



Settimanale indipendente di cronaca, attualità, politica, sport - a carattere professionale, tecnico e scientifico - Fondato da Filippo Di Lorenzo - ANNO 29 - 20/03/2026 - DISTRIBUZIONE GRATUITA

L'ortica

SETTIMANALE

Anno XXIX n° 11 - 2026

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

RAFFICA DI INCIDENTI SULLE STRADE

LADISPOLI, LA CLASSIFICA DEI TRATTI PIÙ PERICOLOSI

ATTUALITÀ

PETER THIEL L'ANTICRISTO
È SBARCATO A ROMA

PALUDE

TARTARUGHE AZZANNATRICI:
SCATTA IL PIANO DI CATTURA

CERVETERI

SALVO D'ACQUISTO
IL TEATRO ENTRA IN CLASSE



L'INCHIESTA
MOLESTIE, RICATTI SESSUALI
E DISCRIMINAZIONI
NEL GIORNALISMO

TERRANOVA
BRACCIANO



CONAD SUPERSTORE

SCOPRI
fino
50



 **CONAD**



**PARMIGIANO
REGGIANO**

Quello vero è uno solo.

**PARMIGIANO
REGGIANO
DOP CONAD
stagionatura
minima
24 mesi
al kg 19,50**

**1€
,95
ALL'ETTO**



**NEL
NOSTRO**

Bistro

**CUCINA
ESPRESSA**

**LUNEDÌ
AMATRICIANA**

**MARTEDÌ
ZUPPA DI STAGIONE**

**MERCOLEDÌ
TRIPPA**

 **CONAD SUPERSTORE**

LADISPOLI VIALE EUROPA - ZONA MIAMI

**DA MERCOLEDÌ 11
A MARTEDÌ 24 MARZO 2026**

**ENTI
o al
0%**



0,49 € ALL'ETTO

VONGOLE LUPINI
Provenienza
Mar Adriatico
al kg 4,90



**PECORINO
ROMANO
DOP**
al kg 14,90

1,49 € ALL'ETTO



ORATE
allevate in Italia
300/500 g circa
al kg 11,90

1,19 € ALL'ETTO

LE SPECIALITÀ DEL GIORNO

GIOVEDÌ
PASTA FRESCA

VENERDÌ
FRITTO MISTO

SABATO
MENÙ PIZZA

DOMENICA
MENÙ BAMBINO - RISOTTO AI FRUTTI DI MARE

EVEN TI



di Ludovica Serra

UN SEME PER LA PRIMAVERA CERVETERI

SABATO 21 MARZO ORE 19

Lecture al femminile e creazione floreale. Chi lo desidera potrà portare un piccolo oggetto personale – un cristallo, un sassolino, un nastro, una piuma o qualsiasi cosa abbia un significato speciale – da inserire nella propria creazione.

Prenotazioni

Cristina 329 9732186



di Chiara Spinato

ENIGMI TECNOLOGICI DELL'ANTICHITÀ LADISPOLI

VENERDÌ 20 MARZO ORE 20.30

Nuova Acropoli presenta la conferenza di marzo del ciclo "La ricerca spirituale tra scienza e filosofia" in via Fiume 108. L'ingresso è libero ma è gradita la prenotazione al 348 5656113.



di Carola Cimarelli

INCONTRO LETTERARIO CERVETERI

VENERDÌ 20 MARZO ORE 18

Alla Mondadori Bookstore Cerveteri la presentazione del libro "Diegopolitik", del giornalista e critico cinematografico Boris Sollazzo, con prefazione di Luigi De Magistris, ex Sindaco di Napoli e dell'ex parlamentare Alessandro Di Battista. Modera l'incontro, Alessio Pascucci.

New Café Millenium

Viale Fregene Cerenova

(Adiacente Poste)

Tel. 06 99 02 887



BIGLIETTI COTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI



GIPSY JAZZ TRIO MACCARESE, SABATO 21 ORE 21

Il Museo del Saxofono apre le porte a una serata che profuma di swing e atmosfere d'altri tempi.

Direttamente dalla Parigi degli anni Trenta, un concerto che invita il pubblico a immergersi nel mondo elegante e irrequieto del jazz manouche, tra virtuosismo e improvvisazione.



di Angelo Galli

CONCERTO PER SAN GIUSEPPE LADISPOLI SABATO 21 MARZO ORE 21

Presso la Parrocchia del Sacro Cuore di Ladispoli, si terrà un concerto in onore del Santo Patrono San Giuseppe, eseguito dall'Orchestra Giovanile "Massimo Freccia", diretta dal Maestro Massimo Bacci. Rappresenta un momento di incontro tra musica, tradizione e comunità.



di Francesca Toto

INTRECCI CIVITAVECCHIA 19, 20, 21 MARZO ORE 18

Dialoghi tra imprese artigiane che custodiscono l'arte del saper fare.

È questo, il format/evento che animerà il weekend di Civitavecchia, nella cornice dei magazzini romani dell'antica Rocca, presso la sala "Mons. Luigi Rovigatti" in Calata Principe Tommaso, 1.



di Luca Marini Achenza

DIMMI DONNA BRACCIANO DOMENICA 22 ORE 18.30

Un nuovo appuntamento della rassegna: "Simone Veil" di Olivier Dahan, il film sulla donna che ha vinto la battaglia per il diritto delle donne all'interruzione della gravidanza. Presso il Teatro Delia Scala. Ingresso libero.

SPAZIO ELETTORALE A PAGAMENTO

Si comunica che il settimanale L'Ortica del Venerdì, secondo la legge numero 28 del 22 febbraio 2000 in materia di disposizioni per la parità di accesso ai mezzi di informazione durante la campagna elettorale e per la comunicazione politica, pubblicata sulla Gazzetta Ufficiale numero 43 del 22 febbraio 2000, mette a disposizione pagine a pagamento del proprio giornale per la diffusione di comunicazioni pubblicitarie delle diverse coalizioni e partiti per il referendum 2026. La società editrice de L'Ortica garantisce pari trattamento per tutti i candidati.



LADISPOLI Via Fiume, 67 - 06 9914 4577





IL PORCO IN REDAZIONE MOLESTIE, RICATTI SESSUALI E DISCRIMINAZIONI NEL GIORNALISMO

UN'INCHIESTA RIVELA IL SESSISMO NEL MONDO DEI MEDIA ITALIANI

Una giungla sessista e discriminatoria connotata da molestie, mobbing e ricatti sessuali nel mondo di giornali e televisioni: è la cruda realtà rivelata da un'inchiesta giornalistica, *Violenze sessuali, molestie e abusi nelle redazioni dei media italiani*, condotta da **Stefania Prandi, Alessia Bisini, Francesca Candioli, Roberta Cavaglià per IrpiMedia**, con il sostegno della Fnsi, Federazione nazionale stampa, dell'Ordine nazionale dei giornalisti, dell'Ordine dei giornalisti del Piemonte e del Trentino.

L'inchiesta si fonda su cento interviste ad altrettante giornaliste valendosi di un questionario distribuito a livello nazionale e testimonianze in prima persona. Al questionario hanno risposto 132 giornaliste, ma solo una parte ha accettato di farsi intervistare in quanto è troppo doloroso rispondere a domande sulle violenze subite.

