o, peggio ancora, a riposo, ortopnea (dispnea che impedisce al malato di restare sdraiato e lo obbliga a sedersi o a restare in piedi), tosse stizzosa, emottisi (espettorazione in quantità più o meno abbondante di sangue che proviene dalle vie respiratorie), asma cardiaca, edema polmonare, astenia con facile affaticabilità, oliguria (diminuzione della quantità di urine), confusione mentale, nicturia (minzione notturna), segni di congestione venosa polmonare e sistemica (epatomegalia, turgore giugulare, reflusso epatogiugulare, edemi declivi degli arti inferiori, ascite, idrotorace, anasarca) Siamo in presenza di tutta una serie di segnali semeiologici di estrema gravità (stadio C dell'insufficienza cardiaca) tali da richiedere una corretta terapia specialistica cardiologica: ace inibitori, beta bloccanti, diuretici (specie quelli dell'ansa), antagonisti dei recettori dell'aldosterone. Talvolta occorre anche utilizzare la digitale in pazienti, con ritmo sinusale FE (frazione di eiezione) inferiore al 40%, che presentano sintomi e segni nonostante la corretta terapia sopracitata.

SALUTE E BENESSERE



Dottor Professor
Aldo Ercoli

*Specializzato in Cardiologia e Broncopneumatologia e esperto in Malattie Infettive.
Cardiologo già docente in Microbiologia ambientali,
Medicina Naturale e di formazione dei medici di medicina di base.*



FARMACIA ARMENIO

La Farmacia vicina
alle tue esigenze



DERMOCOSMESI

PRODOTTI PER L'INFANZIA

SERVIZI AUTO ANALISI

PRODOTTI VETERINARI

MISURAZIONE PRESSIONE

OMEOPATIA-FITOTERAPIA

PREPARAZIONI GALENICHE



Perché questi soggetti sono arrivati allo stadio C dell'insufficienza cardiaca? Spesso si tratta di pazienti con anomalie strutturate (valvulopatie, pregresso infarto del miocardio, miocardiopatie, pericarditi, ipertensione arteriosa non controllata con dilatazione e/o ipertrofia del ventricolo sinistro, tachiaritmie severe, blocchi (A-V) atrio – ventricolari tipo Mobitz 2, aterosclerosi coronarica etc) aggravate da altri fattori di rischio cardiovascolare (diabete mellito, dislipidemia, marcata obesità, tabagismo, eccessiva assunzione di alcolici, assenza di un pur minimo esercizio fisico, dieta con alto contenuto di grassi saturi etc)


Quali sono i primi segni diagnostici nella fase senza sintomi dell'insufficienza cardiaca (stadio A e B)? Un semplice Rx del torace può mostrare un allargamento dell'ombra cardiaca. L'elettrocardiogramma (disturbi del ritmo, della conduzione, ipertrofia ventricolare sinistra etc) e l'ecocardiogramma (funzionalità delle valvole, della cinesia cardiaca etc) ci offrono indicazioni più dettagliate. L'esame obiettivo cardiologico è utile in ogni stadio, più o meno grave (anche nei soggetti senza sintomi). Nella fase sintomatica dello scompenso cardiaco (Stadio C) all'ascoltazione delle basi polmonari sono presenti, con l'inspirazione, rantoli polmonari che non scompaiono con la tosse. Più difficile ascoltare un T3 da dilatazione del ventricolo sinistro e un T4 da ipertrofia ventricolare (occorre una certa esperienza clinica). E' bene poi fare attenzione al turgore delle giugulari, all'epatomegalia con parenchima palpabile, alla presenza di un reflusso epatogiugulare, al soffio da insufficienza tricuspide, all'edema degli arti inferiori con segno della "fovea" (impronta positiva, "pitting"). Sono questi sopracitati tutti i segnali indicativi di insufficienza biventricolare da ipertensione polmonare. Dalla sola visita cardiologica non è facile differenziare una disfunzione sistolica del ventricolo sinistro (VS) da una diastolica. La gravità della sintomatologia non dipende solo dalla disfunzione ventricolare sinistra, come indicato dalla frazione di eiezione (FE) del VS. Un itto palpabile forte e prolungato mi può suggerire una disfunzione diastolica. Solo con l'ecografia Doppler bidimensionale possiamo fare una diagnosi definitiva tra disfunzione sistolica e diastolica. Molti pazienti con segni e sintomi di insufficienza cardiaca con frazione di eiezione (FE) preservata presentano un'insufficienza cardiaca diastolica. Purtroppo le anomalie fisiologiche non sono limitate solamente a diastole e sistole (rilasciamento miocardico, rigidità miocardica etc)

