



L'ortica

SETTIMANALE

Anno XXIX n° 07 - 2026

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

LE SCOGLIERE SALVERANNO LADISPOLI?

10 MILIONI DI EURO PER LE BARRIERE
A TUTELA DI 3,5 CHILOMETRI DI TRATTO COSTIERO
AD APRILE PARTONO I LAVORI

ATTUALITÀ
ADOLESCENTI NELLA
MORSA DEL DIGITALE

TERRITORIO
AL VIA I LAVORI
AL CIMITERO DI CERI

EVENTI
CORSO DI STORIA DEL CINEMA
A CURA DI MICHELE CASTIELLO

CERVETERI
L'ULTIMO SALUTO
A DAMIANO ALBERTI

TERRANOVA
BRACCIANO





MONDADORI
BOOKSTORE

LADISPOLI

VIALE ITALIA, 124

06 83082767

CIVITAVECCHIA

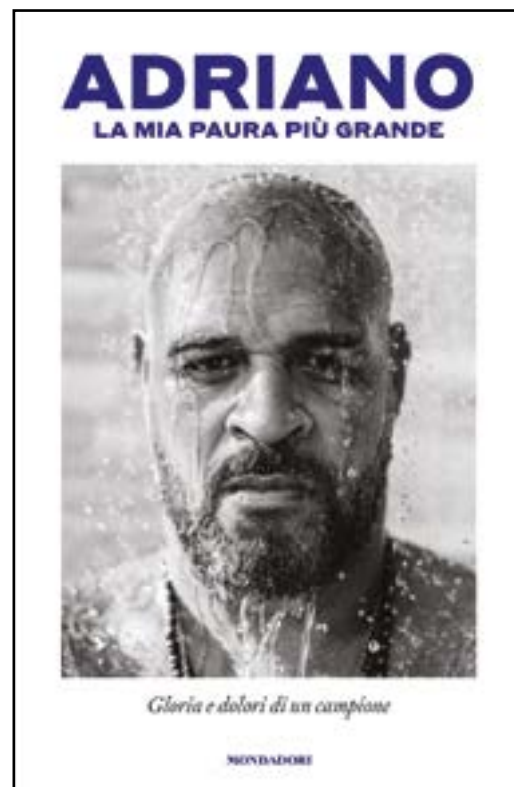
VIALE GARIBALDI, 30

0766 35594

ADRIANO

LA MIA PAURA PIÙ GRANDE

“Non è facile essere una promessa incompiuta. Soprattutto alla mia età. Mi chiamano l’Imperatore. Pensa un po’. Un ragazzo che parte dalla favela per guadagnarsi il soprannome di Imperatore in Europa. Come te lo spieghi, amico? Io non ci sono ancora riuscito.” Dietro i miti sportivi ci sono persone che sentono, patiscono e a volte si perdono. Adriano Leite Ribeiro, per tutti Adriano e per gli amanti del calcio giocato l’Imperatore, è una di queste, e nella sua autobiografia racconta in modo sincero e toccante la sua vita, costellata di vette abbaglianti e abissi senza alcuna luce. Scritto in collaborazione con il giornalista Ulisses Neto, La mia paura più grande parte dalle umili origini nella favela di Vila Cruzeiro a Rio de Janeiro, un ambiente che lo ha forgiato e che gli è rimasto nell’anima. Adriano racconta i sogni di un ragazzino brasiliano, la chance di riscatto che si concretizza con l’esordio nel Flamengo e il rapido arrivo in Europa, dove viene consacrato fra i grandi del football, soprattutto quando indossa la maglia di centravanti dell’Inter. Ma nel privato non tutto funziona come sul campo da calcio. Alla morte del padre, Almir, nel 2004, Adriano crolla e precipita in una profonda depressione, cercando rifugio nella vita notturna di Milano dove sviluppa una grave dipendenza dall’alcol. Il grande calciatore racconta come il club nerazzurro, e in particolare il presidente Massimo Moratti, tenti in tutti i modi di aiutarlo, arrivando a proporgli di entrare in una clinica per disintossicarsi. E spiega anche la sua decisione di fuggire dal clamore e dai paparazzi europei per “nascondersi” nella sua favela, dove si sente protetto e può essere semplicemente uno come gli altri, libero dall’ansia delle aspettative altrui. La mia paura più grande è un’approfondita riflessione sullo “spreco” di talento e di vita, ma anche la condivisione del fatto che chiunque può imboccare un percorso di crescita per conquistare un po’ di serenità.



ADRIANO LEITE RIBEIRO

Noto semplicemente come Adriano (Rio de Janeiro, 17 febbraio 1982), è un ex calciatore brasiliano, di ruolo attaccante.

Soprannominato Imperatore in riferimento all'omonima figura storica,^{[7][8]} in giovane età veniva ampiamente considerato come uno dei talenti più promettenti al mondo,^{[9][10]} tanto da raggiungere rispettivamente la sesta e la settima posizione nella classifica del Pallone d'oro (nel 2004 e nel 2005) all'età di soli 22 e 23 anni.^{[11][12]} Tuttavia, nel corso degli anni non è riuscito a esprimere appieno il potenziale riconosciuto,^[13] tanto che la stessa rivista francese France Football lo ha inserito nella lista dei più grandi talenti sprecati nella storia del calcio.



E V E N T I



SCENA DEL CRIMINE CASTELLO DI CERI 21 FEBBRAIO

Pranzo crime a Ceri: per chi ama il brivido dell'indagine, ma non vuole rinunciare al piacere del gusto e della bellezza.

Gioco, degustazione e visita del Borgo.

Consigliata la prenotazione al 340 4910 622.

Ore 12.30.



di Chiara Spinato

LETTERATURA, CRIMINOLOGIA E TEATRO LADISPOLI 22 FEBBRAIO

Presentazione del thriller psicologico di Daniela Alibrandi

“I delitti della Vergine” ambientato nei sotterranei dell'Acquedotto Vergine e Fontana di Trevi.

Intervengono, il criminologo forense Gianluca di Pietrantonio e lo speleologo Fabrizio Baldi.

Lecture teatralizzate a cura dell'attore Agostino De Angelis.

Ore 17.30.



di Carola Cimarelli

TROFEO CITTÀ DI LADISPOLI PARCO DI PALO 22 FEBBRAIO

Partenza per tutti alle 9.30 da via Corrado Melone.

Confidando nel tempo,

la gara si svolge quasi interamente sul lungomare

e vede gli atleti sfidarsi per 10 km.

Prevista inoltre una passeggiata ludico-motoria di 2,3 Km.

Per informazioni:

Gruppo Millepiedi.

New Café Millenium

Viale Fregene Cerenova

(Adiacente Poste)

Tel. 06 99 02 887



BIGLIETTI COTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI



vodafone **3** **SKY**



IL CIELO È PIENO DI STELLE VITERBO, 21 FEBBRAIO

Per Tuscia Jazz, a Teatro dell'Unione un omaggio a Pino Daniele con Fabrizio Bosco e Julian Oliver Mazzariello nell'ambito di un'iniziativa benefica per la SLA. In piazza Verdi alle ore 21.



di Angelo Galli

COMPRENDERE L'ARTE LADISPOLI DAL 25 FEBBRAIO

Ciclo di conferenze presso la biblioteca comunale Peppino Impastato dalle ore 16 alle ore 17:30. Alla scoperta dell'arte greca antica con Giorgio Franchetti, archeologo, saggista e consulente storico. Ingresso libero e gratuito.



di Francesca Toto

RIPENSARE LA VITA... PER RITORNARE AL CUORE LADISPOLI, 20 FEBBRAIO

Il Circolo Laudato Si' Sacro Cuore Ladispoli propone un percorso di due incontri dedicati alla riflessione e alla crescita interiore, il primo si terrà venerdì presso la sala hobby della Parrocchia Sacro Cuore di Gesù via dei Fiordalisi 14. Relatrice Viviana Fiorucci, Caritas Diocesana di Porto-Santa Rufina. Ore 19.



di Luca Marini Achenza

BRASSENSE MACCARESE 21 FEBBRAIO

Al Museo del Saxofono una performance di un ensemble di cinque ottoni accompagnati da chitarra, batteria e percussioni. Ore 21.



LADISPOLI Via Fiume, 67 - 06 9914 4577





ADOLESCENTI NELLA MORSA DELLA TRANSIZIONE DIGITALE

NUOVI STUDI CONFERMANO IL LEGAME TRA SMARTPHONE E DISTURBI PSICOLOGICI MA LE ISTITUZIONI INTERVENGONO CON MISURE DI FACCIA MENTRE LA SCUOLA VIENE TRASFORMATA IN UN CARCERE DIGITALE

Ancora una volta si conferma il legame tra uso del cellulare e disturbi psicologici e comportamentali negli adolescenti. Ancora una volta la ricerca scientifica collega la dipendenza da schermi ad una serie di gravi disturbi nell'età scolare. Per l'ennesima volta veniamo informati dei rischi che corrono i nostri figli quando sono in possesso di uno smartphone.

Dopo una moltitudine di studi, report ufficiali, dichiarazioni istituzionali su un tema così cruciale per la salute mentale e fisica delle nuove generazioni, non ci sorprendono affatto i risultati di un lavoro statunitense pubblicato nei giorni scorsi sull'*American Journal of Preventive Medicine* da cui emerge che "l'uso problematico degli schermi nella prima adolescenza è prospetticamente associato a scarsi risultati di salute mentale e comportamentale". In particolare "l'uso problematico del cellulare e dei social media è stato associato prospetticamente

a punteggi più elevati nei **disturbi depressivi, somatici, di attenzione/deficit, oppositivi provocatori e comportamentali; a comportamenti suicidari; a disturbi del sonno; e all'assunzione di sostanze**. L'uso problematico dei videogiochi è stato associato a punteggi più elevati nei disturbi depressivi, di attenzione/deficit e oppositivi provocatori; a comportamenti suicidari; e a disturbi del sonno". Lo studio - *Prospective Associations Between Early Adolescent Problematic Screen Use, Mental Health, Sleep, and Substance Use* - è stato effettuato su 8.119 adolescenti di età compresa tra 11 e 12 anni negli Stati Uniti, che sono stati seguiti dai ricercatori per un anno. Si tratta di una fascia di età critica e al contempo delicata dello sviluppo, in cui il cervello è particolarmente plastico e sensibile agli stimoli esterni. Secondo l'indagine il problema non è solo la quantità di tempo trascorso sugli schermi, ma anche

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.

SETTIMANALE

L'Ortica
| DEL VENERDÌ |

Punge ma non fa male

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.

l'uso problematico dei dispositivi. Il campanello d'allarme è quando l'utilizzo si trasforma in ossessione, perdita di controllo, incapacità di smettere: insomma comportamenti compulsivi con social media e video giochi possono anticipare disturbi mentali, deficit di attenzione a distanza di dodici mesi. Tra gli aspetti preoccupanti c'è anche l'insorgere di **problemi del sonno** in ben oltre il 25% dei partecipanti allo studio. Dormire poco e male ha delle ricadute immediate su umore, rendimento scolastico e concentrazione. Quanto al lungo periodo sono innumerevoli gli studi che ci spiegano che la privazione del sonno potrebbe rivelarsi disastrosa, alterando il metabolismo e il sistema immunitario, aumentando il rischio di obesità, diabete, ipertensione, malattie cardiovascolari e disturbi psichiatrici come depressione e ansia.

Ma non è finita: secondo i ricercatori "un maggiore uso problematico del telefono cellulare e dei social media è stato prospetticamente associato a **maggiori probabilità di inizio di uso di alcol, tabacco e marijuana**".