Tutte le intervistate hanno testimoniato di avere subito qualche tipo di discriminazione sul lavoro e talora molestie sessuali, violenza sessuale, tentata violenza, molestie verbali, ricatti sessuali e, in molti casi, ci sono state **conseguenze**

gravi sul piano della carriera fino alle dimissioni e all'abbandono della professione, ma anche **sul piano della salute mentale. E chi sono gli abuser all'interno delle redazioni?** Nell'85% delle testimonianze, sono uomini in posizione di comando, **editori, direttori, caporedattori, redattori e capiservizio**. Come spiegano Patrizia Romito e Mariachiara Feresin nel libro *Le molestie sessuali. Riconoscerle, combatterle, prevenirle. molestie e sessismo vengono minimizzati e giustificati come "scherzi", "battute", "forme di corteggiamento" o "irreprimibili manifestazioni di virilità" invece che essere riconosciuti per quello che sono: attacchi alla dignità e alla libertà femminile. Per partecipare all'inchiesta, le croniste intervistate hanno richiesto l'anonimato e l'assenza di riferimenti ai nomi dei responsabili degli abusi, per timore di ripercussioni.*

«Sono stata stuprata dall'editore della redazione per cui lavoravo» ha raccontato una delle intervistate. «Mi sono messa in malattia e poi licenziata». Poi ha saputo che altre due donne della stessa redazione sono state stuprate

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 Achenza, Angelo Galli,
Demetrio Logiudice, Ludovica Serra,
Chiara Spinato, Francesca Toto,
Alfonso Lustrino.

dall'editore; entrambe se ne sono andate senza denunciare. Un'altra giornalista ha raccontato di un caporedattore che «ha sempre utilizzato le molestie nei rapporti con le giornaliste e ha sempre fatto avances alla luce del sole, restando impunito». Un'altra denuncia che il direttore di un media dove i tirocini e gli stage erano tutti svolti da ragazze, «le selezionava in base all'aspetto fisico, faceva battute a sfondo sessuale, metteva le mani sul viso e sulle gambe alle giovani».

Il ricatto sessuale, ossia la richiesta di prestazioni o disponibilità sessuali per ottenere un lavoro, conservarlo o progredire in carriera rappresenta una delle forme più gravi di molestie. Una giornalista racconta di essere stata chiamata della capa per annunciarle che doveva cenare con l'amministratore delegato, in quanto quella era la prassi. Sarebbe stata una cena a due in ufficio. «L'amministratore delegato vuole avere un rapporto molto intimo e diretto con le conduttrici, per cui è possibile che ti venga chiesto anche di andare un pochino più in là». Ha rifiutato e perso il posto.

Un'altra giornalista, ad un casting per la conduzione di un programma, le è stato chiesto di mettersi in costume, di girarsi di schiena e piegarsi davanti alla telecamera, mostrando il sedere. Ha rifiutato e le hanno detto che sicuramente non avrebbe passato il casting perché c'erano altre conduttrici molto più disponibili. **Un noto conduttore e giornalista televisivo, durante un colloquio, le ha chiesto di spogliarsi.** Di fronte al suo diniego le ha detto che non l'avrebbe considerata per il suo programma perché con le «sue» conduttrici doveva avere «una relazione sufficientemente aperta» e «senza segreti». E poi c'è la testimonianza di Lea (nome di fantasia) che oggi ricopre un ruolo apicale e che si autodefinisce una mosca bianca al tavolo con soli colleghi maschi di pari livello. Lea racconta che agli inizi della sua carriera ogni volta che c'era il rinnovo del contratto di collaborazione il direttore suggeriva che lei si sedesse sulle sue ginocchia per firmarlo. E aggiunge «**C'è una rete di protezione maschile fortissima, le donne soffrono di un gap economico**

nell'editoria. Ho tante amiche che guadagnano molto meno dei colleghi uomini a parità di ruolo e comunque non vengono considerate a dovere».

La «**companionship**» maschile è un dato di fatto, dice **Chiara Volpato**, docente senior di Psicologia sociale all'Università Bicocca di Milano e autrice di *Psicosociologia del maschilismo*: gli uomini si aiutano tra di loro, facendo avanzare nei posti di lavoro altri uomini. Tra 1993 e il 2023, la percentuale di giornaliste è aumentata dal 34,6% al 42%, sono però quasi completamente assenti nei principali ruoli di comando: su 35 quotidiani italiani, solo due hanno alla guida una direttrice mentre tutti i telegiornali nazionali sono diretti da uomini. Unica eccezione sono le agenzie di stampa, dove le direttrici sono 4 su 10.

Monia Azzalini, ricercatrice, responsabile del *Settore media, prospettive di genere, diversità e inclusione* dell'Osservatorio sui media dell'università di Pavia, sostiene che nel giornalismo le donne sono colpite da una forma di «**segregazione verticale**», cioè la sovrarappresentazione maschile nei livelli gerarchici apicali e quella femminile nelle posizioni subalterne che ostacola l'avanzamento di carriera delle donne.

Il fenomeno delle molestie e delle discriminazioni di genere nelle redazioni era stato già oggetto di un sondaggio condotto dalla Federazione nazionale della stampa italiana (Fnsi) nel 2019 in collaborazione con la statistica Linda Laura Sabbadini: l'85% delle 1.132 giornaliste che parteciparono all'indagine aveva dichiarato di avere subito molestie almeno una volta nel corso della vita professionale. Nel 2024 invece era stata condotta una indagine, **Voi con queste gonnelline mi provocate**, sulle molestie e gli abusi di potere nelle scuole di giornalismo riconosciute dall'Ordine. Risale al 2015 il libro *Toglimi le mani di dosso* con cui una giornalista, con lo pseudonimo Olga Ricci mise a nudo le dinamiche di potere maschile dentro una redazione attraverso ricatti sessuali e mobbing.

Passano gli anni ma la mentalità sessista e abusante resiste.

Fonte: *Violenze sessuali, molestie e abusi nelle redazioni dei media italiani - IrpiMedia*

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 18/03/2026

LA TECNOGABBIA

PETER THIEL L'ANTICRISTO È SBARCATO A ROMA



CONTRATTO CON LA DIFESA PER 1 MILIONE DI EURO IN INTELLIGENZA ARTIFICIALE

Non è venuto a fare il turista in Italia e nemmeno solo le conferenze sull'Anticristo a Roma. Peter Thiel, il guru della Silicon valley, fondatore di PayPal (definita poi PayPal Mafia), invischiato nello scandalo dei files Epstein, ha sottoscritto un accordo da 1 milione di euro col ministero della Difesa del Governo Meloni per il software Gotham di proprietà di Palantir. E' la stessa società di sorveglianza digitale operativa Israele, usata nel genocidio palestinese. Thiel profetizza la fine e il superamento della democrazia in uno scenario tecnocratico gestito dalla tecnogabbia: sono decenni che la sua Intelligenza artificiale è usata nei territori di guerra, ma in America proprio Thiel con Musk e Trump stanno costruendo l'infrastruttura del potere post-democratico, si chiama Authoritarian Stack, 10 miliardi di IA; droni, satelliti. Stiamo entrando in una nuova fase del sistema, la gestione algoritmica del mondo.

STOP AI - INTELLIGENZA ARTIFICIALE, C'È CHI DICE NO

Nonostante il divieto del governo americano, l'uso di Anthropic da parte di Donald Trump nell'attacco all'Iran dimostra ancora una volta come l'intelligenza artificiale sia addestrata dalla popolazione civile ma abbia poi una subdola finalità militare. Nella Silicon Valley nasce il movimento STOP AI, mentre sempre più appelli nel mondo ne chiedono l'arresto per salvare l'umanità. *"Chiediamo un divieto internazionale permanente e vincolante"* è l'appello del gruppo STOP AI, persone che ritengono *"l'intelligenza artificiale e il transumanesimo delle gravi minacce alla dignità umana, alla libertà, alla democrazia e alla natura"*. L'intelligenza artificiale va fermata subito, senza compromessi, è una scelta non negoziabile: nell'attacco israelo-americano in Iran c'è stata una strage di bambine nella scuola elementare. Il Pentagono ha usato

il metodo Claude di Anthropic, l'IA ammette un margine di errore negli obiettivi. Ne va della vita dei civili. Nella conferenza internazionale in Spagna, l'America non ha siglato gli accordi per l'uso responsabile dell'intelligenza artificiale. È un gravissimo precedente. L'aggressione a Teheran si inserisce nella guerra dei 25 anni, iniziata nel 2021 con le Torri Gemelle, proseguita col Covid-19 nell'emergenza permanente.

