



L'Ortica[®] **S**ETTIMANALE

Anno XXIX n° 05 - 2026

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male



LA QUARTA PISTA SOPRA LE NOSTRE TESTE

**"DANNI IRREPARABILI
ALLA SALUTE E AL TERRITORIO"
COMITATI E ASSOCIAZIONI LANCIANO L'ALLARME:
INQUINAMENTO E CONSUMO DEL SUOLO**

ATTUALITÀ
EPSTEIN: PEDOFILIA,
DELITTI, DIGITALE E COVID

BRACCIANO
PADRE PIO. LA PROTESTA:
«CONDIZIONI DA PREISTORIA»

AMBIENTE
PALUDE DI TORRE FLAVIA
IN BALIA DELL'EROSIONE

SALUTE
MUSCOLI: L'ORGANO
DELLA LONGEVITÀ

TERRANOVA
BRACCIANO



EVENTI



di Ludovica Serra

SFILATA DI CARNEVALE IN MUSICA LADISPOLI

DOMENICA 15 FEBBRAIO

Un corteo attraverserà la città trasformando viale Italia in un palcoscenico a cielo aperto. Protagonista la banda ladispolana "La Ferrosa", Appuntamento a Piazzale Roma con arrivo a piazza Rossellini.
Ore 16



di Chiara Spinato

SAN VALENTINO WILD SOPRAVVIVENZA DI COPPIA CERVETERI

Per un amore che sfida ogni ambiente Back To Nature propone Bushcraft Camp Academy: immersi nella natura ad imparare le tecniche di sopravvivenza, gustare buon cibo coinvolti in attività immersive.
Info e prenotazione: 3533040135
Data da concordare.



di Carola Cimarelli

LA MILANO-SANREMO DELLA CANZONE ITALIANA ROMA

DOMENICA 15 FEBBRAIO

Presso il Teatro "CrossRoads" Club Live la tappa romana del CONTEST NAZIONALE CANORO ITERINANTE. Via Braccianese, 771. Ingresso Libero. Con la partecipazione straordinaria di Nicole Riso - Donna Roma.
Ore 19

New Café Millenium

Viale Fregene Cerenova

(Adiacente Poste)

Tel. 06 99 02 887



BIGLIETTI COTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI



vodafone 3 SKY



SAXFEST 2026

MACCARESE, SABATO 7 FEBBRAIO

Intera giornata dedicata al sax: alle ore 10:00 una masterclass dal titolo Interpretation und Improvisation, condotta da Christian Maurer, figura di spicco del jazz europeo. Alle 11:30, il pubblico potrà assistere al concerto di Anna & Christian Maurer. Infoline, costi e prenotazioni: +39 06 61697862.



di Angelo Galli

CARRI ALLEGORICI CERENOVA SABATO 7 FEBBRAIO

Il carnevale torna nel litorale sabato grazie alla Proloco di Due Casette, la frazione in festa a partire dal pomeriggio sotto la direzione del consigliere di Cerveteri Gianluca Paolacci. Dalle 15.00.



di Francesca Toto

FRANCO BATTIATO UN'ALTRA VITA ROMA

31 GENNAIO – 26 APRILE

Lo Spazio Extra del MAXXI Museo nazionale delle arti del XXI secolo ospita la mostra-evento dedicata a uno dei più grandi protagonisti della cultura italiana contemporanea, a cinque anni dalla sua scomparsa. Fino al 26 aprile 2026.



di Luca Marini Achenza

CARNEVALE TESTA DI LEPRE DOMENICA 8 FEBBRAIO

Nel borgo si sfideranno le contrade: Prataroni, Borgo, Malvicina e Colonnacce. Sfilata dei carri, maschere, musica e food. Premio alla migliore maschera. A cura di Pro Loco Testa di Lepre con il patrocinio del Comune di Fiumicino. Sfilata a partire dalle ore 15.00



LADISPOLI Via Fiume, 67 - 06 9914 4577





IL REGALO AGLI STUPRATORI E L'ATTACCO ALLA LEGGE 194: “DUE FRONTI DELLA STESSA OFFENSIVA”

Questo è il momento giusto per sferrare un attacco ai diritti delle donne faticosamente conquistati il secolo scorso. I venti sono favorevoli. Il Potere lo sa. Lo sa la destra reazionaria che ha trovato il suo nume tutelare in Trump. Lo sa perfettamente anche Robert Francis Prevost che - facendo sue le parole di una figura controversa come quella di Anjezë Gonxhe Bojaxhiu, meglio conosciuta come Madre Teresa di Calcutta - ha detto che *“il più grande distruttore della pace è l'aborto. Nessun assetto politico può professare la pace se esclude dalla vita coloro che stanno per venire al mondo”*. Per comprendere la gravità di queste parole, occorre inquadrarle nel contesto in cui sono state pronunciate: il convegno **One Humanity One Planet** che si è svolto il 31 gennaio, un evento che riuniva cento giovani leader politici di tutti i continenti. Il messaggio non era dunque rivolto ai fedeli, bensì alla politica. Il capo della chiesa cattolica sta forse facendo pressione per affossare, più di quanto già non lo sia, la 194, legge del 1978, “consacrata” alle urne con il referendum abrogativo del 1981, una legge che ha sottratto dall'aborto clandestino e dalla morte migliaia di donne e che da mezzo secolo tutela la salute delle donne che vogliono interrompere una gravidanza?

A fugare i nostri dubbi è lo stesso Prevost che alcune settimane fa, nel tradizionale discorso rivolto al corpo diplomatico, si è così espresso in riferimento all'aborto: *“deplorabile che risorse pubbliche vengano destinate alla soppressione della vita”*.

Una domanda sorge spontanea: il sovrano assoluto di uno stato straniero, capo di una chiesa con numero di fedeli in caduta libera, vorrebbe forse rimettere indietro le lancette della storia di un altro stato, laico, riportandolo ai tempi in cui le donne crepavano nelle mani delle mammane, salvando quelle benestanti, che possono permettersi di sostenere i costi di un intervento clinico privato?

Secondo Prevost i più grandi distruttori di pace non sono le guerre, le deportazioni, le repressioni, il terrorismo, non sono Netanyahu, Trump, Putin, Ali Khamenei. Non sono gli stupratori di ragazze d'alto bordo degli Epstein files. Non sono la produzione ed il commercio di armi. Non sono le migliaia di aziende che lucrano sul genocidio di Gaza e collaborano con il colonialismo israeliano. Lo sono invece l'interruzione volontaria di gravidanza nonché l'assistenza sanitaria gratuita alle donne che non vogliono diventare madri.

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 Cimarelli

Marchio 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.

Ognuno è libero di esprimere le proprie opinioni e non ci sorprende che il capo di una chiesa storicamente misogina, con una struttura patriarcale, che esclude le donne da qualsiasi ruolo significativo nella leadership, si esprima con tanto odio verso l'autodeterminazione delle donne. Ma nel 2026 possiamo ancora tollerare che un uomo a cui milioni di donne non riconoscono alcun potere di gestire la propria vita, si permetta di interferire con le leggi dello Stato laico a cui quelle stesse donne, hanno delegato il potere di legiferare?

“Oggi preti e cardinali fiutano il tempo favorevole. Lo fiuta anche Prevost. È il momento giusto, pensano, per tentare di richiudere il cielo sopra la testa delle donne, in piena sinergia con le destre estreme che affilano gli artigli. **Ogni autoritarismo passa da qui: dal controllo dei corpi femminili.**” scrive **Nadia Somma Caiati** Presidente Demetra, operatrice di Terra Madre.*

Che la posta in gioco sia il controllo dei corpi delle donne, lo dimostra la bufera innescata dal Ddl stupri che modificava l'articolo 609 bis in materia di violenza sessuale. Il testo - che era stato approvato all'unanimità alla Camera lo scorso 19 novembre - incentrato sul **“consenso libero e attuale”**, è stato sottoposto ad una mastodontica e rabbiosa campagna denigratoria con tanto di diffusione di balle sul contenuto del testo. La prima balla, partita dai salotti televisivi, è quella secondo la quale la nuova legge avrebbe richiesto la firma di un modulo prima di un rapporto sessuale; la seconda si fondava sullo spauracchio dell'inversione dell'onere della prova dando così la possibilità ad eserciti di “streghe” di fare denunce fake.

“Lo stupro è frutto di una cultura che si fonda sul fatto che a metà del genere umano (anzi, più della metà) viene negato il diritto di esprimere la proprietà di sé, di esprimere il consenso. Si tratta di un complesso di credenze che incoraggia l'aggressività sessuale maschile e supporta la violenza contro le donne. La violenza è vista come sexy e la sessualità come intrinsecamente e inevitabilmente violenta. Il femminismo, in tutte le sue metamorfosi e differenze, resta ancora un movimento radicale, anche solo

*perché basato sull'affermazione che le donne sono persone. **Se tu ammetti che una donna è una persona, non hai nessun problema a riconoscere la questione del consenso.*** (Michela Murgia, Ricordatemi come vi pare, 2024)

Il principio del “consenso” ha a che fare con l'autodeterminazione della donna, con il diritto di esprimere la proprietà di sé e del proprio corpo, con il fatto di riconoscere alla donna lo status di persona. Un concetto, presente in quasi tutte le legislazioni occidentali, ma evidentemente insopportabile nell'italietta bigotta e maschilista, e così il ddl stupri è stato bloccato al senato dalla Lega, riformulato e stravolto dalla senatrice Bongiorno: depennata la parola “consenso”, sostituita con la “volontà” e il “dissenso”, ne è uscito un testo ambiguo suscettibile di interpretazioni; **un arretramento per la tutela delle vittime** a vantaggio degli stupratori rispetto alla giurisprudenza che da tempo ha recepito il principio del consenso.

“*Il nesso tra consenso in materia di violenza sessuale e autodeterminazione nella scelta di diventare madri è evidente* – afferma Nadia Somma Caiati - *Il consenso, come cardine di una legge che sanziona la violenza sessuale, e la legge sull'accesso all'aborto medicalmente assistito sottraggono al potere maschile la disponibilità dei corpi delle donne. Per questo cultura dello stupro e attacco alle leggi che garantiscono l'assistenza medica in caso di aborto camminano insieme: sono due fronti della stessa offensiva contro i corpi delle donne*”.*

La legge che tutelava le vittime di violenza sessuale, è stata sepolta a furor di menzogne, la legge 194 è boicottata, non applicata, svuotata in tutte le regioni governate dal centro destra dove il tasso degli obiettori di coscienza è altissimo arrivando anche al 100% , ma siccome al peggio non c'è mai fine, non mi sorprenderei se la destra tentasse di smantellare la 194 definitivamente in omaggio ai desiderata di Prevost, il papa gradito a Trump.

*Nadia Somma Caiati, *Le parole di Prevost non mi sorprendono: sono l'eco di una guerra contro le donne mai interrotta.* Il Fatto Quotidiano.it

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 04/02/2026

LA TECNOGABBIA

EPSTEIN: PEDOFILIA, DELITTI, DIGITALE E COVID DOCUMENTI INQUIETANTI COI NOMI DEI POTERI FORTI: COSA SAPPIAMO



LA GIUSTIZIA STATUNITENSE HA AMMESSO LA RIMOZIONE DI IMMAGINI DI “MORTE, SEVIZIE E ABUSI”. LE RAGAZZINE VITTIME DI VIOLENZE SESSUALI SAREBBERO BEN 1.200, TRA CUI UNA BAMBINA DI 11 ANNI

Accuse anonime, *omissis*, censure, ma pure riferimenti diretti, nomi pesantissimi, tutti dentro: **Bill Clinton** e **Donald Trump** insieme a **Bill Gates**, **Elon Musk** e **Jeff Bezos**, oltre a spezzoni dei **reali d'Inghilterra** e grandi **banchieri**. Ognuno, a vario titolo, invischiato in un'inquietante rete internazionale nell'ipotesi di reati disumani tra festini e riti probabilmente satanici: pedofilia, abusi sessuali, minori fatti prigionieri. “*Dove ci stai portando?*”, la vocina di una bimba in un audio registrato in aereo. Sullo sfondo il **Mar dei Caraibi**, le **Isole Vergini** e le lussuose tane dell'orco comprate per decine di milioni di dollari. E poi la raccolta dei dati sanitari digitali prima del **Covid-19**, l'**Ucraina** e la neurotecnologia come arma d'*intelligence*, con l'ombra di **Israele** dietro le quinte.