Insomma c'è poco da scherzare. Eppure, nonostante oramai sia noto anche ai sassi che adolescenza e smartphone è un binomio pericoloso, **in Italia il 94% dei minori tra 8 e 16 anni usa lo smartphone**; circa un bambino su tre tra i 6 e i 10 anni (il 32,6%) usa lo smartphone tutti i giorni, una **tendenza in costante aumento negli ultimi anni**. Il 62,3% dei preadolescenti (11-13 anni), oltre tre su cinque, ha almeno un account social: il 35,5% ne ha uno su più social e un ulteriore 26,8% soltanto uno. E questo nonostante la legge comunitaria – la *General Data Protection Regulation*, Regolamento UE 2016/679 – preveda che siano necessari 14 anni (13 anni con l'autorizzazione dei genitori) per fornire il consenso al trattamento dei propri dati online necessari ad aprire un account e, di conseguenza, le principali piattaforme abbiano stabilito il limite minimo di 13 anni per aprire un account sui social media. Questi dati, che sono sati diffusi nella scorsa primavera da **Save the Children in occasione del lancio della campagna sull'Educazione Digitale**,

documentano una tragedia epocale, quella di una intera generazione che è stata intrappolata nel carcere digitale senza alcuna resistenza da parte del mondo adulto che dovrebbe tutelarla. Colpevoli innanzi tutto sono le istituzioni che hanno promosso

l'invasione del digitale ad ogni livello, non salvando neppure la scuola, intervenendo, tanto per salvare la faccia, male e tardi, con qualche misura superficiale con un'apparenza rassicurante, senza affrontare realmente il problema di fondo.

Così mentre il Ministro Giuseppe Valditara vieta l'uso del cellulare a scuola, procede a marce forzate la trasformazione digitale e la dematerializzazione dell'istruzione in una scuola che non investe sulle persone ma su tecnologie interattive, piattaforme digitali, drenando risorse verso aziende private a detrimento della qualità della formazione. con una visione che inchioda le giovani generazioni al ruolo di "forza-lavoro" priva di qualsiasi autonomia. Emblematico in questo senso il Registro Elettronico (RE), uno strumento di controllo altamente diseducativo, che ostacola crescita ed autonomia dei ragazzi e che è riuscito a trasformare l'insegnamento in un lavoro da sportello della pubblica amministrazione. E siccome al peggio non c'è mai fine, a partire dal 2026 l'accesso al RE per genitori, studenti e docenti è consentito esclusivamente tramite SPID o CIE, ossia identità digitale, potente strumento di sorveglianza. "L'identità digitale non è solo un documento, ma un gemello virtuale, un alter ego che vive nei server governativi e privati, che registra ogni accesso, ogni transazione, ogni movimento. È un archivio permanente della nostra vita. E quando un governo controlla la tua identità digitale, controlla tutto ciò che puoi fare: votare, viaggiare, curarti, lavorare, pagare, esistere"*.

La scuola, che dovrebbe rendere le persone autonome, sta dunque diventando un laboratorio per rendere i ragazzi degli "automi". E i Dirigenti scolastici, i docenti e in genitori sono tutti complici e responsabili di questa catastrofe diseducativa. Rammentiamo che nel 2023 i fondi del PNRR Scuola 4.0 sono stati accolti a braccia aperte da quasi tutti gli 8.230 istituti scolastici, con l'unica eccezione del liceo classico Pilo Albertelli a Roma, in cui. genitori e docenti, nonostante la minaccia di commissariamento, fecero muro contro il Dirigente, divenendo un caso nazionale. Uno su ottomiladuecentotrenta!

*Enrico Maria Marigo, *IDENTITÀ DIGITALE: IL NUOVO GRANDE FRATELLO – COSÌ I GOVERNI PREPARANO LA SORVEGLIANZA TOTALE*, Artes TV

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 17/02/2026

di Emanuele Rossi

LE SCOGLIERE SALVERANNO LADISPOLI?



SI PARTE AD APRILE CON LE OPERE DI PROTEZIONE DELLA COSTA LA REGIONE IN AULA CONSILIARE PER ILLUSTRARE IL PROGETTO

Stavolta è tutto vero dopo anni e anni di lunga attesa. A Ladispoli si partirà ad aprile con le scogliere e il progetto da oltre 10 milioni di euro, in difesa della costa, è stato illustrato la scorsa settimana nell'aula consiliare di Palazzo Falcone. Un'opera importantissima che consentirà di salvaguardare le spiagge gestite dai privati e quelle libere messe a dura prova dalle mareggiate, anche nell'ultimo periodo. Le barriere riguarderanno in totale 3,5 chilometri di tratto costiero sugli 8 attuali. Presenti, oltre ai tecnici, naturalmente le istituzioni regionali e comunali con gli operatori balneari ad ascoltare nel dettaglio tutte le novità. «Parliamo di un intervento importante per Ladispoli e direi strategico per la Regione Lazio – dichiara Roberta Angelilli, vicepresidente della Pisana e assessore allo Sviluppo economico –, è un finanziamento ottenuto con fondi europei e va ad

arginare l'erosione costiera, in termini naturalistici, ambientali e di paesaggio ma anche rispetto alle strutture. È un piano ambizioso, che guarda avanti nella valorizzazione del litorale e nella preservazione dell'oasi. È un esempio di buona pratica della giunta Rocca che è stata determinante per accelerare il procedimento amministrativo. Si partirà prima dell'estate». Tra gli ospiti graditi anche l'assessore regionale a Infrastrutture, Tutela del territorio e Demanio. «Siamo riusciti a portare avanti – specifica Fabrizio Ghera – progetti anti-erosivi bloccati da tanti anni nel Lazio. Ladispoli era uno di quello, assieme a Latina. Parlare solo di ripascimento è un tema, di scogliere è un altro, perché si andrà a modificare il paesaggio. La novità che abbiamo introdotto è la pianificazione degli interventi, l'attività di monitoraggio e la manutenzione che ci consentirà,



grazie anche al supporto dell'Università di Roma Tre, di studiare i cambiamenti climatici e l'impatto sulla costa, individuando di volta in volta la soluzione migliore per contrastare l'erosione costiera». A fare gli onori di casa il primo cittadino ladispolano. «Da 20 anni si parla di scegliere – commenta Alessandro Grando – e devo dire che personalmente ma anche per l'amministrazione è un orgoglio il fatto che l'iter sia andato in porto. È una responsabilità verso cittadini ed è il futuro del nostro territorio. Un passaggio storico, un traguardo importante e l'inizio di nuova fase, contraddistinta da cantieri, risultati concreti e sacrifici per tutta la comunità». A dialogare costantemente con la Regione, i dirigenti e i balneari il consigliere comunale e delegato alle Aree protette di Ladispoli. «Dopo tanti e infiniti passaggi burocratici – sono le parole di Filippo Moretti – siamo qui a presentare il piano che prenderà avvio non appena la ditta avvierà materialmente il lavoro, appena conclusa la gara. La protezione della costa si estenderà per oltre 3 chilometri da Torre Flavia a Marina di Palo. Si utilizzeranno delle barriere soffolte con pietre di basalto che hanno la loro buonissima efficacia. Con questo provvedimento limiteremo l'erosione per poi in futuro programmare anche un ripascimento». Come spiegato poi dai tecnici, il prossimo 10 marzo è fissata la dead line per l'apertura delle buste relative all'appalto. I cantieri, salvo imprevisti, dovrebbero scattare intorno a metà aprile, al massimo alla fine del mese.

LE REAZIONI. I proprietari di chioschi e stabilimenti sono in fibrillazione. «Siamo contenti dopo tante parole arrivano i fatti – dice Antonello Chiappini, presidente di Assobalneari Ladispoli-Marina San Nicola – nel momento in cui poi l'erosione sta creando ancora più danni. Ringraziamento l'amministrazione comunale che ci è stata vicino». Non dovrebbe rientrarci la Palude di Torre Flavia nonostante il sito protetto sia stato messo a dura prova in queste ultime settimane dalle mareggiate.



**NEL BORGO STORICO
DI CERVETERI**

**GASTRONOMIA
APERITIVI E CUCINA LOCALE**

**ALIMENTARI
CON PRODOTTI DEL TERRITORIO**



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

KITESURFER FERITO DA UN ELICOTTERO A TORRE FLAVIA NEL 2018: DOPO IL RISARCIMENTO ANCHE LA CONDANNA



IL GIUDICE HA DECISO CHE IL CAPO DELLE ESERCITAZIONI DOVRÀ PAGARE 2MILA EURO

Il maxi risarcimento del Ministero della Difesa era già arrivato due anni fa ad Alessandro Ognibene (243, mila euro), il kitesurfer romano ferito gravemente a Ladispoli, nello specchio d'acqua di Torre Flavia, il 3 ottobre del 2018. Una storia che aveva fatto il giro del mondo. E a distanza di quasi 8 anni arriva pure una condanna. Si tratta di Massimiliano Rossi, a capo dell'addestramento interforze con l'avallo della Nato ("Notte Scura 2018") che - secondo il giudice di pace di Civitavecchia - avrebbe dovuto adottare tutte le misure necessarie per garantire la sicurezza in quel tratto di spiaggia, e quindi di fatto procedere con l'interdizione del tratto costiero. E quindi è stato condannato a pagare 2mila euro. Altre due persone erano state indagate, ovvero i due piloti del Chinook ma i reati si sono prescritti. L'ammiraglio, al contrario, aveva rinunciato alla prescrizione e alla remissione della querela presentata da parte dei legali difensori del kitesurfer, fino ad arrivare all'ultimo epilogo. La svolta su questo caso spinoso era arrivata appunto nel 2024 con il pagamento del ministero, dopo le indagini svolte dalla Capitaneria di porto di Ladispoli. Secondo l'accusa, l'elicottero avrebbe risucchiato con la doppia elica lo sportivo che ha vissuto un incubo rischiando di morire, ritrovandosi in ospedale al Policlinico Gemelli con traumi praticamente su tutto il corpo. La difesa, al contrario, aveva sempre negato l'impatto con il velivolo puntando

più sul «colpo di vento» che sul risucchio che ha di conseguenza sbalzato lo sportivo per parecchi metri fino a farlo crollare rovinosamente sulla sabbia. Il tribunale già anni fa aveva ricostruito per filo e per segno quanto accaduto quel giorno quando Ognibene stava per entrare in acqua per praticare il suo sport preferito. «Aveva alzato la vela del kitesurf e aveva completato la vestizione nell'imbracatura alla quale si assicurano i cavi che tengono la vela». Ecco spuntare il Chinook improvvisamente. «In quel frangente, sopraggiungevano in volo alcuni elicotteri militari, in forza all'Aeronautica Militare e al Ministero della Difesa, i quali procedevano a bassissima quota». Fino all'incidente. «Improvvisamente, a causa dello spostamento d'aria provocato dalle pale dell'elicottero birotore, posizionato nell'area balneare ad una quota di 152 metri, il surfista veniva proiettato con violenza verso l'alto, trascinato dall'ala del kitesurf a cui era agganciato, per poi precipitare a terra, privo di conoscenza con un impeto tale da provocargli gravi lesioni personali». Non accolta la tesi difensiva sulle raffiche di vento. «Spirava con una forza al massimo di 8-10 nodi, assolutamente insufficiente a sbalzare l'uomo». Perciò Ognibene è stato aspirato «per almeno 10 metri d'altezza» dalla forza della doppia elica del potente «CH47C Hermes 50», impegnato con gli altri mezzi italiani e di altri Paesi alleati per conto della Nato.