IRAN, RICONOSCIMENTO FACCIALE PER TUTTI

Nel 2019 le autorità iraniane hanno acquistato in assoluta segretezza FindFace, un software russo di riconoscimento facciale, come confermato dai contratti ottenuti dalla testata Forbidden Stories che li mostra in un'inchiesta giornalistica. FindFace è in grado di identificare i volti negli spazi pubblici in pochi secondi e di analizzare i database gestiti dai servizi di sicurezza dell'Iran. L'esperto di sicurezza informatica Nima Fatemi ha affermato che il sistema non solo riconosce i volti, ma crea anche una cosiddetta «mappa sociale». Questa contiene informazioni su amici e contatti, nonché altri dati utili, tra cui le targhe delle auto. *“Si tratta di uno strumento centralizzato per determinare chi è chi e come le persone sono connesse tra loro”* ha detto Fatemi. Quando il programma identifica una persona, un cerchio verde appare intorno al suo volto e vengono visualizzate le informazioni disponibili su di essa.

Il software funziona anche offline. Grazie ad esso, è possibile elaborare video da qualsiasi dispositivo e social network, e identificare i volti ripresi.

TRUMP - KENNEDY

L'INTERNET DEI CORPI DAL 2030

Politiche transumaniste in attesa del 6G, l'Internet dei corpi è una priorità dell'amministrazione USA: nei prossimi 4 anni ogni americano dotato del suo dispositivo intelligente attaccato al corpo per inviare in tempo reale i propri dati sanitari alle multinazionali Big Tech. Il primo potrebbe essere lo smart ring, l'anello wireless dalla finlandese Oura. Serve a monitorare i parametri fisiologici dei cittadini. Ricordate Vittorio Colao? Nel 2018, il CEO di Vodafone, poi divenuto ministro per l'innovazione tecnologica e transizione digitale nel Governo Draghi, parlava del 5G per somministrare farmaci da remoto.



NEL BORGO STORICO DI CERVETERI

GASTRONOMIA APERITIVI E CUCINA LOCALE

ALIMENTARI CON PRODOTTI DEL TERRITORIO



VIA AGILLINA, 28 INFO E PRENOTAZIONI 3280222424

TARTARUGHE AZZANNATRICI: SCATTA IL PIANO DI CATTURA



NE SONO STATE PRESE GIÀ QUATTRO NELL'OASI DI TORRE FLAVIA BATTISTI: «NON SI PUÒ PIÙ ASPETTARE»

In totale di tartarughe azzannatrici ne sono state catturate quattro nell'area della Palude di Torre Flavia. Insomma, la "contaminazione" pare ci sia stata e adesso altri esemplari hanno invaso lo stagno che attraversa i comuni di Ladispoli e Cerveteri. Difficile che possano essere state liberate tutte da un proprietario appassionato di animali esotici: il pericolo è che si siano riprodotte magari dopo la liberazione di un solo esemplare femmina. Ciò è bastato, evidentemente, per dare origine a una presenza stabile e incontrollata, favorita anche dall'assenza di predatori naturali in grado di limitarne la diffusione. I responsabili del sito protetto hanno chiamato i carabinieri della Forestale e i volontari delle zoofile Nogra per questioni di sicurezza. La Chelydra serpentina

solitamente vive nel Nord America e in alcuni casi può arrivare a sfiorare i 50 centimetri di lunghezza e i 30 chili di peso. Chi l'ha portata qui dopo un lungo viaggio ha deciso di disfarsene abbandonandola sulla costa oppure l'ha acquistata magari a Roma senza essere consapevole della sua pericolosità. Come spiegano gli esperti, infatti, con un morso può causare ferite gravi fino a staccare la falange di un dito. Si nutre di crostacei, pesci, anfibi, piccoli uccelli e piante acquatiche, perciò è considerata una minaccia per l'habitat floreale e faunistico dell'oasi, che già sta pagando dazio per la presenza dei granchi blu, altra specie aliena, e per l'erosione che in questo periodo ha devastato gli arredi a protezione delle dune sabbiose. A questo si aggiunge un ulteriore squilibrio: la

competizione con le specie autoctone per il cibo e gli spazi vitali, che rischia di compromettere in modo duraturo la biodiversità dell'area. In genere l'accoppiamento della serpentina avviene da aprile a novembre, poiché d'inverno cade in letargo. La femmina può deporre fino a 90 uova, spesso nascoste in zone difficili da individuare, rendendo ancora più complicate le operazioni di contenimento. Ecco perché è corsa contro il tempo per catturarne il più possibile, specialmente le femmine che prediligono il fondale fangoso grazie al quale riescono a trovare riparo. «Partiremo a brevissimo con un piano di cattura – conferma Corrado Battisti, gestore della Palude per conto di Città Metropolitana di Roma Capitale – e ne rimuoveremo oltre 100 considerando però tutte le specie aliene delle tartarughe. Non ci sono soltanto le azzannatrici, al momento ne abbiamo prese quattro, ma anche le testuggini dalle “Guance gialle” e dalle “Guance rosse”. Le Trachemis sono rettili acquatici nordamericani, molto diffusi come animali domestici ma considerati specie invasive in Italia. Lasceremo nello stagno solamente le testuggini europee». Non si può più rischiare ormai, specialmente in avvicinamento alle stagioni primaverili ed estive, quando il monumento naturale inizia a registrare centinaia e centinaia di ingressi già nell'arco di mezza giornata. Un pericolo soprattutto per i bambini, visto che vengono organizzate continuamente visite guidate con gli istituti scolastici del territorio. La presenza di questi animali aggressivi, infatti, potrebbe trasformare un'attività educativa in una situazione di rischio concreto. «In passato – dice sempre il biologo Corrado Battisti – esperti e studiosi in Biodiversità e Gestione degli ecosistemi dell'università di Roma Tre si erano recati qui per prelevare alcuni esemplari. Il problema pensavamo fosse risolto ma non è così, anzi è peggiorato». Saranno collocate basking trap, o meglio chiamate zattere solari, e figure esperte si tratterranno per diversi giorni per portare a termine la missione, monitorando costantemente l'area anche nelle settimane successive per evitare nuove proliferazioni e garantire la tutela dell'ecosistema.

Il funzionamento. Le tartarughe, essendo rettili, hanno bisogno di esporsi al sole per regolare la temperatura corporea. Tendono quindi a salire su superfici emerse, come tronchi o sassi, per prendere il sole. La zattera solare sfrutta proprio questo comportamento naturale e così non è difficile acciuffarle.

THE HOLE

COCKTAIL BAR
BURGER & GRILL



LADISPOLI
VIA DUCA DEGLI ABRUZZI, 71/73
INFO 393 177 6811

ARRIVANO DOSSI E LIMITI MA GLI INCIDENTI NON DIMINUISCONO

DECINE E DECINE GLI SCHIANTI GIÀ NEI PRIMI 80 GIORNI DEL 2026

Ancora uno schianto a Ladispoli, stavolta in via Palo Laziale. Un 60enne, sabato scorso, avrebbe perso il controllo in seguito ad un malore colpendo un'auto che proveniva dal senso opposto di marcia. Nella carambola coinvolta un'altra vettura. Fortunatamente l'uomo non è grave. Ma l'inizio di questo 2026 è stato anche peggio dello scorso anno sul fronte degli incidenti nonostante siano arrivati dossi e limiti di velocità a 30 chilometri orari. Un dato preoccupante dovuto principalmente alla distrazione degli automobilisti. Nel mese di febbraio, ad esempio, in una sola settimana sette gli scontri nel centro urbano e uno sull'Aurelia. Al chilometro 40, uno dei più bersagliati sotto questo punto di vista, tre i veicoli coinvolti in un tamponamento che ha mandato in tilt la circolazione. Una donna, alla guida di una Citroen, avrebbe perso il controllo della macchina andando a impattare contro due vetture. Ad avere la peggio è stata proprio la conducente che ha riportato la frattura di un braccio ed è stata soccorsa dal personale sanitario intervenuto sul posto. "Caschi bianchi" intervenuti pure in via Ugo Foscolo dove una 13enne è stata travolta sul monopattino da un'auto. La ragazzina è stata trasportata d'urgenza al Bambino Gesù di Palidoro. Impatto tra un monopattino e un motorino anche tra via Venezia e via Napoli, un incrocio particolarmente problematico dopo la realizzazione della pista ciclopedonale. Entrambi i conducenti sono finiti a terra ma si sono rialzati senza nemmeno chiamare i soccorsi. Sempre in via Napoli incidente tra una