Non è il lancio di nuovi **Wikileaks**, né lo *scoop* di un'indagine giornalistica senza precedenti, ma il frutto della pubblicazione *on-line* di oltre **3 milioni di pagine** tra email e documenti, **18.000 foto** e **2.000 video** disposti dall'**Epstein Files Transparency**

Act, la legge che impone al Dipartimento di Giustizia americana il rilascio di tutti i registri, comunicazioni e materiali investigativi non classificati sulle indagini e l'azione penale nei confronti di **Jeffrey Epstein**, lobbista e finanziere già condannato per abusi sessuali e traffico internazionale di minori, nel 2019 morto misteriosamente nel carcere di **New York** (in eredità un patrimonio di 288 milioni di dollari). I fatti partirebbero dagli anni '90, l'ipotesi più infamante è da brivido, certa comunque la rete pedofila: si parla di delitti rituali, forse a sfondo satanico, la punta dell'iceberg nei *files* Epstein. La Giustizia statunitense ha ammesso la rimozione di immagini di “*morte, sevizie e abusi*”. Le ragazzine vittime di **violenze sessuali sarebbero ben 1.200**: “*un numero enorme, tra cui anche una bambina di 11 anni. Dunque c'era un vero e proprio traffico di minorenni. Una domanda sorge spontanea: com'è possibile che nessuno vedesse né sapesse? La polizia e la magistratura dov'erano?*”, s'interroga **Marcello Foa** (ex presidente **Rai**), mentre **Kirill**

TIEFFE

La qualità del prodotto

MADE IN ITALY

Dmitriev, amministratore del Fondo russo delegato da **Putin** per colloqui con Trump, parla di **Cabala Satanista** riferendosi al duo **Epstein-Rothschild**. "Quando ci sarà la festa più scatenata?", il contenuto di un'email del 2013 scritta dal **transumanista Elon Musk** (**Tesla, X, SpaceX, Neuralink**): chiedeva «quando andare» nelle caraibiche isole degli orrori. Ci sono poi foto di **Jeff Bezos** (**Amazon**, tra le polemiche lo scorso anno sposo a **Venezia**) con **Bill Clinton**, Epstein era vicinissimo alla madre di **Zohran Mamdani**, oggi sindaco di New York. Capitolo presidenti. Almeno **1.000** volte il nome di **Putin**, invece **4.500** riferimenti sono per **Donald Trump**, compresa sua moglie **Melania**: il *tycoon* respinge come illazione ogni addebito di un coinvolgimento in festini con ragazzine minorenni, alcune però sarebbero persino finite come all'asta, con un tariffario. **Bill Gates**, anche lui nega e rigetta come calunniose le accuse, dalle foto accanto ad Epstein risulterebbe però passato alla ricerca di droga "per affrontare le conseguenze dei rapporti sessuali con ragazze russe." C'è poi un'email del 2017 dove l'ipervaccinista, filantropo, fondatore **Microsoft** (primo finanziatore privato dell'OMS-ONU) viene citato in scenari di pandemia precoce, sistemi digitali di dati sanitari, neurotecnologia e applicazioni militari. Insomma, l'inizio della transizione digitale, coi buoni auspici oltre confine: "Il colpo in Ucraina dovrebbe fornire un sacco di opportunità, un sacco". Non la prova che il **Covid-19** sia stato progettato a tavolino pochi anni prima, ma di come le azioni strategiche poi davvero attuate per gestire l'emergenza fossero in realtà già state concepite, pure sui terreni di guerra. Non solo. Tra i reali d'Inghilterra spunta il nome del principe, terzogenito della regina Elisabetta II e del principe Filippo, oltre che dell'ex moglie **Sarah Ferguson**. Una foto equivoca lo ritrae sopra il corpo di una donna stesa a terra, immobile. Infine, capitolo **Israele**: legato all'intelligence di **Tel Aviv**, un rapporto dell'**FBI** avanza il legame **Epstein-Mossad**, "apparteneva sia ai servizi di intelligence statunitensi che a quelli alleati." Il riferimento all'Italia è poi calcistico e risale al 2018: Epstein si sarebbe interessato alla cessione del **Milan**. Dopo l'epopea di **Silvio Berlusconi** e la parentesi cinese di **Li Yonghong**, proprio in quell'anno **Paolo Scaroni** fu confermato al vertice dei rossoneri dalla **RedBird Capital Partners** di **Gerry Cardinale**.



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

«PER LA QUARTA PISTA SACRIFICATA LA RISERVA» COMITATI E ASSOCIAZIONI FANNO MURO A FIUMICINO

FUORI PISTA E ITALIA NOSTRA LANCIANO L'ALLARME
INQUINAMENTO E CONSUMO DEL SUOLO
TRA LE PREOCCUPAZIONI MAGGIORI DEL FUTURO



SI ALZA IL MURO DEL NO

*Torna prepotentemente alla ribalta la possibile costruzione della quarta pista dell'aeroporto di Fiumicino. E, come prevedibile, si alza il muro del "No" di comitati e associazioni all'indomani della votazione del consiglio comunale guidato da Mario Baccini che ha avallato il piano sostenibile presentato da Enac e società Adr dove si interverrebbe su oltre 260 ettari, di cui però 150 ricadrebbero sulla **Riserva Naturale Statale del Litorale Romano**. Questo piano di sviluppo appunto, prevede un incremento del traffico aereo che porterebbe, nel futuro, gli attuali 375mila movimenti annui a circa mezzo milione.*

Arrivano le prime proteste.

Su tutti quella di **Massimiliano Mattiuzzo**, presidente del comitato **Fuori Pista**. «Il progetto sarà molto impattante – afferma Mattiuzzo – qui non si rendono conto di cosa stanno facendo, tanti consiglieri e politici con cui ci ho anche parlato, mettendo in corpo al territorio del comune un mostro. Parliamo di inquinamento acustico e atmosferico. Il raddoppio dei voli ipotizzato con la quarta pista, che a dir loro dovrebbe far diminuire l'inquinamento, potremmo chiamarlo teorema Baccini. Bisogna dividere gli aspetti. C'è appunto l'elemento dell'inquinamento atmosferico che riguarda il cherosene. Poi c'è il discorso del suolo, che è un'altra cosa. Ritengo sia valido un concetto. Fin quando non saranno inventate delle turbine silenziose, la situazione non migliorerà. Magari un giorno troveranno delle soluzioni con il motore elettrico ma permangono fortissimi dubbi sulla fase del decollo dove si consuma un terzo del prodotto di combustione. Per dire, su 100 litri, 30 solo per decollare». Il comitato non è rimasto a guardare. «Dal canto nostro, prima della delibera – prosegue Mattiuzzo -, abbiamo effettuato un'assemblea con 200 persone. Il Comune ha votato la deperimetrazione della Riserva per inserire il progetto della quarta pista. Inutile negarlo, ha effetti. Ci stiamo organizzando con una nota specifica di osservazioni da inviare ai componenti della Commissione di Riserva, affinché siano resi edotti e possano esprimersi con serenità, tenendo conto che il precedente progetto, che prevedeva pure mezza aerostazione e invadeva di più, è stato bocciato a suo tempo». Poi la considerazione di Mattiuzzo. «Adr Roma vorrebbe la pista, il Comune si adegua supinamente a questa situazione. La questione non è tanto la pista, i voli e i passeggeri. Il problema sta nei 9 miliardi che la società dell'aeroporto vorrebbe incassare. Sono soldi, è opportuno tenere a mente, che provengono dalle tasche dei cittadini che usufruiscono del trasporto aereo imbarcandosi a Fiumicino. Per altro la tariffa di imbarco è di oltre 10 euro, nonostante le opere non siano state ancora realizzate. Insomma, sarebbe una violenza al territorio ma speriamo ci sia nuovamente un giudice che ci dia ragione anche stavolta».

Sull'argomento si è espressa anche Anna Longo

Presidente dell'associazione **Italia Nostra**. «Da quanto sappiamo – sostiene - sarà meno impattante rispetto al passato ma non si tratta di essere contrari o favorevoli, sarebbe troppo riduttivo. Dobbiamo tenere a mente la vittoria di Antonio Cederna, uno dei padri della Riserva del Litorale, e quindi dico che sarebbe un po' tradire questa conquista. Siamo molto legati alla Riserva che ha salvato enormi tratti del litorale dalla speculazione edilizia, altrimenti sarebbero diventati come Torvajonica. Dobbiamo ricordare poi che l'aeroporto nacque in un territorio di bonifica. Una scelta di costruirlo lì magari dettata da una scarsa consapevolezza». Longo fa leva su alcune situazioni contraddittorie. «I due aspetti sono in contrasto tra loro. La nostra sensibilità la rivolgiamo alla Riserva Naturale, patrimonio enorme di biodiversità, che ci potrebbe dare risorse in un altro modo, anche economiche. È un modo differente di utilizzare il territorio, non per forza cemento e inquinamento. In Italia il consumo di suolo pubblico non diminuisce, anzi continua ad avanzare». Infine la punzecchiatura alla società aeroportuale. «Aeroporti dice che l'obiettivo è di raddoppiare i voli e di stare tranquilli sul lato dell'inquinamento, che la situazione andrà a migliorare e che in futuro si utilizzeranno carburanti meno inquinanti. È un argomento che lascia il tempo che trova. Vedremo se sarà così. Per questo sono particolarmente scettica. Perché se prendiamo per buono la questione dei carburanti, ci saranno più aerei, e quindi più emissioni. Insomma, al massimo andremo in pareggio. Si deve avere il coraggio di perseguire la funzionalità della Riserva anche in termini di qualità turistica sostenibile. Sarebbe contraddittorio vedersela diminuire. Più che accorciarla sarebbe utile sistemare i confini. Non molleremo la presa. Cinque associazioni si sono espresse sulla vicenda. È un fatto importante».

Chi vede di buon auspicio il progetto è il Professor Lorenzo Mezzadri

Direttore di **Urbe Aereo** nella Capitale, scuola di formazione per piloti. «Bisogna ricordarsi che Fiumicino attualmente ha uno degli aeroporti migliori d'Europa, un'eccellenza. L'opportunità della pista in più, con un numero maggiore di voli, significherebbe crescita. È una ricchezza che come Paese non possiamo farci sfuggire per non privilegiare altre capitali come Parigi, Londra. Logicamente i residenti che vivono magari vicino sono comprensibilmente preoccupati ma è anche vero che ci sarebbe in cambio la nascita di aree attrezzate e opere importanti per la città. L'Italia è la porta aerei del Mediterraneo. Può ospitare sempre di più voli dagli Stati Uniti e dal Medio Oriente, Roma non è solo una meta ma anche transito. Abbiamo una posizione che non ha nessun altro Stato d'Europa, con un hub davvero grande. Per me l'espansione è positiva».