CONSEGNA FARMACI
A DOMICILIO SU RICHIESTA

VIA PARIGI, 39 - LADISPOLI - 06 99 10 609
farmacia.armenio@alice.it

f Farmacia Armenio

IL FORTE BIANCOSPINO PROTEGGE IL CUORE



Il Biancospino (*Crataegus oxyacantha*) è un grande arbusto che può raggiungere i due – cinque metri, come un piccolo albero dotato di spine acuminata e bianchi fiori. E' una pianta che può raggiungere i 500 anni di vita, da sempre simbolo di delicatezza e di fresca bellezza. Il nome *Crataegus* deriverebbe dal greco "Kratos", ossia forza, e *oxyacantha* dal greco "oxus", ossia aguzzo e "anthos" equivale a fiore. Un biancofiore della spine acuminata e forti. Il suo legno, di color rosso – giallastro opaco, con fini anellature, è assai duro, compatto resistente. Anche le foglie, di forma ovale – romboidale sono assai coriacee. Di bello ha solo i fiori bianchi, non profumati, con 5 petali diversi di una lieve sfumatura rosa. E' una pianta forte che si adatta sia a climi secchi che un po' umidi, abbastanza comune nelle macchie, siepi, scarpate. Attecchisce ovunque nei luoghi molto caldi soleggiate dal mare alla fascia submontana. Il Biancospino sa difendersi. Resiste bene alla potatura e costituisce un eccellente barriera per siepi frangivento, delimita bene i campi risultando impenetrabile al bestiame. **I fiori e le sommità fiorite** contengono acido cratergico e cratergologico, cratego – alfa – saponina, amigdalina



Dottor Professor
Aldo Ercoli

*Specializzato in Cardiologia e Broncopneumatologia e esperto in Malattie Infettive.
Cardiologo già docente in Microbiologia ambientali,
Medicina Naturale e di formazione dei medici di medicina di base.*

fattori sedativi. Si deve agli americani **Yennigs e clemens** la scoperta dell'efficacia dei fiori nelle affezioni cardiache nervose. Yennigs nel 1846 dimostrò che essi erano in grado di moderare l'attività cardiaca, diminuendo la frequenza delle pulsazioni e ristabilendo un equilibrio emodinamico tra la pressione arteriosa e l'energia sistolica delle pulsazioni cardiache. Nel 1924 **Santenoise e Vidacovitch** attribuiscono al Biancospino un'azione simpaticolitica.

Attualmente in fitoterapia la T.M. di Crataegus O. 30 gtt x 3 volte al giorno attenua gli stati neurodistonici ansiosi e facilita il riposo notturno <<L'azione della droga non è però immediata ma si instaura progressivamente in seguito ad un uso prolungato nel tempo>> (**Campanini E.** Dizionario di fitoterapia e piante medicinali. Tecniche Nuove Milano 1997). La gemmoterapia, giovani getti, si è rivelata superiore ai fiori e alle foglie, nell'efficacia sedativa cardiaca e nei disturbi aritmici. All'azione inotropica positiva (contrattilità cardiaca) si deve aggiungere una cronotropica (rallentamento dei battiti), dromotropica (conducibilità) e batmotropa (eccitabilità) negativa. A ciò va aggiunta anche una lieve attività coronarodilatatrice. E' più alto il tasso delle amine biologiche presente nei germogli mentre minore è quello di ramnoside - 4 - vivexina (più elevato nei fiori e foglie). Forse questa è la spiegazione della migliore attività riguardo al ritmo cardiaco (tachicardia, extrasistoli etc). Occorre però fare una doverosa precisazione. Stiamo parlando di "cuori sani" senza alcuna presenza di anomalie cardiache strutturali. Mi riferisco a soggetti irascibili con somatizzazione ansiosa a livello cardiaco ma senza alcun sintomo (a parte sporadiche extrasistoli) di segni di sofferenza cardiaca. Pazienti con anche frequenti extrasistoli atriali e ben poche e non patologiche ventricolari (ripetute, polimorfe etc.) E' indispensabile un ECG Holter h 24. Il Biancospino, controlla la pressione arteriosa se poco elevata, riduce nei tachicardici i battiti cardiaci, agisce come un sedativo grazie al suo tropismo cardiaco. Può avere un'azione simil beta bloccante ma non è in grado di sostituirlo in terapia.