Lancia Y e una Bmw. A restare ferito un giovane finito ospedale con varie fratture. All'incrocio tra via Pescara e via Latina, qualche ora dopo, ennesimo scontro tra due vetture. Qui non si è fatto male nessuno ma ne ha risentito la viabilità. Analogo discorso in via Milano il giorno seguente con una signora trasportata al pronto soccorso. Sono solo le rilevazioni di sette giorni ma tanti altri incidenti sono avvenuti nei giorni successivi. In molti hanno invocato una stretta da parte degli agenti della Municipale magari con posti di blocco e controlli specifici per arginare un fenomeno che non accenna a calare nonostante le contromisure utilizzate dal comune di Palazzo Falcone. La giunta, nell'ultimo Piano del traffico redatto in sede di giunta nel periodo di Natale, ha posto rimedio ad una situazione che stava sfuggendo di mano. I primi interventi: cuscini berlinesi e limiti alla velocità in via Genova al bivio con via Fiume, via Palermo e via La Spezia. Accorgimenti in via Oslo al Cerreto e in via Delfini in direzione del lungomare di via Marina di Palo. Lì la strada è particolarmente ampia e le auto correvano all'impazzata. In cima alla speciale classifica in un report che va dal primo gennaio 2014 al 23 dicembre 2023, si è piazzata via Settevene Palo Sud con un'incidentalità pari al 50% dei casi. Subito a seguire in seconda posizione ci sono via Palo Laziale, via del Tritone, piazzale Roma e via Ancona in una percentuale di incidentalità tra il 10 e il 15%. Perciò è facile attendersi dei provvedimenti anche in queste zone.





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**



IL NUOVO PORTICCIOLO IN ONORE DI SAN GIUSEPPE NELLA SETTIMANA DELLA FESTA DEL PATRONO



I PESCATORI ASPETTANO ANCHE L'INAUGURAZIONE DEI NUOVI BOX E DEL PUNTO VENDITA

Con l'inaugurazione del nuovo approdo, che si spera possa avvenire presto, il cambio di nome è ormai un dato di fatto. Addio quindi a Porto Pidocchio che comunque ha fatto parte per oltre mezzo secolo di storia, ma ora si trasformerà in Porto San Giuseppe, in onore al patrono della città che a Ladispoli si festeggia il 19 marzo con tanto di processione. Si tratta di un cambio epocale stabilito dall'amministrazione comunale in accordo con gli storici pescatori del circolo professionistico di via Marco Polo. I pescatori provenienti da Pozzuoli si sono trasferiti stabilmente a Ladispoli, portando le loro famiglie e creando una comunità radicata. Tant'è che in loro maggio c'è anche un libro "I pescatori di Pozzuoli a Ladispoli" di Nardino D'Alessio e Crescenzo Paliotta che hanno raccontato questa storia nel libro omonimo del 2012, evidenziando il loro ruolo di pionieri nella cittadina laziale. Tornando ad oggi, in questo periodo l'intera categoria ha sofferto tanto per la presenza di rifiuti, canne e tronchi. Detriti trascinati a riva dalle mareggiate che, oltre al degrado, hanno causato forti rallentamenti alle uscite in acqua delle imbarcazioni. Palazzo Falcone in qualche modo si è messo in moto per accumulare la montagna di sporcizia e portarla via da lì, un po' come avvenuto nei tratti del lungomare anche al centro in quello di via Regina Elena. Per quanto riguarda le difficoltà di uscita in mare, il durante l'anno si ripete anche per colpa dell'insabbiamento del fondale marino che

impedisce le operazioni di alaggio e varo. In queste settimane spesso i lavoratori sono rimasti a terra. «Speriamo si faccia presto – interviene Gianpaolo Agrestini, storico pescatore di Marco Polo – dato che i box sono ultimati ormai da parecchi mesi e noi continuiamo a spogliarsi e rivestirci nelle nostre macchine. Anche nei giorni in cui l'attività va bene non sapremmo nemmeno dove conservare tutto il pescato». Il comune ha ottenuto 130mila euro di finanziamento regionale. «Possiamo dire che ormai non manca tanto al taglio del nastro – afferma Pierpaolo Perretta, consigliere comunale e delegato al Demanio marittimo – entro marzo sono convinto che ce la faremo. Per quanto riguarda le canne che hanno tappezzato gli arenili centrali e non, con l'assessore ai Lavori pubblici Marco Pierini stiamo cercando di quantificare i costi per capire come comportarci». A breve dunque prenderà forma il progetto "Villaggio dei pescatori" valorizzando di più i lavoratori dell'area rendendo tutto più agevole e più sicuro con i box sulla spiaggia in precedenza distrutti da una romba d'aria a novembre del 2016. Fu un colpo al cuore per tutti i ladispolani. In più ci saranno servizi igienici, docce, spogliatoi, con la possibilità di collocare piccoli manufatti, di facile rimozione. Dopo il Villaggio dei Pescatori sarà tempo di pensare al futuro e alla realizzazione di un porto più grande alle esigenze di una città che in estate raggiunge i 100mila abitanti.

22^{anni} UNESCO

Festival Internazionale per gli ETRUSCHI

IV Edizione 2026



© ideato dall'attore e regista **Agostino De Angelis**
con l'Associazione **ArcheoTheatron** e
Academy for Theater, Cinema and Cultural Heritage

Cerveteri - NECROPOLI DEL SORBO

all'interno dell'Istituto Comprensivo G. Cena - via Settevene Palo, 338

26, 27, 28, 29, 30 Maggio 2026 **INGRESSO LIBERO**

PROGRAMMA: Conferenze, Spettacoli, Cinema, Fotografia, Musica, Editoria, Danza, Sport, Enogastronomia, Premi, Mostre

organizzazione Associazione Culturale ArcheoTheatron
project manager Desirée Arlotta

per info: 349.4055382 - archeotheatron.ass@gmail.com

IL TEATRO ENTRA IN CLASSE



SALVO D'ACQUISTO, IL FUTURO HA IL VOLTO DELLE INSEGNANTI

Professionalità, delicatezza e una visione aperta al futuro: è l'anima delle insegnanti dell'istituto Salvo D'Acquisto di Cerveteri, impegnate nel progetto teatrale curato dall'attore e regista **Agostino De Angelis**.