Interviene il consigliere Alessandro De Vincentis

Per il Comune bisogna fare di necessità virtù. «Intanto c'è da dire che si parla di proposte e accordi preliminari, quindi al momento non c'è nulla di certo, e semmai si realizzerrebbero le opere fra 10 anni. Detto questo, il progetto è ampiamente ridimensionato rispetto a quello passato del raddoppio dell'aeroporto. Si tratta di una quarta pista verso ovest, a fianco alla terza. La mia osservazione l'ho posta in consiglio durante la procedura che dà il via alla perimetrazione della Riserva. Il dato lampante da evidenziare è che i comuni aeroportuali non hanno un tasso di mortalità più alto degli altri comuni non aeroportuali. Chiaramente se non venisse realizzata la pista è meglio ma ci sono da valutare tanti aspetti. Esempio: nella proposta di ADR c'è la volontà di diminuire il traffico sulla pista 1, quella che ci decolla e atterra in testa. Per i primi anni quindi diminuirebbe l'impatto sulle persone e la città».

De Vincentis ci tiene a precisare altri punti. «Il problema se si vuole parlare di inquinamento non è la costruzione della quarta pista, ma l'aumento del traffico che ci sarebbe comunque da parte della società ADR per via di dinamiche commerciali. La questione ruota intorno all'aumento dei voli.

L'aumento, senza una nuova pista, graverà su quelle esistenti con un conseguente incremento dell'inquinamento acustico dei centri abitati di Fiumicino».

Le controproposte

ADR metterebbe sul piatto della bilancia la realizzazione di opere che il Comune non avrebbe mai la forza di affrontare. Se vogliamo considerare l'aspetto ambientale a 360°, nella perimetrazione ci darebbero un'ampia parte di territorio, all'ingresso della città, un parco pubblico enorme. Verrebbe adornato con tutta una serie di piantumazione, prati, aiuole, percorsi, esteso per centinaia di ettari.






Menu Trattoria del passeggero


SAN VALENTINO

Aperitivo di benvenuto



CALICE DI PROSECCO DI VALDOBBIADENE CON TARTINA AL SALMONE E MAYO AL PISTACCHIO

Antipasto



MILLEFOGLIE DI PANCARRÉ CON CREMA DI PEPERONE . BACCALÀ MANTECATO E SEMI DI PAPAVERO

INSALATINA DI MARE CON VERDURINE CROCCANTI
POLPETTINA DI CERNIA ALLA NORMA CON CONFETTURA DI POMODORI E BASILICO

Primo

RAVIOLI RIPIENI CON BURRATA GAMBERI . SCORSA DI LIME E POMODORINI CONFIT

Secondo

TURBANTE DI SPIGOLA CON CARCIOFI E PURÉ DI PATATE ALLO ZAFFERANO

Dolce

TIRAMISÙ AI FRUTTI ROSSI

€45 pp.

acqua e caffè compreso

prenota al +39 06 94326 308



(S)PARRUCCATI



AL SANT'EUGENIO L'IDENTITÀ SI FA ARTE

Sabato 7 febbraio 2026, le mura del Salone di Ematologia dell'Ospedale Sant'Eugenio si apriranno a un'invasione di stile, storia e bellezza. Dalle ore 12:00 alle 18:00, l'ospedale romano si trasformerà in un set cinematografico e di moda di alto livello con l'evento "(S)parruccati", una giornata dove il camouflage estetico diventa strumento per svelare l'essenza più profonda della persona.

L'iniziativa, promossa da BiancoAirone (associazione di promozione sociale attiva nel supporto ai pazienti oncologici), invita pazienti, medici e visitatori a spogliarsi dei propri ruoli quotidiani per indossare parrucche storiche, abiti d'epoca e look contemporanei. In questo scenario, le etichette cliniche svaniscono: non esistono più "paziente" o "personale sanitario", ma solo individui protagonisti di una metamorfosi artistica.

Un ponte tra epoche e solidarietà

Il cuore pulsante dell'evento è la sensibilizzazione sulla donazione dei capelli. Grazie alla collaborazione con Tricostarc, realtà d'eccellenza che gestisce la Banca della Parrucca e il progetto Hair Smile, i partecipanti potranno sperimentare il potere trasformativo delle chiome artificiali, fondamentali per chi affronta la perdita dei capelli dovuta alle terapie.

L'atmosfera sarà resa magica dai costumi storici del centro di formazione sartoriale Labcostume e da reinterpretazioni di icone pop curate da brand contemporanei in fase di selezione. A guidare i partecipanti in questo viaggio nel tempo ci sarà un team di professionisti d'eccezione: dalla direzione creativa di Sofia Crescenzo allo styling di Angelica Mattogno, fino agli scatti d'autore di Flavio Mancinelli.

Un set professionale per tutti

Non sarà una semplice sfilata, ma un'esperienza immersiva. Il salone sarà allestito con scenografie curate da Antimo Leva (VideoMarket) e Samuele Latini, mentre il trucco sarà affidato ad Asia Barbosi. Le riprese video, che documenteranno questo esperimento di "terapia della bellezza", saranno curate da PMR Studio.

L'obiettivo è chiaro: trasformare il luogo della cura nel luogo del gioco e della riscoperta di sé, celebrando la resilienza attraverso l'obiettivo di una macchina fotografica.

Info Utili

Dove: Salone di Ematologia – Ospedale Sant'Eugenio (P.le dell'Umanesimo 10, Roma)

Quando: 7 febbraio 2026, ore 12:00 - 18:00

Ingresso: Gratuito e aperto a tutti

★ STELLE D'ARGENTO ★

ECCEZIONALE

SVENDITA PER CHIUSURA ATTIVITÀ

DAL 30/01 AL 31/03

**ACQUISTANDO 2 PRODOTTI
IL MENO CARO È IN OMAGGIO**

**ARGENTI - BOMBONIERE
GADGET SQUADRE DI CALCIO
ARTICOLI DA REGALO**

**SVENDITA TOTALE
ARREDAMENTO NEGOZIO**

ORARIO 9.00-14.00 dal Lunedì al Sabato DOMENICA 9-13

per INFO 348 51 49 749

VIA DUCA DEGLI ABRUZZI, 131 - 00055 LADISPOLI (RM)

Tel. 06 94836898 - stelledargento.ladispoli@gmail.com

"GRAVE CHE IL CONSORZIO SOCIALE NON SIA PIÙ ALL'ORDINE DEL GIORNO DEL CONSIGLIO COMUNALE DI CERVETERI"

ASSOCIAZIONI E SINDACATI INSISTONO SUL TEMA DEL CONSORZIO SOCIALE



15 giorni fa abbiamo chiesto all'amministrazione di Cerveteri di conoscere i motivi che hanno bloccato la costituzione del Consorzio Sociale, dopo l'approvazione avvenuta all'unanimità al consiglio comunale di Ladispoli. Al netto del fatto che sicuramente si poteva fare meglio (confronto più ampio con i consiglieri comunali, con i tecnici di settore, con le oo.ss etc etc), però, a Cerveteri, non si è compreso che si tratta di avviare un cambiamento da anni aspettato dai cittadini, dagli utenti dei servizi, dagli operatori.

Il motivo principale della necessità di tale cambiamento può essere compreso anche da chi non ha particolari competenze (ma chi fa politica non è assolutamente giustificato): ogni 3 anni il settore servizi sociali di ciascun comune si trova a gestire con lo stesso personale una popolazione raddoppiata anche da quella del comune vicino. Il risultato?

Insufficienza e inadeguatezza delle attività tecniche e amministrative, malgrado il fortissimo impegno del personale e il tutto a discapito dei cittadini. Di conseguenza, paradossalmente, una parte dei fondi regionali o statali vengono spesi dal Comune capofila di turno in ritardo o addirittura non spesi e finito il turno, vengono trasferiti all'altro Comune. Poi trasferire fondi da un Comune all'altro è un procedimento che richiede tempi e può interrompere l'erogazione dei servizi.

Questo "sistema", contrario ad ogni principio

di amministrazione razionale, alla lunga può determinare una riduzione dei fondi a disposizione poiché la Regione, non a torto, potrebbe erogarli in relazione alla capacità di spesa o addirittura commissariare il Distretto.

Chi ha impedito a Cerveteri di approvare lo statuto del Consorzio, si è presa integralmente la responsabilità di questi problemi che ricadono purtroppo su persone fragili, anziani, disabili, famiglie in difficoltà. Qualsiasi giustificazione anche se parzialmente fondata rischia di bloccare un processo di importanti cambiamenti. Chiediamo con forza un responsabile ripensamento che consenta l'avvio di un cambiamento importante e indispensabile che quest'anno la regione supporta con 100.000 euro, (ma purtroppo ne abbiamo già persi 80.000 del 2025). Infine, se intendiamo la costituzione del Consorzio come l'avvio di un processo di innovazioni, da monitorare, nulla vieterà in itinere di tornare nei Consigli Comunali per apportare modifiche.

Firmatari:

Associazioni: Piccolo Fiore APS/ets, Nuove Frontiere APS/ets, Animo, Libera/Presidio Cerveteri-Ladispoli, Centro Solidarietà Cerveteri, Volontari Ospedalieri/Ladispoli e Volontari Ospedalieri Cerveteri, UDI gruppo Nilde Iotti, Scuolambiente Odv-Ets, Spicgil/Lega Civitavecchia

Dillo co core

DAL 1 AL 14 FEBBRAIO

non si viene solo a mangiare...
si viene a dire qualcosa che conta!

Dillo co core è l'iniziativa pensata per
chi non ama le frasi finte da San Valentino,
ma crede nei gesti veri:

una cena
condivisa,

una frase
lasciata
sul tavolo

un sorriso
tra un piatto
e l'altro.

**È il modo più naturale per festeggiare:
sedersi insieme, mangiare bene, e lasciare
che sia la tavola a fare il resto.**



DALLA SORA FRANCA
FRATELLI SQUARCIA

LADISPOLI - VIA MILANO, 1
INFO & PRENOTAZIONI - 339 2742715 - 06-83423169

di Barbara Pignataro

CERVETERI COMMEMORA LE VITTIME DELLE FOIBE E L'ESODO



CONVEGNO SABATO 7 FEBBRAIO ALLE 17

Dal 6 al 10 febbraio 2026, la Sala Ruspoli di Cerveteri si trasformerà in un luogo di riflessione profonda ospitando la rassegna "Nel nome del ricordo: le foibe e l'esodo". L'iniziativa nasce con il cuore rivolto alla storia, per onorare la memoria degli italiani e di tutte le vittime cadute nei baratri delle foibe, oltre che per ripercorrere il doloroso esodo dei dalmati nel secondo dopoguerra. Ad accompagnare l'intero percorso sarà la mostra tematica curata da Riccardo Parisi.

Il sipario si alzerà **venerdì 6 febbraio** alle ore 17:00 con un convegno inaugurale di alto rilievo. Tra gli ospiti spicca il Senatore Roberto Menia, figura centrale in quanto primo firmatario della legge che ha istituito il Giorno del Ricordo. I lavori saranno aperti dal consigliere Salvatore Orsomando, il quale ha spiegato come l'idea di questo evento sia nata da un suo incontro fortuito con il figlio di un esule istriano: "È una ricorrenza che Cerveteri deve custodire per trasformare storie che non possono andare perdute, in un monito per la coscienza nazionale".

Il pomeriggio sarà arricchito dall'introduzione artistica di Agostino De Angelis e da letture toccanti, tra cui la drammatica testimonianza di Gino Paoli. Il cantautore ha spesso ricordato come la sua famiglia fu colpita direttamente dalla "caccia all'italiano" scatenata dalle truppe di Tito nel 1945: "I miei parenti erano persone pacifiche, presi di notte e gettati nelle foibe. Mia madre e mia zia non hanno mai perdonato quella memoria negata, quel dolore senza una tomba su cui piangere".