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

AL VIA I LAVORI AL CIMITERO DI CERI: GLI SPAZI PERÒ SONO TERMINATI



SI PUNTA SULLA REALIZZAZIONE DEL QUINTO CIMITERO L'ITER SALTÒ ANNI FA PER UN VIZIO DI FORMA

Erano tanto attesi i lavori di manutenzione al cimitero monumentale di Ceri e di certo non potevano più aspettare per evitare che aumentasse il degrado. Fortunatamente, a Cerveteri, gli operai sono già entrati in azione per l'impermeabilizzazione delle coperture di alcuni blocchi di loculi, la tinteggiatura degli intonaci, la rimozione delle erbe infestanti esterne, il ripristino di pluviali e soglie e sistemazione delle pensiline. «I lavori che avevamo programmato sono ufficialmente partiti - dichiara Matteo Luchetti, assessore alle Opere Pubbliche di Cerveteri -, il cui costo è di circa 150mila euro di fondi comunali». Previsto anche un restyling presso il cimitero comunale vecchio di via Francesco Rosati. «Già in passato - aggiunge Luchetti - avevamo preso formalmente l'impegno ad eseguire questi lavori, che proseguiranno in modo molto spedito. Ringrazio con l'occasione il personale dell'ufficio Lavori Pubblici». L'opposizione critica la maggioranza. «Ben vengano i lavori avviati e attesi da tempo - sostiene Luigino Bucchi, consigliere comunale - ma sarebbe importante sapere anche che fine ha fatto la procedura per l'ottimizzazione e l'ampliamento dello stesso cimitero con la realizzazione di nuovi loculi e ossarine come d'approvazione di mozione in consiglio» un tema tirato fuori da Bucchi non proprio secondario visto che gli spazi nelle quattro strutture cimiteriali sono ormai quasi esauriti e l'iter per la costruzione del

quinto camposanto a Cerveteri non decolla. È infatti proprio questo uno dei dilemmi etruschi. Non ci sono più spazi, tant'è che in questi anni, spesso e volentieri, i familiari cerveterani hanno deciso di cremare i loro cari defunti pur di non trasferirli in altre località. Nel 2016 addirittura, in virtù di un accordo tra Alessio Pascucci e Crescenzo Paliotta, rispettivamente ex sindaci di Cerveteri e Ladispoli, una cinquantina di salme vennero trasferite in "prestito" nel camposanto di Ladispoli che di certo non ha problemi di capienza rispetto a Cerveteri. E, ci furono pure polemiche perché, a dire dell'amministrazione comunale di Palazzo Falcone, la classe politica etrusca non provvede al pagamento in tempi rapidi di questo servizio extra. Il nodo vero dunque, che risolverebbe le criticità, sarebbe quello relativo alla costruzione del quinto cimitero. Iter che era stato avviato con la giunta Pascucci ma poi saltato. Eppure il project financing sembrava pronto con i privati che avrebbero dovuto realizzare l'opera e ad usufruirne economicamente per numerosi anni prima che la gestione tornasse poi nelle mani del Comune. A farsi avanti era stata "Sara 94", la stessa società che gestisce il cimitero di Ladispoli sulla via Settevene Palo. «Ormai quell'iter è acqua passata - risponde l'assessore Luchetti - la realizzazione del quinto cimitero è stato inserito nel piano delle opere triennali e vedremo che strada verrà scelta affinché il progetto stavolta vada in porto».



CERVETERI SALUTA DAMIANO ALBERTI

FUORI DALLA CHIESA STRISCIONI CON LE DEDICHE AL GIOVANE CONTENT CREATOR

Piazza Aldo Moro gremita per l'ultimo saluto a Damiano Alberti, mercoledì 18 febbraio nella chiesa di Santa Maria Maggiore si sono svolte le esequie del giovane 23enne scomparso prematuramente sabato 14 febbraio. La triste notizia è giunta domenica, la città in lutto per la scomparsa. Il giovane in questi anni era divenuto famoso sui social per aver testimoniato la sua battaglia contro la malattia che purtroppo lo ha strappato ai suoi cari. Era riuscito a trasformare la sua sofferenza in un messaggio di speranza per i tanti giovani che lo seguivano su Instagram. Fuori dalla chiesa, tanti i messaggi al coraggioso giovane, insieme agli omaggi floreali. Una folla si è riunita intorno alla famiglia di Cerveteri.

Parole di cordoglio da parte della sindaca Gubetti, che ha annullato i festeggiamenti del martedì grasso in segno di rispetto di fronte alla tragedia che ha colpito la comunità. "In segno di lutto e di rispetto, abbiamo deciso congiuntamente, Amministrazione Comunale e Pro Loco delle Due Casette di annullare la sfilata di Carnevale del martedì grasso, in programma domani nel Centro Storico di Cerveteri. Non ci sentiamo di fare festa con il pensiero che un nostro giovane concittadino ci abbia lasciati così prematuramente. Impossibile celebrare il Carnevale in un momento in cui la nostra comunità attraversa un dolore così profondo".

Inviemo un pensiero di vicinanza e sentito cordoglio alla famiglia di Damiano.

TIEFFE

La qualità del prodotto

MADE IN ITALY



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

di Barbara Pignataro

MARE E SCACCHI

IL BINOMIO VINCENTE DELL'ASSOCIAZIONE NAUTICA CAMPO DI MARE PER I GIOVANI DI CERVETERI



C'è un legame profondo che unisce la strategia sulla scacchiera e la gestione del vento in mare aperto. Lo sa bene l'Associazione Nautica Campo di Mare ASD, che quest'anno rinnova e potenzia la sua storica collaborazione con l'Istituto Comprensivo Marina di Cerveteri, portando tra i banchi di scuola un'offerta formativa che spazia dalle onde alle torri. 18 anni di navigazione tra i banchi. Il progetto "Velascuola" festeggia la sua diciottesima edizione, consolidandosi come una realtà d'eccellenza nel territorio. Nato dal protocollo tra la Federazione Italiana Vela (FIV) e il Ministero dell'Istruzione, il programma coinvolge quest'anno 82 alunni suddivisi in cinque classi.

L'obiettivo non è solo sportivo: la vela diventa il pretesto per studiare la matematica applicata alla progettazione degli scafi, la meteorologia e l'ecologia marina. Sotto la guida dell'istruttore federale Alberto Concutelli, ormai punto di riferimento per l'istituto, i ragazzi imparano il valore dell'inclusione e del rispetto per l'ambiente. Il culmine dell'esperienza? Le attesissime uscite in mare di fine anno, dove la teoria lascia il posto all'ebbrezza del vento sul viso.

Oltre l'orizzonte arrivano gli scacchi. La vera novità dell'anno è il "passo avanti" compiuto dall'associazione e dalla scuola: l'ingresso degli scacchi nel piano formativo. Sebbene si parli di "gioco", questa disciplina millenaria è uno strumento pedagogico potentissimo.

Il progetto coinvolge ben 145 alunni di otto classi della primaria, distribuite tra i plessi di Cerenova, Due Casette e Valcanneto. Sempre diretti dal Maestro Concutelli, i piccoli scacchisti mettono alla prova concentrazione e pensiero tattico, imparando a gestire situazioni complesse e a prendere decisioni rapide — abilità fondamentali tanto sulla scacchiera quanto nella vita.

Il presidente dell'Associazione, Celso Valerio Caferrì, ha espresso profonda gratitudine verso la Dirigente Scolastica, il corpo docente e la Capitaneria di Porto, sottolineando come queste iniziative trasformino lo sport in un promotore di cultura e accoglienza. "Il nostro obiettivo è crescere", ha dichiarato Caferrì, auspicando in futuro di estendere il progetto Velascuola anche ad altri istituti del Comune di Cerveteri.

★ 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

BANDO TURISMO: DMO SOTTO LALENTE D'INGRANDIMENTO

«ALCUNE TRA LE DMO CHE SI SONO COSTITUITE HANNO FATTO GRAN POCO»



Destination Management Organization (DMO). Nel Lazio sono spuntate come funghi con l'obiettivo di promuovere la Regione Lazio come destinazione turistica. Progetti messi su carta hanno dato vita alla scalata al finanziamento. Era il 2021. Da un'indagine recente a cura di Roma Today, sono emersi dubbi riguardanti la gestione dei punteggi e la graduatoria del bando della Regione Lazio. L'articolo a firma Poltronieri mette in evidenza anomalie nel processo che ha portato alla definizione della graduatoria per i progetti di promozione turistica. In particolare, si contesta la scarsa trasparenza in alcuni passaggi dell'assegnazione dei punteggi. "[...]La Commissione di valutazione di LazioCrea potrebbe aver attribuito punteggi più alti di quelli previsti dai regolamenti di gara..." Mentre, una delle critiche sollevate dall'opposizione in Consiglio Regionale

riguarda l'intero impianto della Determinazione n. G14363 del 31/10/2025. Il dubbio è se i criteri soggettivi applicati dalla commissione abbiano penalizzato o favorito alcune realtà rispetto ad altre basandosi su parametri poco chiari. "Alcune Dmo avrebbero ricevuto punti in più (anche fuori regolamento) determinanti per accedere al fondo regionale". Parliamo di 250mila euro. Il dossier include il progetto del Comune di Latina; la Dmo Alta Ciociaria, la Dmo Etruskey con 85 punti. L'elenco completo nell'articolo *Tutto quello che non torna nel bando sul turismo che ha istituito le Dmo in regione*. L'attività delle Dmo che si sono strutturate a partire dal 2022 sembrerebbe, inoltre, essersi limitata, nella gran parte dei casi, "nella messa online di un sito internet che banalmente riporta eventi e possibili itinerari turistici sul territorio".

LAZIO TERRA DI CINEMA FILM FINANZIATI

Tra il 2016 e il 2023 la Regione Lazio – attraverso Lazio Innova – ha promosso 14 Bandi, che hanno portato allo stanziamento di 65,8 Milioni di euro per il sostegno delle coproduzioni audiovisive internazionali in compartecipazione con l'industria laziale. Sono state coinvolte 256 case di produzione straniera, di 33 Paesi. I bandi hanno anche contribuito a dare maggiore visibilità alle destinazioni turistiche della regione e ad attirare attraverso le produzioni cinematografiche nuovi visitatori di tutte le nazionalità.

ANIMALLS

TOELETTATURA
PER CANI E GATTI

PRENOTA **SUBITO**
IL TUO APPUNTAMENTO

06 56559771

CERVETERI - VIA DELLA LEGA 29/31



PENSIONI, QUANTO PRENDERANNO I NOSTRI FIGLI?



Un focus Censis-Confcooperative indica che chi andrà in pensione nel 2060 riceverà un assegno pari al 64,8% dell'ultima retribuzione, un calo significativo rispetto all'81,5% per chi si è ritirato nel 2020. Questo divario di circa 17 punti percentuali per i trentenni di oggi è attribuito alla combinazione di salari bassi e riforme previdenziali.

Lo studio (febbraio 2026), intitolato "Pensioni, ipoteca sul futuro?", delinea un quadro critico per le nuove generazioni basato su dati strutturali ed economici.

Il crollo del tasso di sostituzione

Il tasso di sostituzione (il rapporto tra la prima pensione e l'ultimo stipendio) subirà una contrazione drastica: oggi (2020/2024) un lavoratore dipendente che si ritira a 67 anni con 38 anni di contributi percepisce circa l'81,5% dell'ultima busta paga. Nel 2060, un trentenne di oggi, con gli stessi requisiti di carriera riceverà solo il 64,8% dello stipendio. Questo significa che il "salto" economico tra lavoro e riposo passerà dal 18,5% attuale al 35,2% futuro.