Dalla prima alla quinta elementare, l'entusiasmo è contagioso: studenti con il sorriso negli occhi e copioni stretti tra le mani, molti dei quali già imparati a memoria. C'è grande attesa per lo spettacolo finale, un appuntamento magico dove i piccoli saranno i veri protagonisti. Oggi, però, il merito va a loro: **Daniela, Vanda, Sara, Milena, Laura, Manola, Filomena, Lucia, Stefania e Isabella**. Insegnanti che vivono il proprio lavoro come una missione, lavorando ogni giorno per la crescita dei "piccoli etruschi". Negli occhi di queste docenti si legge la stessa gioia degli alunni, consapevoli che il teatro non è solo spettacolo, ma uno strumento didattico vincente capace di unire e far crescere l'intera comunità. Quali competenze ha potenziato il teatro negli alunni? Nella **classe VF**, l'insegnante **Stefania Osso** non ha dubbi: "I benefici sono evidenti, soprattutto nei bambini più timidi. Ci hanno meravigliato: il loro tono di voce è diventato chiaro e deciso. Oggi sono molto più sicuri di sé, e questa nuova

consapevolezza emerge chiaramente ogni volta che prendono la parola davanti ai compagni". Quindi il teatro è anche un potente motore di inclusione? "Assolutamente sì", conferma la collega **Isabella Branco**, "chi aveva difficoltà a relazionarsi o a superare l'imbarazzo del confronto, ha cambiato radicalmente approccio all'interno del gruppo". Un altro punto di forza è il legame profondo con le proprie radici. C'è una differenza enorme tra leggere la storia su un libro e interpretare un guerriero etrusco – proseguono – "l'apprendimento esperienziale si conferma una strategia vincente. Grazie alla recitazione, la lezione di storia smette di essere piatta e diventa interattiva, vivace". Dopo il successo dello scorso anno, l'entusiasmo è letteralmente esploso: l'intera classe attendeva con impazienza di tornare in scena per proseguire questo percorso di crescita grazie all'entusiasmo di Agostino e Desirée, due veri professionisti – concludono le insegnanti. L'attore De Angelis, ribattezzato dai piccoli "il libro parlante", coinvolge con entusiasmo anche la **classe III C**. "Agostino e Desirée Arlotta sono fonte d'ispirazione. Con loro il teatro si conferma uno strumento straordinario per stimolare l'ascolto e la cooperazione. Crediamo fermamente in questo

percorso”, spiega l’insegnante **Milena Russo**. “I bambini hanno imparato a lavorare in sinergia, mantenendo una concentrazione altissima anche per un’ora intera. I benefici sono evidenti soprattutto sul piano emotivo: parlare in pubblico per loro è diventato naturale”. Mentre la maestra parla, i bambini intervengono con spontaneità, segno di uno spazio educativo aperto e stimolante. Il teatro non è solo voce, ma anche consapevolezza fisica. “Aiuta a vivere il corpo come uno strumento di relazione”, aggiunge la maestra **Laura Colananni**, sottolineando come gli alunni abbiano imparato a gestire l’ansia e a rispettare i tempi degli altri. Un entusiasmo che travalica i confini del laboratorio: “Questo metodo è così efficace che potrebbe essere applicato persino alla matematica. È un allenamento alla vita di cui siamo pienamente soddisfatte: i progressi sono evidenti”. Un pensiero condiviso anche da **Manola Morani, Filomena Tufano e Lucia Mele**. Le insegnanti della IIIC. Nella classe **VD**, il teatro si fa interdisciplinare grazie all’intuizione dell’insegnante **Sara Peluso**, che ha saputo intrecciare la narrazione storica con l’espressione artistica, guidando gli alunni nella realizzazione di disegni a tema. Essendo i più grandi, gli studenti hanno accolto con sorprendente maturità anche lo studio della lingua volgare. Il loro obiettivo è ambizioso: “Sono impegnati nello studio della Divina Commedia”, spiega la docente, “che porteranno in scena per lo spettacolo di fine anno”. Un traguardo prestigioso che premia mesi di dedizione. “Sono orgogliosa del loro impegno”, conclude -”I piccoli miracoli a cui assisto ogni giorno confermano la potenza del teatro: è una palestra di creatività, empatia e spirito di squadra”. “L’interesse dei bambini per l’archeologia è alto; anche la classe uscente partecipò al corso, era affascinata dal progetto degli alieni sbarcati nelle necropoli. Con mia grande soddisfazione, da un anno all’altro ricordavano tutto sulle tombe etrusche.”

A parlare è **Daniela Finocchiaro**, insegnante della **IIA**, che spiega come i piccoli studenti siano rapiti dalla storia di Cerveteri. “Sono bravissimi. Ad alimentare la loro curiosità ci pensa Agostino, che racconta aneddoti e dettagli sui ritrovamenti non presenti sui libri di testo: una prospettiva inedita sulla città che affascina i ragazzi”. Insieme a lei in classe **Vanda Cosimi**, l’insegnante valuta l’esperienza come estremamente positiva: “Il teatro fa emergere le proprie emozioni e quelle altrui. Questa classe è già molto compatta, ma in un’ottica più ampia, il teatro si conferma un potente strumento di coesione sociale”.

Lo spettacolo di fine corso è inserito tra gli eventi della IV Edizione del Festival Internazionale per gli Etruschi



**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

ASL RM4 RIORGANIZZAZIONE DELLA RETE ASSISTENZIALE TERRITORIALE



Procede a ritmo sostenuto la riorganizzazione dei servizi territoriali nell'area della ASL Roma 4 e prossimamente il nuovo assetto prenderà forma grazie agli investimenti previsti dal PNRR.

L'obiettivo è di costruire una sanità sempre più vicina ai cittadini, moderna, accessibile e integrata - ha dichiarato il Direttore Generale, dottoressa Rosaria Marino. La nuova rete assistenziale sarà composta da 2 ospedali, 4 ospedali di comunità, 11 case di comunità tra hub e spoke, 24 strutture territoriali, 3 case della salute, 11 consultori, 4 poli oncologici e 13 ambulatori di prossimità, di cui 8 già attivi. I poli oncologici e cure palliative saranno operativi a Civitavecchia, Bracciano, Ladispoli e Rignano, garantendo percorsi di presa in carico più continui e personalizzati direttamente sul territorio. Vaccinazioni, screening oncologici, attività consultoriali, specialistica ambulatoriale e assistenza domiciliare saranno distribuiti in modo più capillare, riducendo gli spostamenti e migliorando l'accessibilità ai servizi.

Nei quattro Distretti aziendali la riorganizzazione prevede la razionalizzazione delle sedi, con la chiusura di strutture non più adeguate e il contestuale trasferimento delle attività nelle nuove Case di Comunità e negli Ospedali di Comunità.

Nel **Distretto 1** (Civitavecchia, Santa Marinella, Tolfa e Allumiere) i servizi saranno concentrati nella Casa di Comunità Hub di Civitavecchia e nella sede di Santa Marinella; verranno dismesse le sedi di Via Etruria e Via Cadorna a Civitavecchia e il poliambulatorio di Via Valdambri. Rimangono attivi i presidi di Tolfa e Allumiere. Nel **Distretto 2** (Ladispoli e Cerveteri) la Casa di Comunità Hub di Ladispoli accoglierà specialistica ambulatoriale, radiodiagnostica, consultorio e vaccinazioni, insieme all'Ospedale di Comunità, con la chiusura delle sedi di Via Nino Bixio e Via del Verrocchio. A Cerveteri la Casa di Comunità riunirà in un'unica sede servizi di base e specialistici, inclusi screening, consultorio, mammografia e farmacia territoriale, con la presenza del Servizio di Continuità Assistenziale.



AMBULATORIO VETERINARIO

Dir. Sanitario Dott. De Angelis Pio

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



ASD PROFESSION
exior e isis
yourself DANCE

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

GIUSEPPE INSALACO IL SINDACO DEI 100 GIORNI



Riceviamo e pubblichiamo
dal Centro Studi Ferdinando Imposimato

RUBRICA

Tra il 1979 ed il 1980, a Palermo sono anni feroci, il terrorismo rosso uccide 52 persone, e, sono poliziotti e carabinieri, giornalisti e magistrati.

Siamo nella Palermo degli anni '80, certamente il periodo più interessante per comprendere le stragi di mafia del 1992. In quegli anni Palermo era già irriconoscibile, piazze, giardini e ville Liberty avevano lasciato spazio a palazzoni costruiti da locali imprenditori che ottenevano una licenza nel tempo di una carta d'identità. Erano gli anni in cui a Palermo si era già conclusa la vera Trattativa, non quella tra Stato e Mafia, mai provata, ma quella tra Mafia e Città. Una trattativa che già si intravedeva a partire dalla seconda metà degli anni '70 e che aveva per protagonisti i dirigenti comunali, numerosi politici palermitani.