Posologia: Crataegus O. MG 1 DH 30-50 gtt, 1-3 volte al giorno per diverse settimane.

P.S. Nell'ipertensione lieve è utile associarlo all'**Olea europea** gemme 30 gtt/die. E' bene poi non fumare, non eccedere negli alcolici, ridurre l'eccesso ponderale, se presente, così come l'iperglicemia e la dislipidemia etc.



CONVENZIONATO
ASL

CENTRO ORTOPEDICO
Vitaliti



SERVIZI

- PLANTARI SU MISURA
- CALZATURE SU MISURA
- PROTESI E TUTORI
- TUTORI PREDISPOSTI
- AUSILI
- ELETTROMEDICALI
- NOLEGGIO AUSILI
- NOLEGGIO ELETTROMEDICALI

CERVETERI

Via Piave, 11/B

353.4526976

www.ortopediavitaliti.com



IL MIO BAMBINO HA LA TESTA STORTA... CHE DEVO FARE?

È una delle domande che i genitori mi fanno più spesso nei primi mesi di vita. A volte si nota un lato della testa più piatto, un orecchio leggermente più avanti oppure il bambino guarda sempre nella stessa direzione. Questa condizione si chiama plagiocefalia posizionale ed è molto comune.

La buona notizia è che, nella maggior parte dei casi, si può correggere con ottimi risultati.

C'è però un aspetto fondamentale da conoscere: prima si interviene, più il trattamento è efficace.

Nei primi mesi di vita il cranio è molto plastico e il bambino risponde rapidamente sia ai trattamenti dolci sia ai cambiamenti posturali nella quotidianità.

La prima cosa a cui i genitori dovrebbero prestare attenzione è semplice ma importantissima: il bambino gira sempre la testa dallo stesso lato?

Perché succede?

- Torcicollo congenito o funzionale, anche lieve
- Posizioni ripetute, soprattutto durante il sonno
- Tempo prolungato in ovetto, sdraiette o supporti che limitano il movimento
- Asimmetrie del bacino o della colonna, che influenzano la postura globale

Gradi di gravità

- Plagiocefalia lieve: appiattimento poco evidente, buona mobilità del collo
- Moderata: asimmetria più visibile, orecchie leggermente disallineate
- Severa: marcata asimmetria del cranio e del viso, rigidità del collo

Cosa può fare l'osteopata

- Liberare le tensioni del collo
- Migliorare la mobilità craniale
- Riequilibrare la postura di colonna e bacino
- Fornire esercizi e consigli posturali
- Valutare l'uso di un cuscino adeguato se indicato

In conclusione

La plagiocefalia posizionale è una condizione frequente e spesso completamente reversibile. Riconoscere presto i segnali permette di accompagnare al meglio lo sviluppo motorio e posturale del bambino.