La rassegna proseguirà il **7 febbraio** con la proiezione del film "Red Land - Rosso Istria", un'opera cruda e necessaria promossa dall'Associazione BuuuBall, madrina della manifestazione impegnata nel sociale e nella cultura. Il valore educativo del progetto culminerà il **9 e 10 febbraio**, giornate interamente dedicate agli studenti dell'Istituto Comprensivo Cena e di altre scuole del territorio. I giovani avranno l'opportunità unica di ascoltare la viva voce dei testimoni diretti e degli esuli, affinché il testimone della memoria passi alle nuove generazioni.

Tabaccheria

Girolami

FAX
F24
SISAL
BONIFICI
SERVIZI POSTALI
RICARICHE CARTE
RICARICHE TELEFONICHE
PAGAMENTO BOLLETTINI
CODICE ACQUISTI
EQUITALIA
MAV



ARTICOLI DA REGALO
VISURE CATASTALI E CAMERALI
ABBONAMENTI E BIGLIETTI
STAMPE A COLORI - PELLETERIA
RAV - CARTOLERIA
BIGIOTTERIA - MULTE E BOLLO
VALORI BOLLATI - AUTOFOTOCOPIE



NUOVO
Super
Enalotto

10^e
LOTTO

GIOCO DEL
LOTTO

★ Vinci per la vita
winforLife!

PIAZZA G. FALCONE, 6 - LADISPOLI

PALUDE DI TORRE FLAVIA IN BALIA DELL'EROSIONE



L'APPELLO DEI VOLONTARI: «DANNI PESANTI, IL SITO RISCHIA GROSSO». SPARITA ANCHE LA SPIAGGIA CHE COLLEGA LADISPOLI A CAMPO DI MARE

«Basta parole: servono fatti. Qui si sta mettendo male». Le onde continuano ad avanzare, per la Palude di Torre Flavia è un momento difficile. L'allarme lo lancia Corrado Battisti, naturalista e responsabile del sito protetto da Città Metropolitana che attraversa entrambe i comuni di Ladispoli e Cerveteri. L'erosione ha inferto un altro colpo durissimo al litorale nord non risparmiando uno dei luoghi più suggestivi di tutto il Lazio. «Sono pesantissimi i danni alla duna e alle nostre strutture in legno – aggiunge Battisti – in seguito alla mareggiata di libeccio dei giorni scorsi. Stiamo predisponendo una nota completa, la spiaggia è scomparsa. L'argine realizzato poco prima è stato distrutto». La contaminazione tra l'acqua marina e lo stagno è quello che più temono gli esperti per la sopravvivenza dell'habitat floreale e faunistico nell'immediato. La recinzione laterale che era stata chiusa è ormai quasi scalzata è urgentissimo ripararla perché impedisce l'accesso alla chiusa idraulica con acque profonde. Il passaggio sul lato del mare, il cosiddetto Sentiero dei Pescatori, presenta una larghezza ridotta.

Le sentinelle ecologiche stanno provando a ingegnarsi in qualche modo con protezioni provvisorie ma si fa enorme fatica. Le associazioni che hanno a cuore le sorti dell'ambiente tornano a farsi sentire. «Le violente mareggiate di questi giorni – sostiene Rita Paone, referente di Marevivo Lazio - hanno aggravato una situazione già critica da anni; il personale impegnato e i volontari fanno

quanto possibile ma l'assenza di una barriera di protezione in mare sta mettendo gravemente a rischio l'habitat della riserva». Una situazione che può solo peggiorare perché non ci sono conferme sul fatto che il futuro piano delle scogliere in difesa della costa arrivi di fronte al sito. «Lo scenario della nostra amata oasi – affermano i volontari del gruppo "Custodi della Palude di Torre Flavia" - riflette in piccolo il problema dei cambiamenti climatici che ci ricorda l'urgenza di una modifica di paradigma nella gestione del territorio. È nota la drammaticità della condizione delle coste italiane e quelle di Ladispoli e Cerveteri non fanno eccezione. Da più parti si parla di barriere anti-erosione, rimedio tanto ricercato, la cui efficacia sembra limitata e nel lungo periodo risultare controproducente». Da qui l'Sos lanciato alle istituzioni. «Sebbene siano in corso attività di contrasto all'erosione con interventi di ripascimento morbido, da parte dell'ente gestore, per favorire la ricostruzione del sistema dune compromesso e il suo consolidamento, la battaglia da combattere è dura ed impone la fondamentale collaborazione di tutti gli enti competenti sulla tutela dell'area, con soluzioni che limitino il consumo di suolo e privilegino la gestione dinamica del litorale, allontanando le ipotesi di nuovi insediamenti abitativi e produttivi incompatibili con il fragile equilibrio della Palude presidio naturale fondamentale per i suoi servizi ecosistemici: un baluardo di difesa a protezione di Ladispoli e del centro abitato di Marina di Cerveteri».

di Barbara Pignataro

L'EX FORLANINI ALLA SANTA SEDE: SCATTA LA DIFFIDA DI CITTADINI E GIURISTI



L'OSPEDALE MONUMENTALE VERREBBE RISTRUTTURATO CON FONDI PUBBLICI E POI CEDUTO

È in corso una trattativa per la cessione del patrimonio della Regione Lazio alla Santa Sede. L'ex ospedale Forlanini di Roma è destinato a ospitare la nuova sede dell'ospedale pediatrico Bambino Gesù: una vendita a uno stato estero per la quale cittadini e associazioni hanno dato mandato a un avvocato di inviare una diffida al Governo, all'Agenzia del Demanio e alla Santa Sede. L'annuncio dell'atto è stato dato durante una conferenza stampa alla Camera dei Deputati, indetta dall'onorevole Francesco Silvestri del M5S. L'accordo prevede il passaggio del bene dalla Regione Lazio al Demanio statale e, successivamente, alla Santa Sede. L'INAIL ristrutturerà l'edificio a proprie spese per poi cederlo al Bambino Gesù, che godrà di immunità extraterritoriali. Il risultato dell'operazione, secondo i critici, sarebbe il potenziamento della pediatria privata — un monopolio pericoloso alimentato da fondi pubblici — a discapito della pediatria pubblica laziale, che avrebbe invece estremo bisogno di investimenti.

Ricorsi, petizioni e diffide sono stati presentati da cittadini, giuristi e comitati contrari all'alienazione;

in particolare, il Comitato La Fenice ha formalizzato l'ingiunzione a non proseguire. I motivi del dissenso sono molteplici, a partire dal trasferimento della proprietà a uno Stato estero, mentre i firmatari chiedono la riapertura dell'ospedale, considerato un gioiello della sanità romana e italiana.

Il complesso, chiuso dal 2015, è stato valutato circa 70 milioni di euro dal Demanio, cifra ritenuta non rappresentativa del suo reale valore storico, botanico e culturale. Sebbene presentato come in stato di decadenza irreversibile, durante la conferenza è emerso come l'ex nosocomio sia stato un istituto di eccellenza che potrebbe tornare operativo con la giusta volontà politica.

La trattativa non è ancora conclusa e rimane un margine per un ripensamento. Si confida nel buonsenso, trattandosi della cessione di un bene comune. In merito si è espresso con chiarezza il professor Paolo Maddalena, ex vicepresidente della Corte Costituzionale e tra i firmatari della diffida: «I beni comuni appartengono ai cittadini e non a chi ne dispone; qualunque atto che voglia trasferirne la fruizione a un privato è un atto giuridicamente criminale e fuorilegge».



POTATURE ALLA NECROPOLI DELLA BANDITACCIA

Il Parco Archeologico di Cerveteri e Tarquinia comunica l'apertura del cantiere per la manutenzione straordinaria del verde lungo la via alberata di accesso alla Necropoli della Banditaccia. L'intervento, finalizzato a garantire la sicurezza del sito e il decoro dell'area, avrà una durata stimata di circa dieci giorni, salvo condizioni meteorologiche avverse.

Variazioni alla viabilità e accesso al sito

Per consentire il regolare svolgimento delle operazioni di potatura, sono state predisposte modifiche temporanee alla circolazione.

Il traffico veicolare è deviato sulla strada secondaria adiacente l'area di Campo della Fiera. L'arteria, recentemente riqualificata dalla Soprintendenza Archeologia, Belle Arti e Paesaggio per l'Etruria Meridionale, garantisce la piena agibilità e il collegamento con i grandi tumuli della necropoli.

Per i pullman turistici la sosta è riservata esclusivamente nell'area parcheggio di Campo della Fiera. Da questo punto, i visitatori potranno raggiungere la biglietteria principale attraverso il percorso pedonale della suggestiva Via degli Inferi.

L'operazione rientra in un piano programmato di cura del sito UNESCO, volto a migliorare l'esperienza dei turisti e a preservare l'integrità dei complessi etruschi. Consultare il sito ufficiale pact.cultura.gov.it per ulteriori aggiornamenti in tempo reale.



**NEL BORGO STORICO
DI CERVETERI**

**GASTRONOMIA
APERITIVI E CUCINA LOCALE**

**ALIMENTARI
CON PRODOTTI DEL TERRITORIO**



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

SEQUESTRO DI RIFIUTI PERICOLOSI TRA CERVETERI E TORRIMPIETRA



GUARDIA DI FINANZA SVENTA UN POSSIBILE DISASTRO AMBIENTALE

Grazie al tempestivo intervento della Guardia di Finanza di Ladispoli, sotto la guida del Capitano Valerio Nava, è stato scongiurato un potenziale scempio ambientale nel territorio tra Cerveteri e Torrimpietra.

Le Fiamme Gialle hanno intercettato e sequestrato un autocarro che trasportava illegalmente oltre 850 kg di rifiuti pericolosi — tra cui vernici, RAEE, inerti e sfalci — privo di qualsiasi tracciabilità.

Il conducente è stato denunciato alla Procura della Repubblica di Civitavecchia e il mezzo è stato posto sotto sequestro. Se questo carico fosse stato abbandonato nelle nostre campagne — dichiara il sindaco di Cerveteri, Elena Gubetti - i danni all'ecosistema sarebbero stati gravissimi. È fondamentale ricordare che il trasporto illecito è un reato penale. Non c'è alcun motivo per ricorrere

a soggetti abusivi, poiché il Comune di Cerveteri offre numerosi servizi gratuiti e legali per i cittadini. Conclude il sindaco condividendo informazioni utili ai cittadini.

Centro di raccolta comunale - Via Settevene Palo: aperto 7 giorni su 7 per ogni tipo di rifiuto.

Ritiro a domicilio: per smaltire gli ingombranti comodamente da casa previa prenotazione.

Isole ecologiche itineranti: attive regolarmente nelle frazioni e sul territorio.

Raccolta porta a porta: per la gestione quotidiana dei rifiuti domestici.

Scegliere canali non autorizzati non solo alimenta il degrado, ma comporta rischi legali per il cittadino e costi di bonifica elevati per la collettività. Per ogni informazione sui servizi ufficiali, consultare il portale Cerveteri ChiamAmbiente.





SHAMPOO
PALMOLIVE ZINI
350 ML
VARIE PROFUMAZIONI

SUPER PREZZO
0,79



3 IN 1

HIGH-TECH
FRULLATORE
IMMERSIONE
1500W 650 ML

SUPER PREZZO
13,99



STENDINO
IN RESINA
173X53XH113
20MT
DONATELLO

SUPER PREZZO
8,80



AMMORBIDENTE
CONCENTRATO
VERNEL 1,9 LT

SUPER PREZZO
2,49



DETERSIVO
LAVATRICE ACE
56 LAVAGGI VARI TIPI

SUPER PREZZO
4,79

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



SUPER OFFERTE
DEDICATE A TE!

ISCRIVITI
ANCHE TU!