Mentre, a livello nazionale, quello che fu chiamato il periodo dei notabili siciliani, lasciava il posto ad una nuova generazione, quella dei «giovani turchi» che si riconoscevano nella segreteria di Amintore Fanfani, primi fra tutti Giovanni Gioia e Salvo Lima. Fu una vera e propria forma di rottamazione dal capoluogo siciliano ai massimi vertici di Ministeri e Parlamento. Ma nel passaggio dalla generazione di Restivo a quella di Gioia e Lima cambiano i rapporti con gli uomini di Cosa nostra. Se fino ad allora i «notabili» avevano avuto cura affinché i mafiosi sedessero dall'altra parte del tavolo, con l'avvento dei fanfaniani, uomini nuovi senza carisma, tutto cambiò. L'intimità con i mafiosi diventò normale. Si accorciarono le distanze e ci si siede a tavola dalla stessa parte. **È la mafia ad entrare in politica.** Su tutti regna indisturbato da

un decennio, sopra ogni altra istituzione, incluso il Sindaco, **Vito Ciancimino**, appartenente alla corrente Fanfaniana/Andreottiana.

Giovanni Falcone in un indimenticabile convegno alle soglie degli anni Novanta affermò: *“Gli omicidi Insalaco e Parisi (imprenditore ucciso il 23 febbraio '85, ndr) costituiscono l'eloquente conferma che gli antichi ibridi connubi fra la criminalità mafiosa e occulti centri di potere costituiscono tuttora nodi irrisolti con la conseguenza che, fino a quando non sarà fatta piena luce su moventi e mandanti dei nuovi come dei vecchi omicidi eccellenti, non si potranno fare molti passi avanti”*

Giuseppe Insalaco inizia la sua carriera al Gabinetto del Ministro Restivo, contrapposto a Fanfani, seguendolo ed affiancandolo in qualità di segretario, in ogni dicastero. Le sue nozze, nel 1969, sono l'occasione per radunare tanta gente importante intorno, di fatto lo lanciano alla carriera politica ed alla più ricca mondanità palermitana. Durante il lavoro di segretariato al Gabinetto del Ministro Restivo, Insalaco, matura come tanti altri la necessità di allontanarsi da una politica sporca ed intrisa di favori alla mafia, che non cercava neppure di nascondersi, come quella di Vito Ciancimino. Nel 1976 Restivo viene a mancare, ed Insalaco, cambia corrente, passando a quella fanfaniana.

Dagli archivi salta fuori che nel novembre del 1979 Insalaco, allora Commissario dell'ente Istituto Sordomuti, nella sua qualità di referente pubblico, durante la vendita di un terreno appartenente all'ente, riceve un doppio pagamento, due assegni, il primo da 100 milioni entra nelle casse

dell'Istituto Sordomuti, il secondo assegno, da 66 milioni va alla sua seconda compagna. Questo dossier appare nelle cronache, con minuziosi dettagli, nel 1984, quando Giuseppe Insalaco stava per divenire sindaco, probabilmente, per intimorirlo ed assoggettarlo a quanto la mafia aveva sinora operato. Nonostante tale avversità, Insalaco diviene Sindaco, il 13 aprile 1984, ma la sua carriera come primo cittadino dura solo 100 giorni, scandali derivanti da processi penali per omissione atti d'ufficio e corruzione, ostruzionismi, ne impediscono la durata naturale.

Molti i sindaci che nel capoluogo siciliano negli anni '80 hanno avuto un brevissimo mandato. Ma nessuno di essi, ad eccezione di Giuseppe Insalaco e Salvo Lima, finiscono ammazzati in agguati mafiosi. Gli ingenti appalti che transitavano ordinariamente sulla scrivania di Insalaco, la mancata firma sui mandati di pagamento da egli volontariamente omessa, creano quelle condizioni di vendetta che la mafia sanguinaria, già in mano ai Corleonesi, non perdona. L'inchiesta giudiziaria sui grandi appalti di Palermo è alla fase finale nel 1988. Il consigliere istruttore Marcantonio Motisi ha rinviato a giudizio il conte Arturo Cassina. Ma è da qui che i padrini iniziano a temere le azioni di una procura coordinata. E nel 1988 chiamato dalla Commissione Parlamentare Antimafia per comprendere fatti di cronaca legati all'organizzazione criminale siciliana, si esprime in questi termini: «Mi facevano trovare ogni mattina i mandati di pagamento sulla scrivania — spiegò Insalaco alla Commissione antimafia — confusi insieme alla posta ordinaria. Speravano che non me ne accorgessi, che firmassi quelle delibere insieme alle ricevute.

Ogni delibera valeva decine di miliardi».

Giuseppe Insalaco ha lasciato un lungo memoriale nel 1988, un vero e proprio Dossier, il **Dossier Insalaco**, che gli è costato la vita, una lista di nomi divisa in due colonne, i due volti di Palermo. Da una parte il **generale Carlo Alberto dalla Chiesa**, il **presidente della Regione Piersanti Mattarella**, il cardinale Salvatore Pappalardo, **Pio La Torre**, il **giudice Cesare Terranova**.

E dall'altra Vito Ciancimino e Salvo Lima, il ministro repubblicano Aristide Gunnella, gli esattori mafiosi di Salemi **Nino e Ignazio Salvo** e infine il conte Arturo Cassina, il «re» degli appalti a Palermo per oltre mezzo secolo.

Erano gli anni in cui Leonardo Sciascia, noto scrittore contemporaneo, descrisse, infine, la sua morte come il culmine di un «dramma in tre atti», il cui protagonista era un democristiano di lungo corso, «pirandellianamente calatosi nel piacere dell'onestà» e che per questo era stato punito, oppure, come altri sostengono «un uomo che apparteneva alla zona grigia, la terra di nessuno, o di molti, che sta tra la mafia e la società onesta», per via degli incarichi delicati attribuiti egli al Viminale.

Francesca Toto
Direttore Centro Studi Imposimato

TIEFFE

La qualità del prodotto

MADE IN ITALY



PRODUZIONE INFISSI LAVORAZIONI IN FERRO

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

CANCELLI / GRATE
RINGHIERE / PERSIANE BLINDATE

www.tieffeinfissi.com

VIA S. ZOPPO, 14 00062 BRACCIANO (RM)

TEL: 06 9987021 - FAX: 06 99809343

Email: info@tieffeinfissi.com

di Barbara Pignataro

L'AUDITORIUM PARCO DELLA MUSICA OSPITA IL FESTIVAL DEL CO-HOUSING



UN PERCORSO LUNGO LA CITTÀ CHE TRASFORMA L'INVECCHIAMENTO IN OPPORTUNITÀ

Il 30 marzo è il lancio di un progetto di animazione territoriale che proseguirà fino al 13 giugno 2026 in tutti e quindici i Municipi di Roma, con quattro format operativi, oltre 50 appuntamenti, circa 600 ore di attività sul campo e 800 partecipanti stimati. L'Auditorium Parco della Musica di Roma ospita il Festival del Co-Housing, il primo grande evento pubblico in Italia dedicato all'abitare condiviso per la terza età. Promosso dall'Assessorato alle Politiche Sociali di Roma Capitale e finanziato dal PNRR, l'evento non è solo una giornata di studi, ma il lancio di un progetto di animazione civica che coinvolgerà i quindici Municipi romani fino a giugno 2026. L'obiettivo, sottolineato dal Sindaco Roberto Gualtieri e dall'Assessora Barbara Funari, è rispondere a una sfida demografica e culturale urgente: trasformare l'invecchiamento da isolamento in un'opportunità di socialità, solidarietà e autonomia. La giornata, condotta da Michele La Ginestra e Arianna Ciampoli, alterna riflessioni alte a momenti di intrattenimento. Il panel "Come abitare quando la vita si allunga" vede confrontarsi l'Arcivescovo Vincenzo Paglia sulla longevità come sfida antropologica, lo scrittore Erri De Luca sul valore della prossimità corporea

e la filosofa Donatella Di Cesare sul concetto di coabitazione del mondo. Esperti come l'urbanista Sandro Polci e il professor Giuseppe Liotta analizzano come la trasformazione degli spazi cittadini e il contrasto all'isolamento sociale siano determinanti per la salute pubblica. Il collettivo Le Coliche presenta un video umoristico sulla convivenza (con il cameo del Sindaco Gualtieri). Gli interventi artistici di Nicola Piovani, Barbara Ronchi e la Banda Basaglia arricchiscono il dibattito, mentre nel pomeriggio Luca Barbarossa ed Ema Stokholma dialogano su affettività e solitudine. La chiusura è affidata alla poesia di Maria Grazia Calandrone. All'esterno dell'Auditorium è allestita "Casa Insieme", un'installazione itinerante in cartone che riproduce un ambiente domestico dove un anziano "padrone di casa" racconta dal vivo la propria esperienza di vita condivisa. L'evento del 30 marzo segna l'inizio di un percorso capillare: oltre 50 appuntamenti e 600 ore di attività sul campo toccheranno ogni quartiere di Roma, per trasformare il co-housing da concetto teorico a possibilità concreta e accessibile per migliaia di cittadini.