Dott.ssa **Giulia Montanari**

*Osteopata D.O.
Fisioterapista*

RICEVE PER APPUNTAMENTO

Cell. 338 7106037

Valcanneto (Cerveteri) Via Boito, 49

Roma - Via Nicolò da Pistoia, 5 (Garbatella)



dott.ssa

GIULIA MONTANARI
osteopata e fisioterapista

Il corpo parla. Ascoltalo

Osteopatia per adulti, bambini e donne in gravidanza

- Dolori cervicali e lombari
- Cefalee e vertigini
- Disturbi digestivi e reflusso
- Disturbi posturali e malocclusione
- Osteopatia pediatrica
(plagiocefalie, asimmetrie, reflusso)
- Gravidanza e post-partum



Prenota la tua valutazione 338 71 06 037

Valcanneto (Cerveteri) – Via A. Boito, 49

Roma (Garbatella) – Via Nicolò da Pistoia, 5

Leggi le recensioni su Google



ALMOND MUM



Credo che tutti noi ricordiamo il film di Carlo Verdone "Acqua e sapone". Verdone si finge prete per ottenere l'incarico di seguire a domicilio nei compiti un'adolescente americana, modella. Dallo sfondo esce la madre della ragazza che controlla in modo ossessivo l'introito di calorie della figlia, decide quali cibi può o non può mangiare e quanta attività fisica deve fare per mantenere l'aspetto da modella. Ecco, questa figura materna, ora, viene chiamata **almond mum**. Il motivo per cui queste mamme vengono chiamate così, deriva da una puntata di un reality statunitense in cui l'ex-modella e madre delle top model Bella e Gigi, Yolanda Hadid, *ha concesso*, durante le riprese, alla figlia Gigi come *snack poche mandorle*, "da masticare bene e molto lentamente", poiché non le spettava altro. Poniamo l'attenzione su queste poche parole: "ha concesso", "poche ..." e "da masticare lentamente". Chi è l'**almond mum**? È una donna che ha una visione ossessiva del cibo e che controlla l'aspetto fisico e il peso dei figli (della figlia in particolare). Decide lei cosa mangiare, quando mangiare, come mangiare. Decide, inoltre, quali sono i cibi "giusti/buoni" e quelli "sbagliati/cattivi" favorendo i primi ed eliminando completamente i secondi. Punisce, in modo diretto o indiretto, proprio con il cibo, le eventuali trasgressioni di cui viene a conoscenza o di cui ipotizza. Ha un pensiero rigido e la sua attenzione è concentrata soprattutto sul cibo e le sue calorie. Quindi: la **almond mum** è una persona tendenzialmente perfezionista, controllante, che non si sintonizza con i bisogni del figlio. Probabilmente ha un distacco dalla sua parte emotiva e ha un disturbo alimentare di base che controlla con il suo stesso controllo. Si instaura, così, nella famiglia un clima familiare ortoressico, ossia un'attenzione focalizzata

e malsana verso i cibi considerati sani con l'idea che evitare gli sgarri permetta una vita altrettanto sana. Parliamo del cibo. Sappiamo che il cibo ha un significato non solo nutritivo (nel senso fisico del termine) ma anche emotivo, ludico e relazionale. Con il cibo si veicola il messaggio: ti voglio bene, ti penso. Con il cibo si è in relazione non solo dalla nascita ma anche dal grembo materno. Ora, invece, mettiamoci nei panni del figlio. Siccome l'individuo non è diviso in settori stagni, potrebbe capitare che da una visione dicotomica del cibo, il bambino inizi a considerare il mondo interno ed esterno come "tutto buono" o "tutto cattivo". Vive il cibo solo come un dovere, non come un piacere. Separa nel cibo le componenti emotiva, ludica da quella prettamente nutritiva. Inizia a vedere la magrezza come salute e il grasso come malattia. Il figlio impara fin da subito che i suoi bisogni non devono essere considerati perché è il genitore che decide per lui: se il figlio ha voglia di una pizza, probabilmente non può permettersi di chiederla per cui impara a reprimere i suoi desideri. Il ragazzo, inoltre, dissocia il senso di fame dal dovere di alimentarsi. Quali potrebbero essere le potenziali conseguenze sui figli? Il cibo viene visto con ansia; si può sviluppare "la sindrome della brava bambina", si possono sviluppare disturbi alimentari di vario tipo come le abbuffate, il vomiting; si può sviluppare dipendenza affettiva. Cosa fare per rimediare? Intanto è importante che la madre riconosca il suo bisogno di controllo emotivo. Si può costruire un approccio morbido al cibo: ci si può permettere di mangiare anche le "schifezze" ma una volta alla settimana; si può iniziare a vedere il cibo come momento ludico e di leggerezza; si può iniziare a preparare i cibi insieme anche commettendo qualche "disastro in cucina".