Le cause strutturali: salari e demografia

Il sistema è sotto pressione per due fattori

principali identificati dal Censis, ovvero la stagnazione salariale: l'Italia è terzultima in Europa per quota di salari sul PIL (28,9% contro il 44,9% della Germania). Salari bassi generano contributi bassi, rendendo l'assegno finale insufficiente.

Declino demografico: entro il 2050 si prevede una perdita di 7,7 milioni di lavoratori (fascia 15-64 anni), riducendo la base contributiva che sostiene il sistema a ripartizione.

Il paradosso della spesa pubblica

Nonostante le prospettive di assegni poveri, l'Italia detiene il primato europeo per spesa pensionistica sul PIL, che ha raggiunto il 15,5% nel 2023. Questo elevato costo è dovuto all'invecchiamento della popolazione, ma non si traduce in maggiore sicurezza per i giovani.

Il rischio lavoro povero

Il rapporto evidenzia come il problema inizi già durante la vita lavorativa:

Il 10,3% degli occupati totali è a rischio povertà. Tra i giovani (20-29 anni), questa percentuale sale al 12% (circa 349.000 persone), precludendo la possibilità di integrare la pensione pubblica con forme di previdenza complementare.





PROFESSION
DANCE

ex|o|r|e|i|s|i|s
y|o|u|r|s|e|l|f

32° ANNO
ACCADEMICO
2025/2026



DIREZIONE ARTISTICA
Paola Sorressa

dal 1993

La Scuola di Danza

Direzione Didattica MARTA SCARSELLA

- Propedeutica dai 3 anni
- Classico e Fisiodanza
- Contemporaneo
- Hip Hop
- Danza Adulti
- Flamenco
- Tango Argentino
- Danze del Sud
- Danze Caraibiche e Kizomba
- Danza Orientale e Fusion Bellydance
- Ginnastica finalizzata alla salute e al fitness
- Metodo Hatha Yoga
- Metodo Pilates Matwork
- Metodo Meditazione e Movimento
- Aikidō
- Teatro



VOUCHER SPORTIVI
SPORT
E SALUTE

Via Nevada, 5 - Ladispoli [Rm] ☎ 06.9912500
☎ 347.5938218 ✉ info@professiondance.com
WWW.PROFESSIONDANCE.COM

evento

CORSO DI STORIA DEL CINEMA

DAL 21 FEBBRAIO AL 23 MAGGIO 2026

CINQUE modi (almeno) di fare cinema

Presso l'istituto Corrado Melone di Ladispoli parte il corso della durata di 4 mesi a cura del Professore **Michele Castiello**, docente di storia del cinema & musica (Upter) Università Popolare Roma. Si tratta del 23° corso a cura del docente e tratta del Cinema visto attraverso 5 tappe, ripercorrendo altrettanti temi, più uno sulla religione. La settimana Arte vista da un "anarchico, irriverente e surrealista, del cinema degli anni 60." – come lo stesso Castiello ama definirsi.

Professor
Michele Castiello



PRIMA PARTE

Sabato 21 febbraio Ore 10,30

Ritrovarsi a Tokyo (2025) - Regia Guillame Senez Con: Roman Duris, Judith Chemla
Paternità rincorsa e dramma toccante

Sabato 28 febbraio 10,30

Foglie al vento (2023) Regia Aki Haurismaki - Con: Alma Postyst
Dopo 7 anni ritorna il grande finlandese J. Vatanen

Sabato 7 marzo ore 10,30

Tutto l'amore che serve (2024) Regia Anne Sophie Bailly - Con: Laure Calamy, Charles P. Galletto, Julie Froger
Co-dipendenza, maternità e disabilità cognitiva e diritto all'amore.

Sabato 14 marzo ore 10,30

La gazza ladra (2024) Regia di Robert Guediguian - Con: Ariane.
Ancora un grande colpo di R.Guediguian. Ascaride e Jean Pier Darroussin

Sabato 28 marzo 10,30

Io sono ancora qui (2024) Regia Walter Salles - Con: Fernanda Torres, Selton Mello, Fernanda Montenegro.
Dramma storico e vera storia di Eunice Pavia

Sabato 4 aprile Ore 10,30

Sotto le foglie (2024) Regia François Ozon Con: Josiane Balasko
Polar rurale e dramma psicologic. Michelle Giraud , Ludivine Sagnier

EVENTO

20

di Barbara Pignataro

TOURISMA 2026



Barbara Pignataro redattrice



Desirée Arlotta, Piero Pruneti, Direttore Archeologia Viva e Agostino De Angelis

TRA TERRA E DIVINO, IL WORKSHOP DI AGOSTINO DE ANGELIS

Il sipario della storia sta per alzarsi nuovamente. Il Salone Internazionale dell'Archeologia torna dal 27 febbraio al 1° marzo 2026 a Palazzo dei Congressi di Firenze. Un momento straordinario di esposizione e confronto tra i più illustri protagonisti della cultura e dell'archeologia italiana. **Tourisma** è un evento imperdibile fra passato e presente: convegni, mostre, laboratori, presentazioni e workshop. In questo scenario di eccellenza, si rinnova l'atteso appuntamento firmato **Agostino De Angelis** con **ArchéoTheatron**. L'associazione culturale di Cerveteri rinnova la presenza al Salone dove i massimi esperti presentano le scoperte più sensazionali, le aree archeologiche più coinvolgenti, i grandi musei, le mostre. Qui, dove il passato vive, l'attore e regista Agostino De Angelis si fa custode di un percorso narrativo unico, volto a restituire luce e voce a siti archeologici e luoghi di culto troppo spesso eclissati dalla frenesia della modernità. Luoghi illuminati attraverso spettacoli teatrali multimediali che rappresentano un'altro modo di vivere la storia.

«Sarà il palcoscenico ideale per svelare la Stagione Teatrale 2026, un calendario audace e intriso di sorprese» garantisce l'ideatore De Angelis che invita alla partecipazione. **Tourisma**: tre giorni ad ingresso gratuito dedicati alla comunicazione del patrimonio italiano. Evento organizzato da **Archeologia Viva** (Giunti Editore). Il programma completo su www.tourisma.it

Dal titolo **“Tra Terra e Divino: Archeologia, AgriCultura e Culto nelle Civiltà”**, il workshop sarà un susseguirsi di interventi con alto valore storico-scientifico-culturale programmati tra sabato

28 e domenica 1° marzo. Al fianco del regista, la casa editrice Edizioni Universo, con **L'Ortica del Venerdì** trasmetterà l'intero evento in diretta. Per la Redazione a Firenze, Barbara Pignataro.

Nel workshop ideato dal regista, il tema “Tra Terra e Divino” trova la sua sintesi perfetta nel culto del vino: non una semplice bevanda, ma un ponte tra la fatica dell'uomo e l'estasi dello spirito. Il viaggio parte dalla Terra: l'archeologia insegna che la viticoltura non è stata solo una pratica agricola, ma l'atto fondativo di intere civiltà. Dalle anfore vinarie etrusche ai palmenti scavati nella roccia, ogni reperto racconta di una natura plasmata dal sudore e dall'ingegno. Il vino nasce dal fango e dal calcare, richiede l'attesa del ciclo naturale e il rispetto delle stagioni, configurandosi come l'espressione massima della Gea che si fa nutrimento. Dalle radici si sale poi verso l'alto, verso una storia millenaria in cui il vino si trasforma in bevanda dei misteri dionisiaci, elemento sacro capace di elevare il banchetto profano a rito solenne. De Angelis esplora così come il concetto di AgriCultura unisca questi due mondi: coltivare la vite significa, intimamente, coltivare lo spirito. La proposta del regista onora quel fluido legame che ancora oggi ci permette di brindare con gli antenati, mantenendo lo sguardo rivolto verso il cielo.

“Si rinnova l'apertura verso enti pubblici e privati invitati a partecipare all'incontro che ho il piacere di organizzare dal lontano 2016 grazie alla sinergia con il direttore di Archeologia Viva, Piero Pruneti, allo staff tutto che approfitto per ringraziare sia per la fiducia che per la disponibilità dimostrata finora” dichiara la presidente di ArchéoTheatron, **Desirée Arlotta**.



JUST EAT

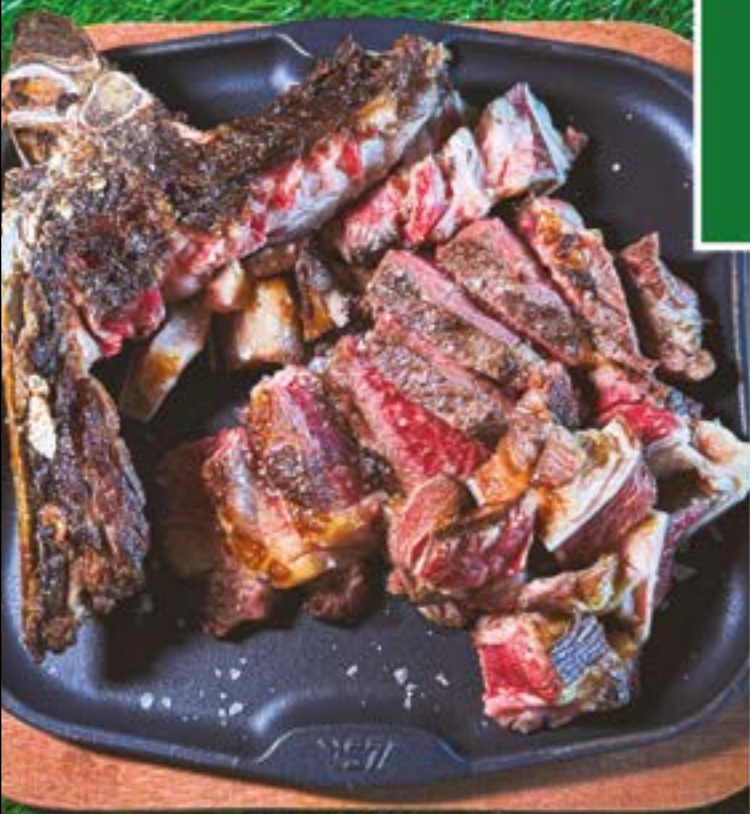
**SIAMO APERTI
TUTTI I GIORNI
A PRANZO E CENA**

MARTEDÌ CHIUSO



**LADISPOLI
PIAZZALE ROMA, 6
(fronte stazione)**

**INFO E PRENOTAZIONI
06 4555 9459
351 947 0800**



IL NUMERO

1

DEL RISPARMIO



Per la casa e lo



ANGUILLARA SABAZIA
VIA GIOLITI, 3

BRACCIANO
VIA ARTURO PERUGIA

IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO



- DETERSIVI
- PROFUMERIA
- CASALINGHI
- GIOCATTOLI
- ELETTRODOMESTICI
- CARTOLERIA



la famiglia



INI
CERVETERI
LARGO ALMUNECAR, 20

LADISPOLI
VIA GLASGOW, 60



LA NECROPOLI DEL LAGHETTO



La necropoli del Laghetto fa parte del PACT Parco Archeologico di Cerveteri e Tarquinia. E' una delle aree esterne della vasta necropoli della Banditaccia, sito UNESCO dal 2004, curate e valorizzate dalle associazioni di volontariato archeologico ceretane. E' un'area di grande valore storico poiché custodisce, nella sua estensione di circa 7 mila mq, diverse tipologie di sepoltura che coprono un lungo arco di tempo, dal IX al IV sec a.C. Qui si possono ammirare le prime forme di sepoltura, i pozzetti villanoviani, le tombe per inumati a fossa, le semicostruite, le camere, alcune ancora con tracce di colore rosso, i tumuli.