**PER TE
100
PUNTI
OMAGGIO**
AL MOMENTO DELLA TRACZIONE



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 DAL 29 GENNAIO AL 14 FEBBRAIO 2026
salvo esaurimento scorte



WC GEL ACE
700 ML
VARI TIPI

FFERTA
1.19



DETERGENTE VETRI
VETRI 600ML
INTERNI/ESTERNI
VARI TIPI

FFERTA
1.49



ANTICALCARE CALGON TABS
16 PZ

FFERTA
3.79



A/CALCARE CALGON
GEL 750ML
IGIENE-POWER

FFERTA
3.79



ANTICALCARE CALGON
POLVERE 900GB

FFERTA
3.79



LIQUIDO PAVIMENTI
AJAX 1.25LT
VARI TIPI

FFERTA
1.69

ACE SPRAY CANDEGGINA 690ML
+ RICARICA VARI TIPI

SUPER PREZZO
2.99



CHI PULISCE PIÙ DI CHANTECLAIR?



LIQUIDO LAVATRICE
CHANTECLAIR 15 LAVAGGI
VARI TIPI

FFERTA
2.99

ACQUISTA
2 PRODOTTI
LAVATRICE
CHANTECLAIR

**SUBITO
IN OMAGGIO***
uno spruzzatore
mangia 500 ml



SPRAY AJAX
600ML
VARI TIPI

FFERTA
1.49



COMBATTE GLI ODORI E DONA
FRESCHEZZA A LUNGO

AMBIPOUR
RICARICA
21.5 ML
VARE
PROFUMAZIONI

FFERTA
2.49



DEO AMBIENT
AMBIPOUR
ELETTRICO
BASE CON
RICARICA
20 ML

FFERTA
2.99



DEODORANTE
AMBIENT
AMBIPOUR
BASE-RICARICA
20ML VARI TIPI

FFERTA
5.49

ACQUISTA 2 PRODOTTI
2VOLUTION
AL PREZZO DI 1*

PRENDI 2, UNO GRATIS!



DEODORANTE
AMBIENT
2VOLUTION
RICARICA
20 ML

FFERTA
3.30

ACQUISTA 2 PRODOTTI
BAGNO
AL PREZZO DI 1*



BIPACCO
DEODORANTE
AMBIENT
BAGNO 2PEZZI
VARE
PROFUMAZIONI

FFERTA
4.79

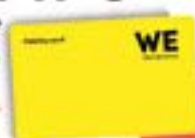
TERRANOVA
BRACCIANO

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

Collezioni: Donna | Uomo | Bambino | Intimo

OGNI
10€
DI SPESA

ACCUMOLI 1 PUNTO
1 punto = 1€ di sconto
sul prossimo acquisto
*utilizzabili dal 1/1/2014 al 31/12/2014



**NUOVO PARCO
COMMERCIALE**

APERTO



DEL RISPARMIO



AMMORBIDENTE COCCOLINO 3LT VARE PROFUMAZIONI

OFFERTA 2,79

PROFUMATORE BUCATO COCCOLINO 343 ML VARE PROFUMAZIONI

OFFERTA 2,99

OFFERTA LIMITATA
FINO A 8 MESI DI BUCATO

127 LAVAGGI

Dash+ POWER

DETERGENTE IN POLVERE DASH TUSTONE 127 MISURINI

TECNOLOGIA ANTI-RESIDUI

Puliva impeccabile 4 lavanti softener

OFFERTA 19,90

VINCI OGNI GIORNO

Acquista almeno 2 prodotti tra i marchi aderenti e scopri SUBITO se hai vinto!

Partecipa al concorso su www.terranovastyl.com

OFFERTA 12,99

LAVATRICE DASH PODS CLASSICO 50/45 LAVAGGI POWER VARI TIPI

AMMORBIDENTE CONCENTRATO FABULOSO 3LT VARE PROFUMAZIONI

77 LAVAGGI

OFFERTA 2,49

DETERGENTE LAVATRICE DASH 25 LAVAGGI X 3 VARE PROFUMAZIONI

OFFERTA LIMITATA

OFFERTA 11,99

AMMORBIDENTE LENOR 87 LAVAGGI VARI TIPI

Acquista 10€ Ricevi 10€

OFFERTA 3,99

OMIO BIANCO ADDITIVO IGRIZZANTE 3,4LT

OFFERTA 3,49

OFFERTA LIMITATA 4 MESI

OFFERTA 11,99

AMMORBIDENTE LENOR UNSTOPPABLES 155 G6 VARI TIPI

OFFERTA 3,39

CANDEGGINA GENTILE OMIO BIANCO 3LT VARI TIPI

OFFERTA 1,79

FAIRY RIMBORSA MIRACLE

20€ SPESI = 20€ DI FAIRY

GIGA GIGA I GIGA PACK 480

TABS LAVASTOVIGLIE FAIRY TUTTO IN 1 50PZ VARI TIPI

OFFERTA 11,99

PROFUMATORE BUCATO IN CRISTALLI VAPA 280G6 VARI TIPI

OFFERTA 1,39

GEL LAVASTOVIGLIE PRIL GOLD 540/430ML VARI TIPI

OFFERTA 3,49

OFFERTA 3,49

Color your life.

Seguici su

#terranovastyl

Bracciano

PADRE PIO LA PROTESTA DI INFERMIERI E OSS: «CONDIZIONI DA PREISTORIA»



A CERVETERI IL SINDACO FA DIETROFRONT SULL'ASL

Se ne sono dette già molte ma Oss e infermieri hanno ancora protestato platealmente per le condizioni dell'ospedale Padre Pio di Bracciano. E sono andati direttamente nella sede centrale Asl di Civitavecchia esprimendosi pure col megafono per richiamare l'attenzione dei vertici sanitari. Parlando con alcuni di loro, l'elenco delle criticità non è poi così banale, anzi. Spicca il fatto della mancanza di presidi e di letti non adeguati non elettronici ma attualmente, nel 2026, con manovelle a mano. «Condizioni da preistoria – alza la voce Barbara – per Oss, medici e altri operatori. Non abbiamo presidi, non ci sono comodini, i letti si alzano e si abbassano con la manopola. Il sollevatore è rotto da anni. Fino a un mese fa svuotavamo i sacchi delle urine in altri contenitori. Stiamo cercando e vogliamo svolgere il nostro lavoro al meglio, per assistere il malato e dare tranquillità alle famiglie. Non siamo marionette». Non c'è nemmeno un presidio per contenere, eventualmente, dei pazienti agitati e c'è il rischio conseguente di cadute, per altro frequenti come segnalato. «Le sacche delle urine vengono svuotate in contenitori destinati all'uso dei taglianti aperti in alto – racconta un'altra lavoratrice - con possibili contagi. Per non parlare della mancanza di personale amministrativo infermieristico e soprattutto la mancanza di Oss. Gli infermieri la notte non avranno più Oss ma dovranno chiedere aiuto ad altri reparti con conseguente demansionamento della figura

professionale infermieristica e assistenza al paziente scarsa». La Asl continua a rassicurare ma sul territorio le crepe vengono evidenziate a più livelli. Si è parlato già ad esempio del botta e risposta tra il sindaco di Cerveteri, Elena Gubetti, dopo la chiusura del consultorio di via Martiri delle Foibe e del dietrofront dopo il sopralluogo e le relative rassicurazioni della direttrice generale della Asl Roma 4, Rosaria Marino e della direttrice sanitaria Cristiana Bianchini nei locali di via Suor Maria Crocifisso Curcio. «Cerveteri potrà contare su una Casa della Comunità efficiente e vicina ai cittadini», è il dietrofront del primo cittadino che ha cambiato idea in pochi giorni. «Nelle intenzioni dell'Asl, c'è quella di fare di questi spazi un vero e proprio polo d'eccellenza territoriale, dove l'utenza potrà trovare tutti i servizi primari di cui necessita, con la presenza di specialisti quali l'ortopedico, il dermatologo e il cardiologo, oltre a tutti i reparti di screening e prevenzione». In tanti però puntano il dito contro disservizi settimanali. Ad esempio l'assistenza domiciliare è stata ridotta al massimo. Non vengono più inviati fisioterapisti e altre figure professionali ai malati d'Alzheimer. Un aspetto che sta passando in secondo piano ma che penalizza moltissime famiglie. «Si parla tanto di questo polo sanitario ma non si sa che fine faccia l'ufficio Protesica che dal primo gennaio è chiuso funzionando solo online», segnala Maurizio Falconi.

INIZIA IL 2026 CON IL PROGRAMMA CULTURALE DEL GRUPPO ARCHEOLOGICO DEL TERRITORIO CERITE



Per info e prenotazioni: Tel. 0766.571727 – 392.3025990
Mail: gatc.segreteria@gmail.com

Al Castello di Santa Severa si parla di vino nella storia e si degusta il dolce nettare degli dei grazie alle conferenze del GATC, Gruppo Archeologico del Territorio Cerite.

Questa volta è stato il turno del prof. Claudio Tanari con “Nunc est bibendum”, nella prima conferenza del 2026, ma il programma culturale è ricco e non si ferma alle conferenze. Sono previste attività di divulgazione e iniziative interattive, anche all'aria aperta, dove i partecipanti intervengono in prima persona, come i corsi di restauro o le gite sul territorio in trekking. Le presentazioni dei libri si alterneranno alle lezioni di archeologia e di restauro, alle visite dei principali siti archeologici gestiti dai volontari del gruppo archeologico, come l'antica città romana di Castrum Novum, le terme delle Aquae Caeretanae, la Necropoli del Laghetto a Cerveteri, la villa romana della Posta Vecchia, il Museo del Mare e della Navigazione Antica e lo stesso Castello di Santa Severa. Un itinerario di civiltà che si dispiega nei secoli e che porta a conoscere meglio chi siamo e da dove veniamo, il tutto grazie all'apporto dei volontari e sotto l'appassionata regia dell'archeologo Flavio Enei.

Ecco i prossimi eventi e le attività per il mese di febbraio 2026:

CONFERENZE

Castello di Santa Severa, Museo del Mare e della Navigazione Antica, del Camino ore 18.00

Sabato 14 febbraio

“Aquae Tauri. Gli inediti e il culto termale” A cura del Dott. Glauco Stracci

TREKKING

Domenica 22 febbraio

Corneto medievale. Trekking urbano a cura di Mariano Precetti, Stefano Carrano, Glauco Stracci

CORSI

INTRODUZIONE ALL'ARCHEOLOGIA

A cura del Dott. Flavio Enei (dal 18 febbraio)

INTRODUZIONE AL RESTAURO

A cura di Elisabetta Bianchi (dal 22 febbraio)

Sabato 21 Febbraio

ALLUMIERE - Presentazione Progetto “Tolfa Nova”

Intervento congiunto tra Museo di Santa Marinella e Museo di Allumiere
per il recupero e valorizzazione del sito della Tolfaccia
Palazzo Camerale – Museo Civico, ore 17.30

FABRIZIO TRAINITO (Gruppo Archeologico del Territorio Cerite ODV)

Black Sand caffè

Eleganza • Gusto • Atmosfera moderna

CAFFÈ SELEZIONATI
CAPPUCCINI CREMOSI
CORNETTI ARTIGIANALI
PANCAKES
DOLCI E SALATI DEL GIORNO



VIENI A SCOPRIRE
I NOSTRI
BESTSELLER

SOCIAL

VIA MARIO SIRONI 3B LADISPOLI



3887586381

PONTE GALERIA, REA: “NON UN LAGER, MA UN DRAMMA SOCIALE”

LE ISTITUZIONI AIUTINO L'ALLEVATRICE E GLI ANIMALI, BASTA SCIACALLAGGIO

A Ponte Galeria non siamo di fronte a un caso di criminalità, ma a una tragedia della solitudine e dell'indigenza che il Comune di Roma e i servizi sociali non possono continuare a ignorare. Pur condividendo lo stato non idoneo del luogo dove i cani vivono definire 'lager' la struttura di un'allevatrice di fama internazionale, lasciata vivere senza acqua né luce, è un atto di sciacallaggio mediatico che REA respinge con forza. Lo dichiara Gabriella Caramanica, Segretario Nazionale del partito politico REA, dopo essere stata personalmente sul campo per accertare la realtà dei fatti.