NUOVA APERTURA

LADISPOLI
NON AVEVA MAI VISTO
NIENTE DI SIMILE

VIALE MEDITERRANEO 1B
DAL 19 MARZO

vi aspettiamo!

LA PRIMA
VERA
STEAKHOUSE
E HAMBURGERIA
DI QUALITA'
IN CITTA'

ANGUS
& FLAME



Steakhouse
Hamburgeria

IL NUMERO

1

DEL RISPARMIO



Per la casa e lo



ANGUILLARA SABAZIA
VIA GIOLITI, 3

BRACCIANO
VIA ARTURO PERUGINO

IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO



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



la famiglia



CERVETERI
LARGO ALMUNECAR, 20

LADISPOLI
VIA GLASGOW, 60

ALL'UOVO NUOVO

UN EVENTO DEDICATO A FAMIGLIE E GIOVANI



A BRACCIANO IL 4,5 E 6 APRILE RELAX PER TUTTI

Nel cuore dell'etruria, a pochi minuti dal Lago di Bracciano, tra acque termali, storia e archeologia la tenuta Elementa si prepara ad accogliere il pubblico per celebrare la Pasqua con un evento dedicato a famiglie e giovani. "All'Uovo Nuovo" è in programma il 4, 5 e 6 aprile, dalle ore 10.00 alle 18.00.

Per tre giorni, i 200 ettari della proprietà si trasformeranno in uno spazio d'incontro immerso nella natura, tra prati, boschi e scorci suggestivi.

L'iniziativa propone un'esperienza all'aria aperta che unisce creatività, tradizione e convivialità, offrendo l'occasione di vivere le festività primaverili in un contesto rilassato e curato. Ampio spazio sarà dedicato agli espositori selezionati, con proposte che spaziano dal giardinaggio all'arredo outdoor, dall'home decor all'antiquariato, fino alle aziende agricole e ai produttori di vino e miele.

Non mancheranno animali da fattoria e soluzioni dedicate alla cura del verde, in un percorso che intreccia autenticità e innovazione.

L'offerta gastronomica sarà orientata alla valorizzazione dei prodotti del territorio.

Gli ospiti potranno inoltre scegliere di prenotare un cestino picnic e trascorrere la giornata nell'area riservata della tenuta, affacciata sul laghetto, per un'esperienza all'insegna del relax.

Il programma prevede anche numerose attività: dalla gara di laser game ai workshop tematici dedicati alla creatività, fino al battesimo della sella per grandi e piccoli. Per i bambini saranno disponibili giochi campestri, e trucca bimbi, in uno spazio appositamente organizzato.

Grazie all'estensione della proprietà, che ospita alpaca, longhorn, cavalli e altri animali, sarà possibile partecipare a visite guidate tra prati e boschi, alla scoperta della tenuta e dei suoi ritmi naturali.

"All'Uovo Nuovo" si propone così come un appuntamento primaverile capace di coniugare eleganza e intrattenimento, trasformando la Pasqua in un'esperienza da condividere e ricordare.

ALL'UOVO NUOVO

4 | 5 | 6 APRILE 2026

10:00 - 18:00

STRADA PODERALE DEL
SAMBUCO 14, 00062
BRACCIANO (RM)

ELEMENTA

ESPOSITORI SELEZIONATI

GIARDINAGGIO • HOME DECOR • ANTIQUARIATO
ANIMALI DA FATTORIA • VINO
AZIENDE AGRICOLE • MIELE • ARREDO GIARDINI

LABORATORI CREATIVI DI PASQUA

DECORAZIONI PASQUALI
E UOVA DI CIOCCOLATO

ATTIVITÀ PER ADULTI E BAMBINI

- LASER GAME
- BATTESIMO DELLA SELLA
- TRUCCABIMBI
- GIOCHI CAMPESTRI

PIC NIC AL LAGHETTO

PRENOTA IL TUO CESTINO
PER 2 PERSONE E MANGIA
IN UN'AREA RISERVATA DELLA TENUTA
A BORDO LAGHETTO



Bracciano

TERRA DI SAPORI, PROGETTO ENOGASTRONOMICO NEL PARCO BRACCIANO-MARTIGNANO



IVANO IACOMELLI: “IL CIBO PER LA VALORIZZAZIONE DEL TERRITORIO NATURALE PROTETTO”

Rafforzare il legame tra comunità, prodotti e paesaggio: è questa l'innovativa formula di **Terra di Sapori**, iniziativa enogastronomica e di turismo sostenibile del **Parco Naturale Regionale Bracciano-Martignano**. E' stata pensata per la valorizzazione del territorio protetto attraverso il cibo. Il progetto nasce col contributo pubblico dell'**ARSIAL**. L'**Agenzia Regionale per lo Sviluppo e l'Innovazione dell'Agricoltura del Lazio** sta infatti incentivando le iniziative di promozione dei prodotti agricoli ed enogastronomici. L'area naturalistica dei due laghi s'è fatta trovare pronta: *“tra i nostri meravigliosi boschi, sentieri e laghi, nei Comuni che incidono sul nostro territorio custodiamo un tessuto vivo fatto di veri e propri tesori - afferma **Ivano Iacomelli**, Commissario straordinario del Parco Bracciano-Martignano – siamo una terra di sapori ancora tutta da scoprire. Ci sono aziende e realtà agricole che producono olio extravergine di oliva e ricotta DOP, cereali e farine da grani locali, prodotti da forno artigianali, carni e ortaggi, vini DOC-IGT Lazio e birre artigianali. Col progetto **Terra di Sapori** puntiamo ad integrare tutela del paesaggio e la sostenibilità ambientale con lo sviluppo delle economie locali.”*

Gli uffici del Parco individueranno alcune delle eccellenze tra le aziende agricole, raccogliendo la loro storia, le pratiche produttive e il rapporto col paesaggio. L'obiettivo è costruire un racconto simbiotico tra cibo, territorio e comunità. Il progetto si svolgerà dalla primavera all'estate, vedrà la realizzazione di due micro-percorsi tematici: **gli itinerari alla scoperta del paesaggio agricolo del Parco**, percorsi inediti valorizzati da strumenti informativi accessibili e digitali come pannelli e QRCode, oltre un'App di approfondimento. Al vaglio anche l'organizzazione di giornate di **turismo sostenibile ed enogastronomico**: visite guidate nelle aziende e degustazioni dei prodotti. I fruitori finali saranno cittadini, visitatori, famiglie, scuole, escursionisti e operatori turistici e agricoli.