La "Necropoli del Laghetto" deve il suo nome ad un piccolo specchio d'acqua che si era formato proprio sotto la necropoli, successivamente prosciugato per la terra degli scavi che, nei primi anni del '900, vi è stata depositata.

I primi scavi furono eseguiti da Raniero Mengarelli nei primi anni del secolo scorso, successivamente la Soprintendenza Archeologica in collaborazione con Fondazione Lerici, negli anni '60, ha evidenziato oltre 500 sepolture di varia tipologia.

Numerose sono le tombe a camera con ancora tracce di colore rosso e decorazioni, tra cui la T.290, la T298, la 278, la 291, la 718, la 328 e diverse altre. I reperti ritrovati, nelle varie campagne di scavo nella necropoli del laghetto, sono custoditi in vari musei tra i quali il Museo Archeologico di Cerveteri, Museo Archeologico di Milano, Museo di Padova e Museo dell'arte classica dell'Università la Sapienza di Roma. I soci GATC, dal 2016, in accordo con la Soprintendenza Archeologica dell'Etruria Meridionale, coordinati dagli archeologi Dott. Flavio Enei e Dott. Stefano Giorgi e dal responsabile del settore "Laghetto" Gianfranco Pasanis, hanno



iniziato il lavoro di ripulitura della necropoli finalizzato alla fruizione con la realizzazione di un itinerario di visita, la posa di pannelli didattici e una staccionata che lo circonda.

Successivamente a partire dal 2019 è iniziata l'opera di riqualificazione di una parte della stessa necropoli, definita Laghetto III, mai stata oggetto di scavi sistematici da parte della Soprintendenza e completamente devastata dagli scavi dei clandestini nel corso di molti decenni.

Con la creazione del PACT, Parco Archeologico di Cerveteri e Tarquinia, e grazie alla convenzione in essere, tale attività continua e vedrà il settore impegnato per i prossimi anni con lo scopo di riqualificare e rendere fruibile anche questa parte di necropoli estesa su uno stretto sperone tufaceo verso la valle del Manganello, che scorre decine di metri più in basso.

Al momento sono state censite oltre 49 tombe molte delle quali sono state svuotate, ripulite e messe in sicurezza che coprono un arco cronologico che va dall'VIII al V sec. a.C.

Sono stati fatti rilievi grafici e fotografici e redatta una carta topografica.

Alla Necropoli del Laghetto da sempre vi è un'attenzione particolare all'ambiente.

Abbiamo lasciato alcune tombe a fossa e alcuni ipogei allagati e diventati col tempo dei micro habitat di flora e fauna palustre. Anche l'attività di sfalcio è sempre consapevole dell'importanza degli insetti impollinatori pertanto non sfalciamo nel periodo di maggior fioritura

Il sito è sempre aperto, ma se volete venire a trovarci e/o a far parte della grande famiglia GATC, ci trovate operativi il giovedì e la domenica. Ogni domenica alle ore 10 inoltre, il nostro Lucumone, Gianfranco, vi accompagnerà in visita alla scoperta di questa poco conosciuta ma meravigliosa parte di necropoli coi suoi racconti di quello che abbiamo fatto in questi anni e dei nostri progetti per il futuro.

Francesca De Rossi
(Gruppo Archeologico del Territorio Cerite ODV)

BAR · RISTORANTE
CASALE MAREMMA
CAFFÈ GRASSETTI

AMPIA SCELTA DI VINI

CUCINA DI CARNE E PESCE

SPECIALITÀ TIPICHE

ORDINAZIONI DA ASPORTO

CERVETERI
Via Furbara Sasso 83

☎ 06 99326148
f Trattoria Casale Maremma

ASFODELO ASPHÓDELOS LA FENICE

GENERE DI PIANTE ERBACEE
PERENNI MOLTO DIFFUSE
NEL NOSTRO TERRITORIO

L'etimologia è alquanto incerta sebbene il nome più accreditato secondo gli studiosi significa letteralmente "valle di ciò che non è stato ridotto in cenere". Probabilmente derivato dal particolare fatto che i tuberi di questa pianta resistono al fuoco e danno vita a nuove piante rinascono dalle ceneri come il famoso uccello della mitologia greca e romana: la Fenice.

Questa sua capacità di "andare oltre" la devastazione di un incendio veniva visto come un segno divino.

D'altronde se ci pensiamo bene il fuoco nell'immediato -si è vero- incenerisce la vegetazione, accelera l'erosione e provoca la morte di fauna e microrganismi del suolo ma svolge anche un fondamentale ruolo ecologico. Rappresenta infatti un fattore di evoluzione che aiuta il ciclo vitale di molte specie, ad esempio provocando la rottura della dormienza dei semi che fino a quel momento non avrebbero germogliato. Oltretutto il fuoco, dopo aver arso, porta anche delle rigenerazioni vegetali.

Precisamente, i nutrienti mineralizzati concimano il suolo e le specie pioniere (felci, erbe) ricrescono, portando spesso a una maggiore biodiversità nel giro di pochi anni rispetto al bosco precedente

Per questa sua parziale capacità ignifuga l'asfodelo inizialmente fu idealizzato come una sorta di passaggio tra la vita terrena e la morte per poi "salire" di livello ed essere adorata addirittura come pianta sacra legata al culto dei morti e dell'oltretomba, simbolo di immortalità ed oblio per i Greci.

Questo popolo, come sappiamo, ebbe intensi rapporti commerciali con gli etruschi influenzandone la cultura e soprattutto le arti (basti pensare ad una delle più raffinate ceramiche greche conosciute, il vaso di Eufonio realizzato dal vasaio Euxitheos e scoperto/trafugato in una tomba etrusca della nostra Cerveteri).

Il rapporto tra greci ed etruschi è legato anche al protagonista di questo articolo in quanto quest' ultimi presero spunto dai primi valorizzando l'asfodelo come pianta che adornava le tombe fungendo idealmente da cibo per il viaggio delle anime.

Anche oggi la nostra bellissima necropoli etrusca è circondata dagli asfodelo, come in una sorta di consegna nelle ere che non si interrompe.

Tra le tante citazioni letterarie anche Omero, nel capolavoro de "L'Odissea" descrive i prati dell'Ade (regno sotterraneo) ricoperti di asfodeli, destinati alle anime dei comuni defunti.

Altre menzioni degne di nota le dobbiamo all'opera "Alcyone" di Gabriele D' Annunzio, al Pascoli in poesie legate al paesaggio mediterraneo ed a svariati autori sardi cui l'asfodelo è legato alla tradizione pastorale dell'isola.

Per chi è appassionato di Harry Potter poi forse ricorderà che nel primo dei suoi libri (e poi film) "la pietra filosofale" il professor Piton mescola polvere di radice di asfodelo ed artemisia nella prima lezione al giovane Harry insegnandoli il distillato della morte vivente.

Ma la parte migliore dell'asfodelo, come spesso accade alla piante, secondo me è il fiore.

E' un dato di fatto che è in primavera (di solito da marzo a giugno) che questa pianta dà il meglio di sé in quanto abbellisce in modo prepotente ma allo stesso tempo delicato il panorama della macchia mediterranea con i suoi alti fusti di fiori eleganti. Questi presentano ognuno 6 tepali (del tutto simili a petali) a forma di stella dal colore bianco stretti l'un con l'altro.

Il via vai incessante di insetti impollinatori fa soltanto immaginare quanto sia buono il nettare di questi fiori.

Le api infatti producono dall'asfodelo un miele raro e pregiato, noto per il sapore delicato e le sue proprietà benefiche, come l'azione depurativa e antiossidante.

Personalmente credo che la bellezza sia in tutte le cose ma anche che solo alcune persone sanno coglierla nelle sfumature che la vita ci offre.

Questo mi fa pensare al fiore dell'asfodelo, a prima vista elegante ma dal profondo significato ambiguo. Per alcuni studiosi -secondo il mio parere avari di inventiva- ricorda l'oblio di un amore sfortunato poiché legato all'aldilà.

E' vero che in epoca vittoriana e in generale nel linguaggio -talvolta molto contraddittorio- dei fiori è spesso malinconico e triste "il mio amore regresso ti segue fino alla tomba" scrisse qualcuno.

Ecco la sfumatura.

Ecco la bellezza.

E' invece un fiore che simboleggia l'amore eterno, che anche dopo la morte sopravvive e rimane insieme. Come due persone che continueranno ad emozionarsi camminando uno a fianco dell'altro.



— SALUMERIA —
da EDOARDO
Qualità e Tradizione

PRODOTTI TIPICI **SALUMI & FORMAGGI** **SPECIALITÀ GASTRONOMICHE**

SELEZIONE DI SALUMI E FORMAGGI ARTIGIANALI!
PANINI FRESCHI, PIZZA, CESTI E TAGLIERI!

VIENI A TROVARCI!
VIA SANT'ANGELO, 15 - CERVETERI
☎ 347 7463000

**NUOVA
APERTURA**



UNA POLTRONA X2

Rubrica teatrale a cura di Mara Fux

ROMEO E GIULIETTA L'AMORE È SALTIMBANCO



Sabato 21 febbraio alle 21,00 il Teatro Artemisio- G.M.Volonté di Velletri ospiterà una delle più originali versioni di narrazione scenica di un'opera shakespeariana ovvero "Romeo e Giulietta - l'amore è saltimbanco", uno spettacolo che trasforma il capolavoro del noto Bardo in materia viva e pulsante, reinterpretata attraverso la lente del teatro popolare e della Commedia dell'Arte. La fitta trama, scritta e diretta da Marco Zoppello che la interpreta insieme ad Anna de Franceschi e Michele Mori, è ambientata nella Venezia del 1574 dove tra le calli in rivolta due saltimbanchi dai trascorsi burrascosi sopravvissuti all'Inquisizione, al secolo Girolamo Salimbeni e Giulio Pasquati, vengono invitati dal Doge assieme alla ben nota cortigiana e poetessa Veronica Franco, a rappresentare la più romantica delle commedie dinnanzi ad Enrico III di Valois ospite occasionale della Serenissima ove sosterà prima di raggiungere Parigi per la cerimonia d'incoronazione a re di Francia. Lo spettacolo si presenta come una prova aperta dove la narrazione si compone e si scompone tra improvvisazioni, duelli, canti, dialetti, pantomime e irresistibili invenzioni sceniche. Un omaggio ironico e appassionato a Shakespeare e al teatro stesso, firmato dalla compagnia veneta Stivalaccio Teatro che ha fatto della rivisitazione della Commedia dell'Arte la propria cifra stilistica. Un evento cui non mancare.