La posizione di REA ribalta la narrazione degli ultimi giorni. La proprietaria della struttura, è un'allevatrice ed educatrice cinofila iscritta all'ENCI, stimata a livello internazionale e pluripremiata per la selezione di pastori asiatici. “Questa signora ha dedicato la vita ai suoi animali, che sono la sua unica ragione di sussistenza. Purtroppo, a causa di gravi vicissitudini personali, si trova oggi a vivere in condizioni di povertà estrema. È assurdo che nel 2026 una cittadina sia privata dei servizi essenziali, trascinando con sé nel disagio anche i suoi cani”, prosegue Caramanica.

REA contesta duramente le azioni di chi ha cercato visibilità personale attraverso blitz spettacolari, senza comprendere il contesto umano e professionale della vicenda.

“La giustizia e il benessere animale non si fanno con i video sui social o con la gogna mediatica contro chi è già in ginocchio. Si fanno pretendendo che le istituzioni intervengano per ripristinare condizioni di vita dignitose. Chiediamo che l'Amministrazione Capitolina e la ASL Roma 3 non procedano a sequestri punitivi, ma attivino un piano di sostegno che permetta alla signora Irina di continuare a prendersi cura dei suoi animali in una struttura a norma e servita dalle utenze di base”.

“REA è al fianco di chi ama gli animali e si batte per la loro tutela, ma non accetta che la povertà venga confusa con la crudeltà. Il vero scandalo non è l'allevatrice, ma uno Stato che permette a una professionista stimata di finire nel fango della disperazione. Chiediamo rispetto per la dignità di Irina e sicurezza per i suoi animali :le istituzioni battano un colpo e offrano soluzioni, non solo sanzioni”, conclude il Segretario Nazionale.



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_



Via Settevene Palo 1G CERVETERI

06 9837 6097



King Drive



Wifi



Parcheggio



**Feste
di compleanno**



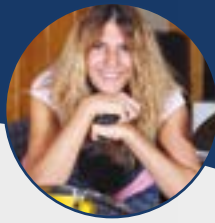
Play King



Delivery

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





UNA POLTRONA X 2

Rubrica teatrale a cura di Mara Fux

SETTE MINUTI

Avvincente, coinvolgente e ricco di momenti d'empatia torna a Roma dal 10 febbraio sul palcoscenico del Teatro Vittoria "7 minuti" commedia corale, decisamente al femminile, firmata da Stefano Massini e diretta da Claudio Boccaccini. Motivo occasionale e spunto di nascita di una sceneggiatura che cresce di scena in scena grazie ad un ritmico susseguirsi di colpi di scena, è un fatto realmente accaduto al personale di una fabbrica tessile di Yssingeaux nell'Alta Loira nel 2012 quando la multinazionale subentrata alla dirigenza dell'impresa per evitare licenziamenti propose alle operaie un taglio di ben 7 minuti su un totale di 15 dell'intervallo. Partendo dalla necessaria discussione di una questione in apparenza solo sindacale, l'autore dà voce a undici personaggi femminili che costituiscono la rappresentanza dei reparti della fabbrica, donne diverse per età, cultura, provenienza che, messe dinanzi a questa importante scelta, si confrontano e scontrano con le compagne in un dialogo aspro e serrato in cui ciascuna porta il proprio vissuto, la propria personalità, le proprie convinzioni. Il risultato è un' indiscutibile prova d'attrice che ha reso Stefano Massini meritorio del premio "Tony Award". Viviana Toniolo, Silvia Brogi, Liliana Randi, Chiara Bonome, Chiara David, Francesca Di Meglio, Mariné Galstyan, Ashail Lombardo Arop, Maria Lomurno, Daniela Moccia, Sina Sebastiani sono le bravissime interpreti di uno spettacolo che lascia lo spettatore col fiato sospeso fino alla drammatica e decisiva votazione finale. Con musiche originali di Massimiliano Pace ed impianto scenico di Eleonora Scarponi, la commedia resterà in scena sino al 15 febbraio con repliche serali alle ore 21,00 dal martedì al sabato e pomeridiana alle 17,30 della domenica.

Teatro Vittoria, Piazza Santa Maria Liberatrice n 10, Roma - telefono 06 5740170



BUONI DA MORIRE

La divertentissima coppia scenica composta da Patrizia Pellegrino e Bruno Maccallini è protagonista insieme al poliedrico Blas Roca Rey della nuova commedia di Gianni Clementi "Buoni da morire" in scena da giovedì 12 febbraio al Teatro Manzoni di Roma. La messa in atto della solidarietà è il tema di fondo lanciato sul "tavolaccio" dal commediografo romano che a colpi di cinismo e di ironia mette a dura prova la coscienza di una consolidata coppia di coniugi introducendo nel focolare domestico, giustappunto alla Vigilia di Natale, un insolito vecchio compagno di scuola caduto in disgrazia. L'effetto catartico sullo spettatore del pragmatico detto "a parole so' bravi tutti!", sagacemente gettato lì dall'autore, è inevitabile: chi potrà scamparlo non immedesimandosi almeno per qualche secondo in momenti, ahimé, accaduti o accadibili? Ancora una volta la penna di Clementi si addentra negli status comportamentali del singolo individuo esorcizzando attraverso dei personaggi che stavolta è lui stesso a dirigere. Le scene e i costumi sono di Clara Burro mentre il disegno luci è di Umile Vainieri. Il fatto stesso che la commedia sia diretta dall'autore rende la stessa imperdibile per lo spettatore poiché per quanto l'opera drammaturgica di Clementi contenga un'infinità di titoli di successo, è ben più raro vederlo dirigere un suo lavoro. Lo spettacolo resterà in scena fino al 1 marzo con repliche serali alle 21,00 dal martedì al sabato e pomeridiane di sabato e domenica oltre a turni d'abbonamento infrasettimanale.

**Teatro Manzoni, Via Monte Zebio 14/C - Roma
Telefono 06 3223634 whatsapp 327 89 59 298**



TEATRO

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

L'OROSCOPO

che punge ma non fa male

Settimana dal 6 al 12 febbraio

21 marzo - 19 aprile

ARIETE



Emozioni in primo piano. Il freddo invernale invita a dedicare maggiore tempo alla cura della persona. Novità in arrivo per i nati nella prima decade.

23 settembre - 22 ottobre

BILANCIA



Il corpo richiede attenzioni. Non trascurare la persona cara è il consiglio degli astri. Qualcuno attende con amore un vostro passo.

Grane sul lavoro legate a soluzioni rinviate. Cercate di mantenere la calma nonostante gli stimoli. Cambiamenti in ambito finanziario.



TORO

20 aprile - 20 maggio

23 ottobre - 21 novembre

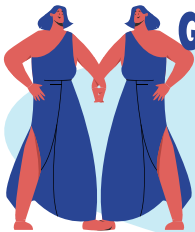
SCORPIONE



Maggiore attenzione all'alimentazione come antidoto al malumore. Lavoro in calo per i liberi professionisti che potranno allargare i loro orizzonti.

21 maggio - 20 giugno

GEMELLI



La vita di coppia vi snerva. Cercherete un diversivo alla noia in grado di salvare il rapporto. Per i single è tempo di cambiamenti, a partire dal look.

22 novembre - 21 dicembre

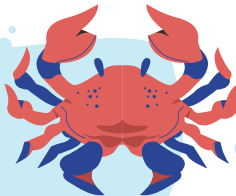
SAGITTARIO



Testardi e incapaci di dire SI vi troverete a dover gestire una situazione imprevista senza il sostegno della famiglia. Occasione per evolvere.

21 giugno - 22 luglio

CANCRO



Tensione nascosta ma insistente potrebbe causare malesseri passeggeri. Trovate rifugio nella meditazione. Se possibile concedetevi una pausa.

22 dicembre - 19 gennaio

CAPRICORNO



La lucidità è necessaria in questa settimana costellata da impegni vitali. Mettete da parte l'orgoglio e, se sarà necessario, sappiate chiedere aiuto.



LEONE

23 luglio - 23 agosto

La grinta non vi manca, neanche la fortuna. Le stelle esortano ad osare in campo sentimentale. La paura del rifiuto è un freno da eliminare.

20 gennaio - 19 febbraio

ACQUARIO



Reduci dal compleanno guardate il percorso con occhi attenti valutando le svolte con cura. Per chi cerca un partner è la settimana giusta per uscire.

24 agosto - 22 settembre

VERGINE



Una persona cara potrebbe deludervi. Aspettate prima di reagire. Sul lavoro le risposte arrivano veloci e piacevolmente favorevoli.

20 febbraio - 20 marzo

PESCI



Eredità o piccole vincite in arrivo con gli astri dalla vostra parte vi sentite invincibili e, lo sarete davvero. Osate chiedere ora ciò che vi sta a cuore

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

FOCUS SULLA LARINGITE CRONICA



La laringite cronica non è dovuta, come la **laringite acuta**, ad un'infezione della laringe inserita nel quadro di un'infezione virale o batterica, associata di consueto a tracheobronchite e/o rinosinusite. Vi è l'infiammazione cronica della mucosa della restante laringe. Nell'ambito della diagnostica del medico della medicina territoriale dobbiamo **interrogare il paziente**: Qual è la sua professione? Gli eccessi di tosse avvengono specialmente la mattina? Oppure di notte? (sospettare il reflusso gastroesofageo o l'assunzione di Ace-inibitori antipertensivi). La tosse è scatenata in determinati ambienti? Dopo l'assunzione di particolari alimenti? Il paziente è affetto da asma bronchiale con espirazione prolungata (EP, "weezing")?

Quali sono le eziologie più frequenti? Soprattutto quelle inalatorie: fumo di sigaretta, eccessivo calore, polveri, sostanze chimiche nell'aria; persino l'aria condizionata (in alcuni soggetti). Come nella raucedine la tosse la riscontriamo nella **disfonia ipercinetica**, la malattia professionale principale dei professionisti della voce (cantanti, attori, insegnanti, tifosi sportivi, politici etc). In questo casi al mattino la voce è migliore rispetto alle ore serali.



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.*

<Generalmente si associa ad una respirazione patologica alta, che si manifesta con l'innalzamento delle spalle. La voce di conversazione è roca, stridula, compressa, velata e/o rauca> (Otorinolaringoiatria. **W. Arnold, O. Ganzer, S. Iurato** 2008). La laringite cronica colpisce più frequentemente adulti di sesso maschile.