Dottorssa
Anna Maria Rita Masin
Psicologa - Psicoterapeuta
Psicologa Giuridico-Forense
Cell. 338/3440405

www.psicoterapeutamasin.it

Cerveteri
Via Delle Mura Castellane, 60

Ricomincia dal tuo
benessere!



PROMO NUTRIZIONE

- ✓ Prima visita con BIA
- ✓ Piano alimentare personalizzato
- ✓ 2 visite di controllo con BIA

~~190€~~

175 €

PRAECILIA
DIAGNOSTICA

06 9962999



EFFETTI COLLATERALI NATALIZI...

L'ACETONE NEI BAMBINI

Le mamme se ne accorgono subito dall'alito dei loro bambini che sa di acetone. Un odore dolciastro che ricorda il solvente, l'acetone appunto. Il bimbo, in questi casi, dimostra una stanchezza insolita, ha scarso appetito, dice di avere mal di testa e lamenta nausea. Spesso il vomito ripetuto accompagna questa condizione. Il pallore, il dolore alla pancia e il non voler mangiare completano il quadro. Ma perché il corpo, prevalentemente di un bambino, ha questa reazione, spesso dopo grandi abbuffate di cioccolata? Perché la cioccolata contiene degli zuccheri semplici che fanno produrre al corpo tanta insulina; tanta insulina che determina ipoglicemia. Così il corpo per trovare fonti energia, essendo bassa la glicemia, comincia ad usare i grassi facendo produrre al fegato, di conseguenza, dei corpi chetonici tra i quali l'acetone.

Quindi per dare velocemente aiuto al bambino si consiglia di dare dei succhi di frutta, meglio del miele, e di farlo bere a piccoli sorsi. Consiglio tuttavia di associare a questi accorgimenti l'uso del rimedio omeopatico Senna; in bassa diluizione, alla 5 ch o alla 6 ch.! Questo rimedio prezioso determinerà una risposta rapidissima, dando un grandissimo aiuto ai bambini.

Consiglio di farne assumere, sciogliendoli in bocca, preferibilmente sotto la lingua, tre granuli ogni ora il primo giorno, tre granuli ogni due ore il secondo giorno e tre granuli ogni quattro ore, dal terzo al quinto giorno. Assunzioni che si sospenderanno la notte! Dimenticavo...se tutto questo dovesse capitare ad un adulto il consiglio è lo stesso. Stesse indicazioni, stesse modalità di cura!

Omeopatia...che meraviglia!



Marco Tortorici
Farmacista
esperto in omeopatia
dal 1985

Farmacia Solidale
Salvo D'Acquisto
Via della Stazione di Palidoro, 4.
Info 06 68586674

LA PRIMA FARMACIA SOLIDALE ITALIANA

ESPERTI IN OMEOPATIA DAL 1985

20%
**DI SCONTO SU
TUTTI I FARMACI***

**E SU TUTTI GLI ALTRI PRODOTTI
CHE ABBIANO UN COSTO SUPERIORE A € 19,99**

*PER I FARMACI È NECESSARIA PRESCRIZIONE MEDICA



**CONSEGNIAMO GRATUITAMENTE*
A DOMICILIO NEL COMUNE DI FIUMICINO
E NEI COMUNI DI LADISPOLI E CERVETERI**
*PER ORDINI SUPERIORI A € 30,00



FARMACIA
Salvo D'Acquisto
OFFICINA della SALUTE

LA PRIMA FARMACIA SOLIDALE ITALIANA



PAGA CON
SATISPAY

Via della Stazione di Palidoro, 4 • 00054 Palidoro, Roma
Info 06 6858 6674 • farmaciasalvodacquisto@gmail.com

PER I TUOI ORDINI  **351 8908538**



RICERCHIAMO FISIOTERAPISTI QUALIFICATI

**PER POTENZIAMENTO ORGANICO
DISPONIBILITÀ IMMEDIATA**

Inviare curriculum a: SEGRETERIA@GRUPPOSALUS.NET
www.grupposalus.net