Teatro Artemisio- G.M.Volonté, via Eduardo de Filippo 99, Velletri (RM)
tel. 06 96142750

'O TUONO 'E MARZO

Un classico del repertorio partenopeo di Vincenzo Scarpetta è la nuova proposta della Compagnia Arte del Teatro diretta da Fabio Gravina che porta in scena sul palcoscenico del Teatro Prati "'O tuono 'e marzo" commedia in tre atti da lui stesso rivista e adattata a tempi più moderni. L'ardita tematica di quei segreti che in famiglia tutti conoscono ma tacciono finché d'improvviso esplodono, è evocata con ironia in un titolo che fa di marzo un mese di inspiegabili temporali improvvisi ed è perno di una trama alquanto intricata scritta nel 1912 e nello stesso anno rappresentata in prima nazionale al Quirino. È anche la nascita ufficiale di Felice Scisciammocca, maschera protagonista di tantissime delle commedie di Scarpetta rappresentate da Eduardo che nello specifico nel 1975 ne trasse e curò un'importante messa in scena per la Rai tra i cui interpreti del calibro di Paolo Stoppa, c'era anche una giovanissima Lina Sastri. L'adattamento proposto da Fabio Gravina vede al suo fianco Corrado Taranto, Eduardo Ricciardelli, Alida Tarallo, Pierre Bresolin, Sara Scotto di Luzio, Luca Cardillo, Michele Sibillo, Alessandro Casola e Sara Guardascione con doppio ruolo. Le scene ed i costumi sono di Francesco De Summa mentre le musiche originali sono del M° Mariano Perrella. Lo spettacolo andrà in scena fino al 1 marzo con repliche serali alle h 21,00 dal martedì al sabato e pomeridiane alle ore 17,00 di sabato e domenica.

Teatro Prati, via degli Scipioni 98, Roma tel. 06 39740503



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

REA: BASTA BUSINESS SULLA PELLE DI CANI E GATTI LE GUARDIE ZOOFILE CONTROLLINO I CANILI LAGER, NON SOLO I PRIVATI



REA dice basta all'orrore dei canili lager in Italia. "È assurdo che oggi le guardie zoofile, che sono a tutti gli effetti agenti di polizia, vengano usate in particolare a supporto delle Asl in fase di sopralluogo e per rispondere alle chiamate dei singoli cittadini su piccoli casi, mentre le grandi strutture restano nell'ombra. Questi luoghi, spesso abbandonati a se stessi e dove nessuno entra mai a controllare e dove l'accesso è consentito solo a volontari di associazioni che purtroppo non possono avere voce altrimenti vengono allontanati, non possono più essere zone franche. Dobbiamo cambiare marcia: le guardie zoofile dovrebbero entrare anche nei canili periodicamente a scadenza fissa per verificare le condizioni degli animali e soprattutto controllare la tenuta dei documenti obbligatori.

Non possiamo più tollerare che il randagismo diventi una macchina da soldi per gente senza scrupoli. In troppi canili accadono fatti gravissimi che ledono il benessere degli animali: gli animali muoiono ma in molti casi sono decessi che non vengono denunciati per mantenere in essere la retta giornaliera versata

dai comuni i quali il più delle volte non esercitano né richiedono controlli periodici dello stato dei loro animali. È ora di accendere i riflettori su queste realtà e smetterla di guardare dall'altra parte mentre qualcuno si arricchia sulla sofferenza.

Sulla questione è intervenuto il Segretario Nazionale del Partito Politico REA, Gabriella Caramanica: "Vogliamo trasparenza totale. Non ha senso avere guardie istruite ad hoc se poi non le utilizziamo per controlli dove c'è il vero marcio. I canili non devono essere prigioni invisibili, ma luoghi di passaggio verso una nuova vita. Chiediamo controlli a tappeto e tolleranza zero per chi nasconde i decessi per continuare a intascare fondi pubblici. La nostra battaglia è chiara: i soldi dei cittadini devono servire a curare gli animali, non a riempire le tasche di chi gestisce canili lager. Siamo pronti a dare battaglia per ripulire questo sistema".

REA continuerà a fare pressione affinché la vigilanza zoofila diventi un controllo fisso e serio dentro le strutture, perché la dignità degli animali non può avere un prezzo e la legalità deve tornare a essere la priorità."

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 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**



di Maurizio Martucci

AL SASSO NEL SEGNO DEI VEDA

ASHVINI, CAVALLI CHE CURANO

Si chiama **Manisha Isabella** e si appoggia a un centro equestre immerso nella località Sasso, uno spazio che diventa cornice e sostegno per i suoi percorsi con i cavalli. Il suo progetto nasce da un cammino personale fatto di ricerca, ascolto e profonda connessione con la natura. L'esperienza Ashvini prende forma prima dei suoi viaggi in India, che hanno poi arricchito e ampliato la sua visione, integrando dimensioni spirituali e conoscenze che oggi convivono nel suo approccio. *"Il mio cammino è un intreccio di ricerca, ascolto e trasformazione. Manisha è il nome che mi è stato donato dalla mia maestra al termine di un percorso profondo. In sanscrito significa 'saggezza interiore', 'pensiero illuminato' e rappresenta per me la capacità di vedere oltre e di guidare con delicatezza e verità."*

Si è avvicinata all'**Astrologia Vedica**, un'antica scienza millenaria indiana che affonda le sue radici nella cultura dei Veda: raccolgono conoscenze che spaziano dalla spiritualità alla filosofia, dalla cosmologia alla medicina e non solo. Da qui la ricerca nell'esplorazione verso uno stato dell'essere più profondo: *"attraverso lo studio dell'astrologia, ho trovato nuovi strumenti per comprendere meglio me stessa e gli altri, unendo questa conoscenza alla mia pratica come Equicoach."* Manisha Isabella ha superato la crisi di mezza età in uno stato di cambiamento personale *"che mi ha portata a interrogarmi sul mio percorso di vita e a intraprendere un lavoro di esplorazione interiore che ha trasformato profondamente il mio modo di guardare me stessa e il mondo."* Da questo

processo nasce **Ashvini**, cavalli che curano, un progetto che prende forma dall'esperienza vissuta per offrire ispirazione a chi sente la volontà di intraprendere un cammino di crescita interiore e consapevolezza. *"Nel mio percorso la relazione con i cavalli è sempre stata centrale. Ho coltivato negli anni un'anima profondamente legata alla natura, alla semplicità e alla dimensione autentica della vita, accompagnata dal lavoro quotidiano con i miei quarter horses, i cavalli della monta americana. La loro presenza ha rappresentato per me una scuola silenziosa e potente."* L'incontro con il **metodo Horse Life Coaching**, studiato con **Daya Eliana Rota**, gli ha permesso di integrare l'esperienza personale con la struttura professionale di Equicoah e operatore olistico. Il progetto si fonda sul coaching mediato dai cavalli: il cavallo diventa un mediatore relazionale, uno specchio, permette alla persona di osservare emozioni, schemi comunicativi e modalità di relazione in modo immediato e autentico. *"Nella mia visione ed esperienza personale e lavorativa con le persone, il cavallo viene vissuto anche come presenza simbolica e come ponte tra dimensione conscia e inconscia. Nella relazione con l'essere umano, grazie alla sua straordinaria sensibilità e alla capacità di vivere pienamente nel momento presente, il cavallo può favorire lo scioglimento di tensioni interiori e di nodi emotivi spesso difficili da riconoscere razionalmente. In questa prospettiva diventa un tramite tra mondi diversi – quello più concreto e quello più sottile – accompagnando la persona in un processo di ascolto profondo e trasformazione interiore"*. **Manisha Isabella** usa poi un approccio astrologico basato sul concetto di DNA planetario, strumento codificato dal suo maestro **Prema Kumar Das** di Yoga delle Stelle, che interpreta la configurazione dei pianeti come traccia energetica del percorso individuale. Centrale è il pianeta dell'anima, chiamato **Atmakaraka**, indica la direzione evolutiva più profonda della persona. L'astrologia viene utilizzata come strumento di consapevolezza per riconoscere risorse interiori, sfide personali e significato delle esperienze di vita. *"Il nome Ashvini deriva dal sanscrito ashva, che significa proprio cavallo, e richiama gli Ashvini Kumara, figure della tradizione vedica considerate i guaritori degli dei e simbolo di rinascita e rigenerazione."* Così l'unione. L'integrazione tra astrologia e coaching mediato dai cavalli permette di lavorare su più livelli – corporeo, emotivo, mentale e spirituale – offrendo un approccio olistico alla crescita personale, un ponte tra cielo e terra.

Per mettersi in contatto con Manisha Isabella
<https://www.cavalliecurano.com/> ashvini@
cavalliecurano.com 335.7817565

www.globalwatersolution.it



**POTABILIZZAZIONE
POZZI E CISTERNE
ADDOLCITORI
RICARICA CO2
OSMOSI
ANALISI ACQUA**

 **339 39 04 634**  **0669411137**

 [globalwatersolution.ladispoli](https://www.instagram.com/globalwatersolution.ladispoli)

 [globalwatersolutionladispoli](https://www.facebook.com/globalwatersolutionladispoli)

**SHOW ROOM
LADISPOLI
Via dei Garofani, 12**

**Centro Commerciale
Piazza Grande
MA SUPERMERCATI
GROS**



L'OROSCOPO

che punge ma non fa male

Settimana dal 20 al 26 febbraio

21 marzo - 19 aprile

ARIETE



La settimana termina con slancio e voglia di fare. In amore passione e dolcezza si intrecciano, favorendo incontri intensi o un'intesa più profonda nella coppia.

23 settembre - 22 ottobre

BILANCIA



In amore prevalgono sentimenti sinceri e dialogo costruttivo, anche se la complicità fisica richiede ancora pazienza. Nel lavoro sapete essere convincenti.

Sul lavoro non brillate. La fortuna rimedia con un forte intuito ma attenzione: osservate bene prima di decidere. Le coppie potrebbero scoppiare.



TORO

20 aprile - 20 maggio

23 ottobre - 21 novembre

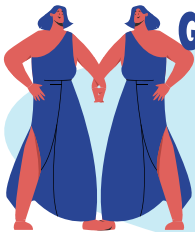
SCORPIONE



Pronti a cogliere nuove opportunità. La fortuna si muove a vostro favore, specie quando agite con prudenza e lucidità.

21 maggio - 20 giugno

GEMELLI



Nessun timore, andate avanti nonostante chi tenta di frenare lo slancio verso il futuro brillante che meritate. La dea bendata vi viene incontro.



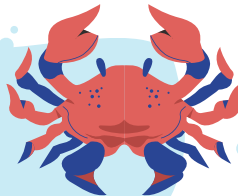
22 novembre - 21 dicembre

SAGITTARIO

Caos emotivo: sentite l'esigenza di fuggire lontano ma al contempo non sopportate l'idea del partner solo e sereno nel suo percorso di vita.

21 giugno - 22 luglio

CANCRO



Possibili incomprensioni per chi vive una relazione di lunga data: rinnovate le promesse. La carriera è in stallo, proponete un progetto accattivante.

22 dicembre - 19 gennaio

CAPRICORNO

Battaglie legali in vista. La vita amorosa migliora mentre la salute richiede maggiore attenzione e tempo da dedicare al benessere psico-fisico.



LEONE

23 luglio - 23 agosto

Sopraffatti dalle incombenze quotidiane rischiate di perdere il meglio che vi circonda. Fermatevi un attimo ad osservare il panorama. Salute in miglioramento.

20 gennaio - 19 febbraio

ACQUARIO

Periodo vivace con emozioni positive che rendono tutto più leggero. In amore siete diretti e pronti a chiarire. Nel lavoro porterete a casa risultati importanti.



20 febbraio - 20 marzo

PESCI

Successo garantito se punterete su nuovi orizzonti. La fortuna vi sorride con piccole sorprese e soddisfazioni inattese. Evitare tensioni inutili.



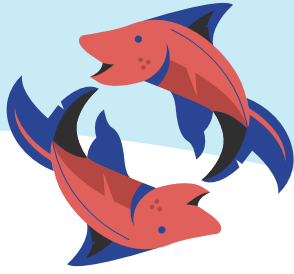
24 agosto - 22 settembre

VERGINE

L'inizio settimana può presentare piccoli ostacoli, ma la situazione si sistema rapidamente lasciando spazio a serenità e socialità.