Qual è la sintomatologia? Raucedine, senso di secchezza in gola, necessità di rischiarare la voce tossendo, tosse secca con produttività diurna, notturna. **Le complicanze** possono essere di una certa gravità: evoluzione in precancerosi, carcinoma in situ, carcinoma microinvasivo (10-20%). **In ambito diagnostico**, oltre alla già citata anamnesi mirata (professione, fumo, esposizione a sostanze nocive etc) è indispensabile un **esame obiettivo completo**. **Lo specialista ORL** si dovrà avvalere **dell'endoscopia nasale** (es. deviazioni del setto nasale); della **laringoscopia con endoscopia**: studio delle **corde vocali** se **ispessite** di forma cilindrica, normomobili con superficie asciutta, irregolari, di colorito rosa pallido, presenza di mucosa eccessiva, esuberante. Per escludere una neoplasia, nei casi sospetti, si ricorre ad una biopsia multipla. **Nella diagnosi differenziale** oltre alla displasia, carcinoma in situ, carcinoma microinvasivo non dobbiamo trascurare le forme micotiche (candidosi da abuso di antibiotici e/o cortisonici, più frequenti nei pazienti defedati) né le più rare amiloidosi e tubercolosi (per lo più colpiscono un solo lato). **Quali consigli suggerire?** **Qual è la terapia medica?** E' necessario non fumare (e stare lontani da chi fuma), allontanarsi dalle noxae patogene accertate. Mettere a riposo la voce. Mucolitici, suffumigi, farmaci inalatori semplici con camomilla e bicarbonato. Molto utile un trattamento termale. Nelle forme più invalidanti, recidivanti, glucocorticoidi e mucolitici per via aerea, eventualmente associate ad antibiotici (cefalosporine). Nel reflusso gastroesofageo è utile dormire con la testa sollevata ed assumere bloccanti della pompa protonica. In caso di marcato rigonfiamento delle corde vocali è necessario ricorrere ai glucocorticoidi, facendo attenzioni alle controindicazioni (gastroduodeniti, ipertensione arteriosa, diabete mellito). Concedetemi un'ultima nota pertinente i "professionisti della voce". La Fitoterapia e ancor più l'Omeopatia, nelle forme funzionali non gravi, hanno una "marcia in più". Sono più personalizzate. Pensate solo alla "voce in falsetto", con toni alti alternati a quelli bassi. Ditemi voi quale farmaco di sintesi può superare il rimedio omeopatico Arum Tryfillum? L'omeopatia, materia ben più difficile, in buone mani (sempre meno purtroppo!) è come una "sartoria dell'eccellenza", artigianale, su misura, non commercializza abiti preconfezionati.



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



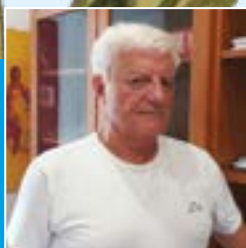
f Ferri Carni

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

ERYSIMUM OFFICINALIS L'ERBA DEL CANTANTE

Negli oratori, cantanti, insegnanti, ossia in tutti coloro che per motivi professionali fanno un uso intenso e continuato della voce (non dimentichiamoci dei tifosi sportivi) il mondo vegetale ci regala una pianta veramente efficace **Erismo** o **Sisimbrio**, come si vuol chiamarlo, appartiene alla famiglia delle **Crocifere** (B.Brigo) secondo altri alle **Brassicacee** (Campanini E). Viene chiamata anche "erba del cantante" per la sua efficacia nelle **alterazioni della voce**. Nell'**afonia** quando vi è perdita della voce, nella **disfonia** quando vi è un'alterazione del timbro vocale, nelle **raucedini**, quando la voce diventa roca e bassa. L'Erismo ha una spiccata organotropismo sul faringe, laringe, trachea. **I principi attivi** sono eterosidi solforati, (sinagrina, glucociclerina etc), cumarine, flavonoidi, olio essenziale.

Quali sono le sue proprietà? Attenua i sintomi dolorosi legati alla secchezza o all'infiammazione del laringe e del faringe. E' antinfiammatorio, antisettico, fluidificante. **Quale le indicazioni?** L'erba dei cantanti è il fitocomplesso specifico per le affezioni faringo - laringee- tracheali che comportano alterazioni della voce. Particolarmente utile nella **raucedine e afonia** qualunque sia la causa (raffreddamenti, forzo vocale etc). Nell'eccessivo impiego delle corde vocali degli oratori, cantanti, insegnanti. L'Erismo è considerato il rimedio specifico nelle laringiti soprattutto in seguito a sforzo vocale (**Halland F. Phytoterapie. Masson Paris 1988**). Vanta altresì anche un'azione mucolitica ed espettorante. L'ho trovato utilissimo nel "rischiare la voce" di cantanti, oratori, politici, insegnanti,



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.*

tifosi urlanti . L'importante è che la terapia non sia solo temporanea e sintomatica ma venga protratta nel tempo (in coloro che utilizzano la voce frequentemente). Solo nell'afonia occasionale può essere impiegato per pochi giorni.

Forme farmaceutiche: Erysimum officinalis T.M. 25 gtt, in poca acqua, tre volte al giorno .

Polvere: 50-100 mg per cps. **Infuso** (forma utilizzata da **Leclerc**) 6 gr per tazza d'acqua bollente. Lasciare in infusione per 20 min, bere mezza tazza due volte al giorno. L'Erismo, pianta erbacea, è impiegata come **collutorio (Brunetton J. Pharmacognosie. Technique et documentation Lavoisier Paris 1993).**

Tossicologia: alle dosi terapeutiche non si segnalano effetti secondari. Solo in caso di sovradosaggio se vi possono essere sintomi simili a quelli indotti della digitale. Va evitato l'uso in pediatria ed in gravidanza. Il nome Erismo deriva dal greco: eruo (io salvo) e oimos (il canto). Sisimbrio dovrebbe invece derivare ad una pianta che fece rifiorire la voce a Sisymbria, antica attrice greca. Non sono a conoscenza di studi in campo gemmoterapico. Ne trova indicazioni omeopatiche.

Notevoli sono però ben 5 rimedi omeopatici nell'alterazione della voce.

- 1) **Arnica** 5 CH, cinque granuli più volte al giorno nell'affaticamento delle corde vocali, dopo aver gridato, cantato o parlato a lungo. L'Arnica è il rimedio dei traumi; quindi anche quelli che interessano le corde vocali.
- 2) **Aconitum** 7 CH, cinque granuli tre volte al giorno quanto l'afonia insorge dopo colpo di freddo. Il paziente è agitato ed accusa tosse secca.
- 3) **Argentum metallicum** 5 CH, cinque granuli ogni due ore, diradando le somministrazioni in base al miglioramento. Molto utili nei cantanti e oratori di professione (come il Sisimbrio fitoterapico).
- 4) **Arnica** è occasionale, **Argentum metallicum** è invece un rimedio adatto ai professionisti della voce.
- 5) **Ignatia** 9 CH, cinque granuli una sola volta al giorno, è specifico nei casi di afonia di origine neurodisonica, quando dopo uno shock psicofisico si resta letteralmente muti, senza voce.
- 6) **Arum triphyllum** 5 CH, cinque granuli ogni due ore, diradando in base al miglioramento. Ho lasciato questo rimedio per ultimo. E tuttavia al primo posto quando, sempre in tutti coloro che hanno abusato della voce, quest'ultima assume un **"tono in falsetto"**, ossia quando il soggetto **alterna toni alti a toni bassi**. Il timbro della voce varia continuamente.

N.B. Le indicazioni omeopatiche provengono da "Nuovo Repertorio di Omeopatia dalla A alla Z" **Ercoli A.** (in corso di stampa).



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 MUSCOLI: COSTRUISCI OGGI CIÒ CHE TI MANTERRÀ IN SALUTE DOMANI

Quando si parla di salute, il pensiero va subito al cuore, al cervello, ai vari organi interni e, magari, anche alle ossa; raramente ai muscoli. Eppure oggi la medicina sta rivalutando proprio questo tessuto troppo a lungo dimenticato.

Il muscolo non è solamente ciò che permette di camminare, sollevare pesi o mantenere la postura eretta, ma un organo biologicamente attivo, capace di dialogare con tutto il resto dell'organismo e di influenzare profondamente la nostra salute, la capacità di adattamento allo stress e perfino i processi di invecchiamento.

Oggi sappiamo **che il muscolo è un organo endocrino** che durante la contrazione rilascia nel sangue sostanze chiamate miochine, veri e propri messaggeri chimici. Queste molecole sono in grado di migliorare la **sensibilità insulinica**, modulare la **risposta infiammatoria**, regolare il metabolismo lipidico, favorire la **neuroprotezione** e influenzare il tono dell'umore. Alcune miochine esercitano anche **un'azione immunomodulante**, contribuendo al controllo dell'infiammazione cronica di basso grado, oggi riconosciuta come uno dei principali meccanismi alla base di molte malattie croniche.

Un muscolo forte è un alleato fondamentale per la **salute delle ossa**. La contrazione muscolare stimola il tessuto favorendo il mantenimento della densità minerale. Muscolo e osso costituiscono un'unità funzionale: quando il muscolo si indebolisce, anche l'osso perde resistenza, aumentando il rischio di fratture, cadute e perdita di autonomia.

La salute muscolare ha implicazioni profonde nella **salute metabolica**. Il muscolo rappresenta il principale sito di utilizzo del glucosio nell'organismo: ogni volta che si contrae aumenta la capacità di captare glucosio dal sangue anche in modo indipendente dall'insulina. Questo meccanismo spiega perché l'attività muscolare sia uno



Dottoressa
Carola Cimarelli

C.f. Specialista in Medicina Generale

Esperta in nutrizione - M.m.g. ASL Roma 4

Master Universitario secondo livello in Dietetica e Nutrizione

degli strumenti più efficaci nella prevenzione e nel trattamento del diabete di tipo 2 e della sindrome metabolica. Tra le miochine più studiate, l'irisina favorisce il dispendio energetico stimolando la trasformazione del tessuto adiposo bianco in una forma metabolicamente più attiva, definita grasso bruno, con effetti positivi sul controllo del peso e del metabolismo. Con l'avanzare dell'età il muscolo tende fisiologicamente a ridursi. Già intorno ai 30/40 anni inizia una lenta ma progressiva perdita. Dopo i 60 anni il muscolo diventa estremamente sensibile all'inattività. Bastano pochi giorni di immobilità - ad esempio durante un ricovero o una malattia- per perdere massa e forza muscolare. Quando questa riduzione diventa significativa si parla di sarcopenia, una condizione che non riguarda solo la forza, ma l'intero equilibrio dell'organismo causando fragilità, ridotta risposta allo stress, aumento delle complicanze di qualsiasi altra patologia e incremento del rischio di ricoveri e mortalità.

L'importanza della massa muscolare emerge anche in campo oncologico. I pazienti con un muscolo sano presentano una migliore tolleranza alle terapie, incluse la chemioterapia e le terapie target, minori effetti collaterali e, in alcuni casi, una prognosi migliore. **Il muscolo rappresenta una vera riserva funzionale, capace di sostenere l'organismo durante le fasi di malattia e trattamento.**

Parametri molto semplici come la forza di presa della mano o la velocità del cammino possono essere considerati ottimi indicatori di salute globale. Questi parametri sono potenti predittori di disabilità, eventi avversi e mortalità, spesso più efficaci di molti esami strumentali complessi.

Se vogliamo prenderci cura dei nostri muscoli, il primo passo è muoversi. Camminare è sicuramente importante, ma non basta: è necessario affiancare esercizi di forza (pesi, elastici, corpo libero) almeno due volte la settimana, perché solo questo tipo di stimolo è in grado di contrastare efficacemente la perdita di massa e forza muscolare.

Accanto al movimento, l'alimentazione gioca un ruolo chiave. L'apporto proteico deve essere adeguato: negli adulti sani si stima circa 0,8 g di proteine per kg di peso corporeo al giorno, che può aumentare fino a 1,2-1,5 g/kg negli anziani fragili, se non controindicato. È importante distribuire le proteine durante la giornata, idealmente in tre pasti, garantendo in ciascuno una quota di circa 25-30 g di proteine. Rispetto alle proteine alimentari nel loro complesso, le miscele di aminoacidi essenziali sembrano avere effetti superiori sulla sintesi proteica. In particolare, la **leucina** svolge un ruolo chiave nell'attivazione delle vie anaboliche muscolari, soprattutto nei soggetti anziani. Anche la **creatina**, soprattutto se associata all'esercizio di resistenza, e un adeguato livello di **vitamina D** contribuiscono al mantenimento della funzione e della qualità del muscolo.