PESCI



IL SEGNO DEL MESE

Caratteristiche

Sensibile, dolce, romantico. E' altruista, aperto agli altri, ma anche pronto a chiudersi a riccio, perché permaloso. Può essere esuberante e ottimista, se risente degli influssi di Giove; più intimista, portato all'astrazione, alla spiritualità, se è Nettuno a connotarlo.

In amore è vulnerabile, spesso si fa prendere più dalla gioia di poter vivere le emozioni, che non dalla persona che idealizza e sublima. È devoto e dedito all'altro, ne previene i desideri, lo circonda di premure. È fedele e geloso.

Nel lavoro dà prova di inventiva, fantasia e duttilità, buona memoria; si sottopone malvolentieri all'ordine e alla rigida disciplina. Intuisce le buone opportunità, ciò che gli conviene e di chi diffidare. È portato per le attività artistiche e creative. Nel tempo libero non si dà all'attività fisica, trascura il corpo, coltiva la mente. Letture, circoli letterari o artistici, visite a mostre e gallerie, viaggi culturali, sono la sua beatitudine. Affinità con il Cancro: tra segni d'acqua ci si parla meglio. Li accomuna il valore delle emozioni, della spontaneità legata all'entusiasmo del vivere.

Elemento: Acqua

Pianeta dominante: Nettuno e Giove

Pietre e metalli: corallo, acquamarina, platino, argento

Fiore: gelsomino

Essenza astrale: glicine

Colore: bianco argento

Corrispondenza nel corpo: piedi



**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

L'IMPORTANZA DI MARKER SIEROLOGICI NELL'INFARTO DEL MIOCARDIO

La sintomatologia dell'infarto miocardico acuto (IMA) è quanto mai variabile anche se nella gran parte dei casi prevale "la sensazione costrittiva precordiale". <Le vie del dolore sono infinite> così mi diceva il **prof. Di Porto**, primario del III reparto di Medicina Interna all'Ospedale S. Filippo Neri, ove, laureando al terzo anno (1972) frequentavo mattina e pomeriggio (abitavo allora a Monte Mario).

I marker di infarto, di danno miocardico? Sono proteine, enzimi etc che si riscontrano nel sangue, molto utili ai fini diagnostici. **La Mioglobina** è una proteina che trasporta ossigeno, rilasciata dalle cellule del miocardio quando sono danneggiate. Poiché ha il peso molecolare più basso di tutti gli altri marker, è la prima a comparire nel sangue periferico. **Può essere rilasciata 1-2 ore dopo l'insulto, con un picco a 4-12 ore. E' pertanto utile nel danno miocardico precoce. Tuttavia, di solito, scompare entro 24 ore.** Inoltre non può essere considerato un marcatore (marker), un segnalatore specifico di danno miocardico perché anche presente anche nei muscoli sia scheletrici che lisci. Il **Creatinfosfochinasi (CPK)** è un enzima presente nel muscolo cardiaco. Un suo elevato livello (valori normali: 32-267 UI/L) è essenziale nel determinare l'origine cardiaca che è rappresentata **dall'isoenzima MB (CPK-MB)**. Il CPK scinde il creatinfosfato in creatinina e ATP (adenosintrifosfato) in presenza di ADP (adenosintedifosfato). Il CPK totale riguarda non solo il cuore ma anche i muscoli scheletrici ed il cervello. Grazie alla ricerca **degli isoenzimi** è possibile distinguerli come detto il CPK MB riguardo il cuore;



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.*

l'isoenzima della frazione MM (CPK MM) il tessuto muscolare; quello della frazione BB (CPK - BB) il cervello. Dopo uno sforzo intenso e prolungato il CPK totale è molto aumentato per l'intensa attività sportiva ma è soprattutto imputabile all'isoenzima CPK MM, ossia muscolare. Solo il CPK MB (nel cuore sano non supera il 6% del valore totale di CPK) ci è di utilità nell'infarto se superare ai valori normali riportati. **Il suo livello aumenta dopo circa 4 ore dall'insorgenza dell'infarto, raggiunge il picco dopo 12-24 ore e diminuire fino a diventare normale, dopo 2-3 giorni. La troponina I cardiaca (ctnt) è un complesso proteico che regola la contrazione cardiaca (muscolostriato) e rappresenta il marker d'infarto del miocardio più specifico e sensibile del CPK-MB.** Compare nel sangue ed inizia **ad aumentare dopo 3-6 ore** (un po' prima del CPK-MB), raggiunge il picco dopo **15-25 ore e fortunatamente non diminuisce affatto rapidamente.** Anzi persiste, anche ad alti livelli, per 14 giorni. Questa persistenza prolungata consente **diagnosi ritardate** e conferisce al test una maggiore sensibilità rispetto al CPK MB dopo 36-48 ore.

Oltre alla troponina I vi è anche la T. La prima è leggermente più sensibile della seconda nelle prime 6 ore. **Tutto bene e facile?** Occorre una **doverosa precisazione.** Non tutti i pazienti con infarto (in particolare quelli **NSTEMI**, ossia senza soprasslivellamento del tratto ST all' ECG) hanno valori aumentati all'inizio, **occorre aspettare ben 12 ore.** Resta il vantaggio della maggiore sensibilità e specificità rispetto al CPK-MB e la persistente (anche nel NSTEMI) fino a 14 giorni dopo l'insulto cardiaco, utile, come detto, nella diagnosi ritardata (dosaggio troponina I). Altra nota da prendere in considerazione. **L'aumento della troponina I non si registra solo nell'infarto del miocardio.** Si riscontra anche in altre patologie cardiache: miocarditi, contusione traumatica miocardica, tachiaritmie, insufficienza cardiaca, embolia polmonare, emorragia subaracnoidea, sepsi e shok. Oramai il dosaggio della Troponina I cardiaca ha sostituito quello degli isoenzimi del **LDH** (lattatodeidrogenasi) e delle **ALT** (ex GOT, aspartato aminotransferasi). **L' LDH** è stato per decenni ricercato nel siero per la diagnosi di infarto del miocardio e di embolia polmonare (oggi è più utile il D-Dimero, marcatore importante di stato pretrombotici). **L'ALT** pur aumentando nell'infarto del miocardio è anche lei, come l'LDH, assai meno specifico e sensibile rispetto al CPK-MB (figuriamoci rispetto alla Troponina I). E' utile nelle epatopatie acute e croniche, nei tumori epatici primitivi e secondari (molti più frequenti).



FARMACIA ARMENIO

La Farmacia vicina
alle tue esigenze



DERMOCOSMESI

PRODOTTI PER L'INFANZIA

SERVIZI AUTO ANALISI

PRODOTTI VETERINARI

MISURAZIONE PRESSIONE

OMEOPATIA-FITOTERAPIA

PREPARAZIONI GALENICHE



CONSEGNA FARMACI
A DOMICILIO SU RICHIESTA

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

f Farmacia Armenio



salute

AURUM METALLICO

TUTTO IL BELLO E IL BRUTTO DELL'ORO

L'oro è un metallo giallo brillante, inalterabile all'aria e all'acqua, di grande valore commerciale. Di numero atomico 79, appartiene al primo gruppo B del sistema periodico. L'oro è il più modellabile e il più duttile di tutti i metalli; è però molle e si scioglie nel mercurio. Non vi è alcun acido capace di agire sull'oro ad eccezione "dell'acqua regia"; deve la sua reattività al dorso elementare che contiene. Per lungo tempo (e ancora oggi in parte lo sono) i sali d'oro sono stati utilizzati nella terapia del reumatismo cronico poiché danno risultati di lunga durata, a differenza dei cortisonici e dell'ACTH i cui effetti terapeutici sono spesso fugaci. Considerata la loro tossicità (per l'accumulo del metallo nel fegato, nel rene e nella milza) i sali d'oro sono controindicati, oltre che nei bambini, negli epatopazienti e nefropatici cronici. L'isotopo radioattivo ¹⁹⁹Au, che ha una vita media di 3,3 giorni, è utilizzato sotto forma di dispersione colloidale nella terapia dei tumori, soprattutto quelli che colpiscono l'utero e la prostata. L'oro è forse il metallo più prezioso al mondo e anche il più nobile. Il suo stemma simboleggia la nobiltà, l'amore, la gloria, la generosità e la ricchezza. Nel "mondo di Gulliver" (Omeopatia) le cose più belle e preziose (oro, platino, argento) possono "dare alla testa" e rivelarsi molto pericolose. Il mondo infinitesimale è l'opposto di quello ponderale. Saper cogliere questi aspetti del naturale era quello che faceva **Paracelso**. Le cose più umili ed apparentemente più insignificanti (per esempio la sabbia: **Silicea**) sprigionano invece (se diluite e dinamizzate)

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.*

una potenza tale da portare a guarigione (natura e vis medica trix) soggetti fragili, freddolosi, sempre ammalati di forme respiratorie. Qual è la tipologia omeopatica del soggetto Aurum (oro)? E' una persona sanguigna, pletorica ma allo stesso tempo malinconica. Talvolta è talmente depresso da pensare al suicidio (spesso riesce a metterlo in atto). E' violento, agitato, autoritario, non vuole essere contraddetto, va subito in collera. E' scontento di sé, deluso dagli altri e dalla società. Impreca contro il destino avverso. La sua collera viene stranamente migliorata, anzi sedata dalla musica. Questo suo modo così agitato e violento di vivere lo porta ad avere degli evidenti rialzi della pressione arteriosa, disturbi del ritmo cardiaco, aterosclerosi. E' aggravato di notte, con il freddo, con il rumore, con l'alcol (del quale spesso abusa). La sua costituzione forte e sanguigna e minata dalle frustrazioni morali specie se nella vita, ha ricoperto importanti ruoli sociali: caduta dall'alto... morale e/o economica... crollo in chi si credeva... un dio. I sintomi psichici del rimedio sono: tristezza, depressione, disgusto della vita, tendenza al suicidio, stato collerico con insoddisfazione personale. I sintomi fisici sono: ipertensione arteriosa, palpitazioni, aritmia cardiaca, crisi ipertensive in cui vede solo la meta inferiore degli oggetti; dolori ossei penetranti, acuti profondi che peggiorano d'inverno e soprattutto di notte; narici ispessite, ostruite, spesso ulcerate, dolorose, che impediscono una normale respirazione.

Personalmente non ho trattato, molti casi di Aurum. E' un paziente che difficilmente si reca dal medico per farsi curare. Né tanto meno dà ascolto alle sollecitazioni in tal senso da parte dei familiari. Come cardiologo non ho mai utilizzato il rimedio omeopatico nei casi di ipertensione medio-severa. Utilizzo la terapia convenzionale. Talvolta ho ottenuto dei buoni risultati con Aurum metallium nei dolori ossei notturni molto intensi che peggiorano d'inverno ed anche nelle rinopatie, con ulcerazioni della mucosa non su base neoplastica, resistenti alle terapie convenzionali. Più frequentemente ho utilizzato l'Aurum muriaticum natronatum (3CH, in triturazione, un misurino da 15 gr la sera) nella fibromatosi uterina, con utero aumentato di volume, congesto e duro. Oppure l'Aurum Muriaticum Kalinum (stessa diluizione e posologia) quando l'utero, pur anche esso aumentato di volume e duro, aveva la tendenza a sanguinare. La cura da me protratta per almeno tre mesi la somministravo dopo tutti gli accertamenti del caso e dopo consulto ginecologico di non operabilità. In conclusione Aurum è un soggetto sanguigno, di cattivo carattere, incline alla collera... uno che vede tutto nero... E' triste, depresso, deluso da una vita che, in passato, gli ha riservato fama e ricchezza.



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



IL LATO NASCOSTO DELL'ISTAMINA

Cefalea, gonfiore addominale, palpitazioni, stanchezza cronica, ansia, orticaria.

Sintomi apparentemente diversi, spesso attribuiti a cause differenti, che spingono il paziente da uno specialista all'altro senza ottenere una risposta chiara.

Eppure, negli ultimi anni, una molecola ha attirato sempre più attenzione nella ricerca clinica: **l'istamina**, una sostanza prodotta naturalmente dal nostro organismo, sintetizzata dai mastociti e dai basofili del sistema immunitario, dai neuroni del sistema nervoso centrale e dalle cellule enterocromaffini dello stomaco.

In condizioni fisiologiche l'istamina svolge funzioni essenziali:

- regola la risposta immunitaria e infiammatoria,
- stimola la secrezione acida gastrica,
- modula il ciclo sonno-veglia, l'attenzione e la memoria,
- contribuisce al controllo del tono vascolare.

In altre parole, senza istamina il nostro corpo non potrebbe funzionare correttamente.

Gli effetti dell'istamina dipendono dall'attivazione di specifici recettori (H1, H2, H3, H4), distribuiti in tutto l'organismo. Questa diffusione spiega perché un eccesso di istamina possa manifestarsi con sintomi estremamente eterogenei, che coinvolgono apparato respiratorio, gastrointestinale, cardiovascolare, cutaneo e sistema nervoso. **Il problema, dunque, non è l'istamina in sé, ma il suo accumulo.**

In condizioni normali, l'istamina viene metabolizzata principalmente da due enzimi: la **diamino ossidasi (DAO)**, attiva soprattutto a livello del lume intestinale e la **istamina-N-metiltransferasi (HNMT)**, presente soprattutto nel fegato e nel sistema nervoso centrale. Quando questo sistema di degradazione si altera, l'istamina si accumula e può generare un quadro clinico complesso e spesso difficile da interpretare.

Le cause possono essere molteplici e spesso coesistono: infiammazioni croniche, alterazioni della barriera intestinale ("leaky gut"), disbiosi intestinale, sibo ossia crescita eccessiva di batteri nel tenue, consumo eccessivo di alimenti ricchi di istamina o istamino-liberatori (esistono tabelle dettagliate da consultare che elencano tutti gli alimenti "pericolosi"), deficit dell'enzima DAO (genetico o acquisito), assunzione



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

di farmaci che interferiscono con il metabolismo dell'istamina, come FANS, alcuni antidepressivi e alcuni antibiotici, mucolitici, e l'alcol .

Il quadro clinico è spesso variabile, tra i sintomi più frequenti troviamo:

- cefalea ed emicrania,
- disturbi gastrointestinali (gonfiore, diarrea, dolore addominale), dismenorrea.
- tachicardia e palpitazioni,
- orticaria, prurito, rossore cutaneo,
- congestione nasale,
- stanchezza cronica,
- ansia, insonnia e difficoltà cognitive.

Nelle donne questi sintomi possono accentuarsi in alcune fasi del ciclo mestruale in relazione ai livelli di estrogeni. Purtroppo attualmente **non esiste ancora un test diagnostico universalmente riconosciuto e validato** per l'alterazione del metabolismo dell'istamina.

Il sospetto clinico nasce da un'anamnesi accurata e dalla **correlazione tra sintomi e alimentazione**.

Bisogna innanzitutto escludere altre cause di aumento di istamina come allergie IgE mediate e la mastocitosi sistemica (tramite dosaggio triptasi plasmatica). Alcuni esami di laboratorio – come il **dosaggio della DAO plasmatica**, i **livelli di istamina nel sangue** o nelle urine e i **test genetici** – possono orientare il medico, ma non sono sufficienti, da soli, a confermare la diagnosi. È il quadro complessivo, e non il singolo valore di laboratorio, a guidare l'interpretazione clinica.

Sul piano terapeutico, la dieta rappresenta il primo intervento fondamentale.

Una dieta a basso contenuto di istamina per almeno 4-8 settimane può determinare una significativa riduzione dei sintomi e rappresenta spesso un vero test clinico-terapeutico.

Accanto alla dieta, può essere utile: l'**integrazione dell'enzima DAO**, il supporto nutrizionale con vitamina C, zinco e vitamina B6, il trattamento delle alterazioni intestinali, la scelta attenta dei probiotici, evitando ceppi che stimolano la produzione di istamina. È importante valutare caso per caso l'uso di farmaci antistaminici perché alcuni come la **cimetidina**, potrebbero influenzare l'equilibrio dell'istamina e talvolta far percepire un peggioramento dei sintomi.

Ad oggi, non esistono linee guida ufficiali né criteri diagnostici universalmente accettati per identificare con certezza questa condizione. Eppure, la pratica clinica suggerisce una realtà evidente: quando la riduzione dell'istamina introdotta con la dieta porta a un miglioramento significativo dei sintomi, il segnale è difficile da ignorare. Forse l'istamina non è la risposta a tutti i disturbi "inspiegabili", ma rappresenta una chiave interpretativa sempre più rilevante nella medicina moderna. Una chiave che invita a superare la frammentazione dei sintomi e a guardare il paziente come un sistema complesso, in cui immunità, intestino, sistema nervoso e metabolismo dialogano costantemente.

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

THERAPIST SELF-DISCLOSURE (TSD)



A differenza dei altri articoli precedenti, in questo articolo vorrei raccontare una tecnica terapeutica molto importante, la **therapist self-disclosure (TSD)** o autorivelazione. Questa è una tecnica terapeutica attraverso cui il terapeuta racconta qualcosa della sua vita. Partiamo dal presupposto che lo psicoterapeuta viene considerato spesso come una persona che non ha problemi, quasi irreali; nell'immaginario comune, spesso, le persone pensando alla figura dello psicoterapeuta immaginano il viso di Freud o di Jung, professionisti di cui non si sapeva nulla. Invece lo psicoterapeuta ha una sua vita con gioie, dolori, preoccupazioni, ansie, problemi con i figli, il partner, ecc. ed è proprio per questo che il terapeuta, più di ogni altra persona, necessita di effettuare dei percorsi di psicoterapia personali, oltre che supervisione quando un problema della persona assistita, provoca un blocco dell'evoluzione della terapia (impasse). Capita molto spesso che, vivendo in un piccolo centro, si incontrino le persone con cui si sta lavorando nel percorso di psicoterapia al supermercato, in palestra, al ristorante. In questo modo, questa figura quasi irreali viene collocata nella vita quotidiana. Detto ciò, molti sono gli psicoterapeuti che usano il self-disclosure nel percorso di psicoterapia; per contro, alcuni approcci terapeutici (come la psicanalisi classica) tendono a considerare la self-disclosure impropria e problematica. Come ho detto prima il self-disclosure consiste nel raccontare e condividere pezzetti di vita personali, vissuti o emozioni alla persona con cui si sta lavorando in un percorso di psicoterapia in modo intenzionale e con estrema consapevolezza, a soli scopi terapeutici. Non deve essere utilizzata per soddisfare i bisogni del terapeuta né deve sembrare

una chiacchierata tra due persone mentre si beve il caffè al bar. Non deve appesantire l'assistito ma essere una possibilità di crescita. Viene utilizzata per i seguenti scopi terapeutici: 1) per rafforzare l'alleanza, 2) per normalizzare le esperienze del paziente, 3) per costruire un ponte empatico, specialmente in fasi consolidate della terapia, 4) per far sentire meno sola la persona e farla sentire "normale" e non "sbagliata" o "patologica". Visto tutto questo, non tutti i terapeuti se la sentono di usare l'autorivelazione perché servono: 1) estrema consapevolezza di sé, 2) presenza di confini terapeutici netti, 3) il terapeuta inizia e finisce il racconto che non deve sfociare in una "confessione" ma in una crescita dell'assistito, 4) una buona autostima e centratura. Il self-disclosure può essere esplicito quando il terapeuta racconta di sé, dichiarando che sta parlando di sé oppure raccontando di sé in modo velato, dicendo *"le racconto una cosa che mi è stata raccontata da una persona nel suo percorso di psicoterapia"*. È importante, però, evidenziare che nel percorso psicoterapico, il terapeuta comunque rivela se stesso attraverso la comunicazione non verbale per esempio con l'arredamento dello studio, con il suo modo di porsi, comunicare, vestirsi, il cambio di voce o di posizione nella sedia, ecc. Capita, anche, che negli incontri online, se vengono effettuati a casa, l'assistito veda l'arredamento di casa, la presenza di animali facendosi un'idea della vita privata del terapeuta. È importante che il terapeuta ne sia consapevole al fine di gestirne gli effetti sulla persona assistita.

Deve essere sempre guidata da obiettivi clinici e non da bisogni personali del terapeuta.



Dottoressa
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 LUI O LEI TI PRENDE A CALCI...DI NOTTE!

In tutto questo non c'è cattiveria. C'è solo l'incapacità del tuo lui o della tua lei di trattenere quel sussulto involontario, incontrollabile che li fa scalciaie. Parliamo della sindrome delle gambe senza riposo, un disturbo neurologico che provoca quell' impuso irresistibile di muovere le gambe con formicolio, bruciore, provando la sensazione di essere pervasi da una scarica di "corrente". Questo fenomeno affligge prevalentemente di notte, anche se questa sindrome può essere anche diurna. Il problema sembra derivare da un'alterazione della dopamina, il neurotrasmettitore che regola anche i nostri movimenti. La sindrome ha una certa familiarità ovvero se ne può soffrire se un genitore ha avuto le stesse manifestazioni. Per questa problematica la medicina tradizionale in realtà non ha grandi armi ma piuttosto trattamenti di contenimento, non privi di effetti collaterali, come l'impigo del pregabalin o del gabapentin. Per nostra fortuna una grande possibilità ci viene data dalla medicina omeopatica usando il rimedio zincum metallicum o lo zincum valerianicum, rimedio quest'ultimo che preferiremo al primo se al nostro problema si somma anche una fastidiosa insonnia. Useremo quindi il rimedio prescelto assumendone tre granuli al risveglio, tre a metà mattina, tre a metà pomeriggio e tre prima di coricarci, da sciogliere sotto la lingua. Cicli di 45 giorni, intervallati da 4-5 giorni di sospensione.

Omeopatia...che meraviglia!

SALUTE E BENESSERE



Marco Tortorici
Farmacista
esperto in omeopatia
dal 1985

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



INSIEME A NOI FIRMA IL TUO **NO**

ALL'AMPLIAMENTO DELL'AEROPORTO DI FIUMICINO

COME FARMACISTI, NATURALI DIFENSORI DELL'AMBIENTE,
SOSTENIAMO LA SALVAGUARDIA DELLA
RISERVA NATURALE STATALE DEL LITORALE ROMANO

Sottoscrivi la **petizione** su change.org **per salvare il tuo territorio!**

INQUADRA IL QR CODE
E FIRMA LA PETIZIONE!



INSIEME A NOI



DELEGAZIONE
DI ROMA
GRUPPO DI
CIVITAVECCHIA



LITORALE
LADOLE



SALVIAMO IL
PAESAGGIO

DIFENDIAMO I TERRITORI

Comitato Litorale Roma Nord

FARMACIA
Salvo D'Acquisto
OFFICINA della SALUTE
LA PRIMA FARMACIA SOLIDALE ITALIANA

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