Iniziamo a prenderci cura dei nostri muscoli: sono l'organo della longevità, capace di determinare la qualità della nostra salute nel tempo.

naturasi
BEN DI BIO

segnalato da
GAMBERO ROSSO

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

È NORMALE AVERE LA SCIATICA IN GRAVIDANZA?

È una delle domande che mi vengono poste più spesso durante la gravidanza, soprattutto quando il dolore parte dalla zona lombare o dal gluteo e scende lungo la gamba. A volte è una fitta improvvisa, altre un bruciore continuo, altre ancora una sensazione di scossa che rende difficile camminare, stare sedute o anche girarsi nel letto. La risposta più frequente è: "Sì, è normale, passa dopo il parto". Ma non sempre questa spiegazione è sufficiente. La sciatica in gravidanza è un disturbo abbastanza comune e tende ad aumentare con l'avanzare della gestazione, soprattutto dal quinto-sesto mese in poi. In letteratura si stima che possa riguardare circa il 10-25 % delle gestanti e aumentare man mano che il corpo si adatta alla crescita dell'utero e del feto.

Il nervo sciatico attraversa una zona - bacino e colonna lombare - che in gravidanza cambia profondamente, non solo per l'aumento di peso, ma per una vera e propria riorganizzazione corporea. Gli ormoni della gravidanza come la relaxina ammorbidiscono legamenti e articolazioni, favorendo la preparazione al parto ma riducendo la stabilità delle articolazioni pelviche e lombari.

Negli ultimi mesi un ruolo importante può giocarlo anche la posizione del bambino. Con la discesa verso il bacino, la distribuzione delle pressioni può diventare asimmetrica e aumentare la tensione su un lato solo, favorendo la comparsa del dolore sciatico. In alcuni casi, la testa del bambino può poggiare vicino al nervo generando ulteriore irritazione nella fase finale della gravidanza.

In questo contesto può essere coinvolto anche il muscolo piriforme, un muscolo profondo del gluteo in stretto rapporto anatomico con il nervo sciatico, che tende a



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)

irrigidirsi quando il bacino perde equilibrio.

È importante chiarire un punto: nella maggior parte dei casi la sciatica in gravidanza non è causata da un'ernia del disco. Molte donne non avevano mai avuto problemi alla schiena prima e spesso il dolore compare anche in assenza di alterazioni evidenti agli esami strumentali. Più frequentemente la causa è legata alla combinazione di pressione meccanica, tensioni muscolari profonde e adattamenti posturali dovuti alla gestazione.

Un segnale tipico è il dolore che peggiora stando sedute a lungo, guidando o girandosi nel letto, oppure che si manifesta soprattutto da un lato. Anche il riposo notturno può diventare difficile. In questi casi, dormire sul fianco con un cuscino tra le gambe può favorire un miglior allineamento del bacino e ridurre le tensioni asimmetriche, alleggerendo il carico sulla zona lombare e pelvica. Se non ci sono controindicazioni mediche, movimenti dolci di mobilità e lavoro guidato con la fit-ball possono aiutare il corpo ad adattarsi meglio ai cambiamenti in corso, migliorando stabilità e distribuzione delle forze senza forzature. La fit ball, con movimenti controllati, stimola dolcemente i muscoli del bacino, delle anche e della colonna, favorendo una maggiore libertà di movimento e riducendo la tensione sulle strutture profonde legate al nervo sciatico.

Altri accorgimenti utili includono cambiare posizione frequentemente durante il giorno per evitare tensioni mantenute sempre sugli stessi muscoli, camminare regolarmente o praticare attività a basso impatto come nuoto o ginnastica dolce prenatale (quando approvato dal medico) per migliorare la mobilità complessiva senza sollecitare eccessivamente la colonna.

L'osteopatia può essere un supporto utile nelle gravidanze fisiologiche. Il trattamento, sempre delicato e adattato alla fase gestazionale, non lavora direttamente sul nervo, ma sull'equilibrio del bacino, sulla mobilità della colonna e sulla riduzione delle tensioni che contribuiscono all'irritazione. L'obiettivo è aiutare il corpo ad adattarsi in modo più armonico alle trasformazioni della gravidanza.

È fondamentale ricordare che ogni dolore persistente o intenso va sempre valutato dal medico o dal ginecologo, soprattutto se associato a perdita di forza o sensibilità agli arti inferiori. L'osteopatia non sostituisce il controllo medico, ma può affiancarlo come supporto.

La gravidanza non dovrebbe essere un periodo da "stringere i denti". Comprendere l'origine della sciatica e intervenire in modo adeguato può aiutare a ridurre il dolore e a mantenere una migliore qualità di movimento. Arrivare al parto con un corpo meno contratto e più equilibrato significa affrontare questo passaggio con maggiore serenità.



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



SESSO E CIBO

Quando si pensa all'accoppiamento "sesso e cibo" si pensa ai pasti afrodisiaci oppure alle famose immagini del film degli anni '90 "9 settimane e mezzo". Un docente di un corso di aggiornamento disse che "a tavola e a letto si concludono molti affari". Al di là di ciò che la fantasia ci offre, vorrei proporre delle riflessioni su come il cibo e il sesso siano due potenti mezzi di comunicazione, siano due elementi della nostra vita fondamentali per la sopravvivenza (il cibo per il nostro corpo e il sesso per la specie) e siano quasi sempre i primi elementi a essere intaccati quando qualcosa non va dentro di noi o nella coppia. Come ho detto in un precedente articolo, la sessualità è una sfera della nostra esistenza composta da vari elementi, in cui il sesso/genitalità ne è solo uno. La sessualità è il rapporto con il nostro corpo, con la nostra identità di genere, con gli altri sia in senso amicale sia in senso di coppia, è influenzata da convinzioni educative e culturali, nonché dalle nostre esperienze famigliari. Il 1968 ha segnato la grande rivoluzione femminile e sessuale: la donna si è presa il diritto di fare o no l'amore, con chi voleva e quando lo voleva; ha iniziato a scegliere la maternità con l'introduzione dei contraccettivi e la legalizzazione dell'aborto. La cultura, però, con i suoi vecchi schemi mentali, è sempre presente. Il messaggio che viene veicolato dai mass media è: "le brave ragazze sono magre, le brave ragazze non fanno sesso con chiunque". Adesso parliamo di aspetto fisico. La donna magra, nella nostra società, è considerata una donna decisa, efficiente,

volenterosa e che potrebbe raggiungere posizioni di potere; nell'immaginario comune, la donna magra ha una forte autostima mentre la donna formosa viene considerata debole e con bassa autostima. La donna magra viene considerata desiderabile sessualmente e ben capace nel fare sesso mentre la donna molto su di chili viene considerata impacciata e desiderata da persone simili di corporatura o con problemi ("chi vuoi che se la prenda?"). Nei disturbi alimentari viene meno la relazione col piacere in senso lato: piacere di mangiare, piacere di stare con gli amici nonché viene ad essiccarsi il desiderio e il piacere sessuale (nelle donne si perde o si altera gravemente il ciclo mestruale). È vero anche il contrario: quando una persona si sente costretta ad astenersi dall'attività sessuale sballa anche il rapporto con il cibo: o esagera o lo si riduce all'osso. Si parla di "anoressia e bulimia sessuale" quando la sessualità viene attuata attraverso gli stessi meccanismi mentali (privazione/abbuffate-sensi di colpa-condotte evacuative) sottostanti ai disturbi alimentari. Nel "vomiting" (Nardone et al.), per esempio, si instaura un appuntamento segreto e piacevole con la condotta evacuativa (il vomito) che viene definito "l'amante segreto"; quindi l'attenzione terapeutica va spostata dal cibo e dall'abbuffata al rituale connesso al vomitare. Quando si intuisce un disturbo (alimentare o relazionale) è importante intervenire precocemente affinché gli schemi mentali e comportamentali non si cristallizzino. Il disturbo non passa autonomamente.



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

www.psicoterapeutamasin.it

Cerveteri
Via Delle Mura Castellane, 60

PREVENZIONE SENOLOGICA

*Da sempre al fianco
della salute delle Donne*



Mammografia +
Ecografia mammaria

110 €

- ✓ Tecnici professionisti e Medici specialisti
- ✓ Tecnologia all'avanguardia
- ✓ Referti in tempi rapidi



06 9962999

PRAECILIA
DIAGNOSTICA

Via di Cinquilla 22
BRACCIANO

QUANDO UN BIMBO NON DORME AL BUIO... E VUOLE UNA LUCE ACCESA!

E' importante conoscere questa abitudine di alcuni bambini per poterli aiutare. Aiutarli non tanto perché dormono con una luce accesa ma perché questi bambini, oltre a questo aspetto, sono bimbi con un profilo comportamentale molto intenso, caratterizzato da paura e agitazione. Sono bimbi terrorizzati appunto dal buio, dalle ombre e dalla notte. Hanno paura a restare soli e chiedono la presenza di un adulto, vicino a loro. Hanno frequentemente incubi notturni con urla che manifestano un forte spavento. Frequentemente hanno paura degli animali e delle persone sconosciute. Come comportamento manifestano irrequietezza; sono bambini iper reattivi e in alcuni casi manifestano aggressività. Tipica è la reazione di mordere, reazione anomala e comunque sempre sproporzionata rispetto allo stimolo scatenante. Sono bimbi che comunque migliorano se rassicurati con un tono dolce, garbato.

Purtroppo, per esperienza, notiamo che per questa condizione, non così rara, i genitori tendono a non aprirsi e a non chiedere aiuto. Eppure la medicina in questo caso non può molto se partiamo dal presupposto che in età infantile i farmaci, giustamente, si tende a non prescriverli. Inoltre spesso i bambini sono veramente piccoli e non si può pensare per loro ad un percorso psicologico partecipato. Ecco quindi la grande possibilità di aiuto che ci offre la medicina omeopatica. Per questa condizione il nostro alleato si chiama Stramonium. Una pianta, una solanacea dalle proprietà inaspettate. Useremo lo Stramonium in granuli, alla 30 ch, per una ventina di giorni. Scioglieremo in poca acqua, tre granuli del rimedio omeopatico e la soluzione, così ottenuta, la faremo bere a piccoli sorsi al bimbo, un'oretta prima che vada a nanna. Dimenticavo...per sciogliere i granuli usate sempre un cucchiaino di plastica!

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



SOSTERREMO LA CAMPAGNA DI SCAVO ESTIVA 2026 DEI VOLONTARI DEL GATC

(Gruppo Archeologico Cerite), coordinati dal Presidente Flavio Enei e dal Vice Presidente Roberto Della Ceca

"L'impresa non può guardare solo all'indice dei profitti. Deve distribuire ricchezza, cultura, servizi, democrazia."

Adriano Olivetti

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

> E SU TUTTI I PRODOTTI CHE HANNO UN COSTO
SUPERIORE A € 19,99

*PER I FARMACI È NECESSARIA PRESCRIZIONE MEDICA

**10% DI SCONTO SU
TUTTI I PRODOTTI**

> CHE HANNO UN COSTO A PARTIRE
DA € 4,99 A € 19,99



FARMACIA
Salvo D'Acquisto
OFFICINA della SALUTE

LA PRIMA FARMACIA SOLIDALE ITALIANA



PAGA CON
SATISPAY

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

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

PER I TUOI ORDINI  **351 8908538**



SALUS
MEDICAL CENTER

DA OLTRE
40 ANNI
AL SERVIZIO DELLA
VOSTRA SALUTE

Scopri le nostre promozioni
www.grupposalus.net

☎ 06 99.49.944

Ladispoli: Via Ancona, 94 - Piazza I. Odescalchi, 4
Cerveteri: Via E. Salomone, 14/18