Parco Naturale Regionale Bracciano-Martignano

Ufficio Comunicazione, Educazione Ambientale e Promozione

www.parcodibracciano.it

www.parchilazio.it/braccianomartignano

★ STELLE D'ARGENTO ★

ECCEZIONALE

**SVENDITA PER CHIUSURA ATTIVITÀ
CONTINUA FINO AL 31 MAGGIO**

**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



MUSEO DEL MARE DI SANTA SEVERA UN REPERTO ECCEZIONALE ESPOSTO AL PUBBLICO



Presso il Museo del Mare e della Navigazione Antica nel Castello di Santa Severa si trova un reperto eccezionale pervenuto intatto dall'antichità per essere studiato e ammirato in tutte le sue caratteristiche. Si tratta di un'ancora lignea di epoca romana conservatasi in modo eccezionale sepolta sul fondale marino ed ora esposta nel Museo che racconta "la vita antica sul mare e per il mare" nello straordinario complesso monumentale sorto sui resti dell'antica Pyrgi.

Il prezioso reperto, nuovamente studiato e pubblicato di recente dal Direttore del Museo Dott. Flavio Enei, racconta una storia interessante che ci riporta nel mondo degli antichi marinai del Mediterraneo. Questa è la storia del ritrovamento raccontata dal direttore del museo:

il 3 maggio 1990 il mare di Marina di Tarquinia, dopo una violenta mareggiata, riportò alla luce un frammento di storia rimasto nascosto per oltre duemila anni. A notarlo fu Marco Moscetti, appassionato di archeologia subacquea: a circa dieci metri dalla riva, in poco più di un metro d'acqua, affiorava dal fondale un'antica ancora lignea. Il luogo si trova a circa 680 metri a nord di Porto Clementino, vicino all'area dell'antico porto etrusco di Graviscae.

Intervennero subito i tecnici della Soprintendenza Archeologica per l'Etruria Meridionale, lo STAS con il dott. Luca Cianfarani e i sommozzatori del Nucleo Carabinieri Subacquei. Il recupero fu eseguito con grande attenzione: il legno, rimasto per secoli immerso nel fango, doveva

essere protetto immediatamente. L'ancora venne collocata in una vasca d'acqua per i primi interventi conservativi e poi trasferita al Museo Nazionale di Civitavecchia e al Museo Nazionale Etrusco di Villa Giulia, dove iniziò un lungo percorso di studio e restauro.

Quella che il mare aveva restituito era un'ancora romana eccezionalmente conservata, un reperto rarissimo per stato di integrità e valore tecnico. Al momento della scoperta giaceva integra sul fondale argilloso, parzialmente coperta da limo scuro. Proprio quell'ambiente povero di ossigeno ne aveva permesso la straordinaria conservazione, rendendola quasi un unicum nel panorama museale internazionale.

Ricostruita da frammenti perfettamente combacianti, l'ancora misura 2,60 metri di lunghezza e 1,30 metri di larghezza alle marre. Il fusto, a sezione rettangolare e più largo nella parte superiore, conserva il diamante, il foro per l'anello di recupero e un foro rettangolare destinato al ceppo, oggi mancante. Le marre sono fissate al fusto con un sistema a incastro formato da due assicelle orizzontali bloccate da quattro caviglie circolari, secondo la tecnica costruttiva "a mortase e tenoni". L'analisi del legno, effettuata dal laboratorio di paleobotanica della West Bohemian University, ha rivelato l'uso di quercia.

Il foro rettangolare sotto la sommità del fusto ha fatto pensare alla presenza di un ceppo mobile: se così fosse, si tratterebbe di un caso eccezionale. Tuttavia, un taglio netto praticato in antico proprio all'altezza di quel foro lascia aperta anche l'ipotesi di un ceppo fisso, rimosso prima dell'abbandono. Per dimensioni, l'ancora doveva appartenere a una nave lunga circa 15-20 metri.

La datazione al Carbonio 14 la colloca tra il II e il I secolo a.C.

Gli studi sul livello del mare indicano che in epoca augustea la linea di costa era più avanzata di circa 1,20-1,30 metri rispetto a oggi. È probabile quindi che l'ancora non sia stata perduta in mare, ma abbandonata sulla terraferma, in un'area umida vicino alla spiaggia antica. Il fango e il limo, in condizioni anaerobiche, l'hanno protetta per secoli, fino a quando l'erosione marina non l'ha restituita alla luce. L'ancora è oggi esposta nella sala VII del Museo del Mare e della Navigazione Antica nel Castello di Santa Severa e vi attende per la visita!

Gianluca Carletti

Stella Cacciarella

Gruppo Archeologico del Territorio Cerite

BACCANALE

mangiaora o portavia



Baccanale un'esperienza
gastronomica indimenticabile,
dove ogni piatto è un'ode alla
gioia della buona cucina
e della convivialità

PIAZZA RISORGIMENTO
CERVETERI





UNA POLTRONA X2

Rubrica teatrale a cura di Mara Fux



DOMANI È SEMPRE DOMENICA

Gabriella Silvestri e Matteo Vacca sono al Teatro 7 di Roma gli esilaranti protagonisti di “Domani è sempre domenica” commedia firmata da Gianni Clementi il quale, in una trama decisamente paradossale e piena di divertenti equivoci, ferma l’immagine del tragico bombardamento del ‘43 a San Lorenzo sul fantasioso incontro “clandestino” tra un ipotetico Don Nicola, parroco della chiesa, ed Agnese, sua bella parrocchiana. I due, colti nudi dalle macerie, sotto tonnellate di polvere e mattoni, privati degli abiti che definivano il loro ruolo sociale e morale "in superficie", iniziano una convivenza forzata fatta di fame, sete e un disperato bisogno di dignità. Diretto dallo stesso Matteo Vacca con musiche originali di Nancy De Lucia e scene di Lina Zirpoli e Giovanni Valgimigli nonché con un disegno luci di Marco Macrini, lo spettacolo andrà in scena fino al 29 marzo con repliche serali alle ore 21,00 dal martedì al sabato e la domenica alle ore 18,00.

Teatro 7: Via Benevento 23, Roma - telefono 06.44236382 anche con whatsapp

L'AVARO IMMAGINARIO

Diretto da Enzo De Caro è in scena al Teatro Vittoria di Roma “L’avaro immaginario” che nel sottotitolo “in viaggio verso Molière, da Napoli a Parigi” sottolinea l’intenzione del regista, che è anche interprete ed autore del testo, di accompagnare lo spettatore in un viaggio attraverso il 1600, secolo pieno di guerre, epidemie, grandi tragedie ma anche di profonde intuizioni e illuminazioni. A compierlo assieme al pubblico sarà la “carrettata di artisti” guidati dal capocomico Oreste Bruno e dalla sua Compagnia di famiglia, quella dei Fratelli de’ Bruno da Nola, discendenti del grande filosofo Giordano. Il progetto di De Caro prende spunto dalla constatazione che, a un certo punto della loro carriera, i De Filippo (Peppino e Luigi in particolare) hanno sentito l’esigenza di confrontarsi con il teatro di Molière e il suo genio innovativo, rimasto forse nel suo genere ancor oggi ineguagliato e vivissimo. Alle ben famose note scritte da Nino Rota per “il malato immaginario” De Caro affianca curiose musiche originali ispirate a villanelle e canzoni popolari del ‘600 napoletano. Con lui sul palco in uno spettacolo curioso e affascinante, Luigi Bignone, Angela Di Matteo, Carlo Di Maio, Roberto Fiorentino, Massimo Pagano, Fabiana Russo ed Ingrid Sansone. Lo spettacolo andrà in scena fino al 29 marzo con repliche serali alle ore 21,00 dal martedì al sabato e pomeridiane alle ore 17,00 del sabato e della domenica.

Teatro Vittoria, Piazza Santa Maria Liberatrice n 10, Roma

Telefono 06 5740170



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

BUSTER DA CANE NERO A BIANCO LA STRAORDINARIA TRASFORMAZIONE



Era completamente nero. Oggi il suo mantello è quasi interamente bianco. La storia di Buster, un cane di quattro anni originario dell'Oklahoma, ha lasciato tutti a bocca aperta. La trasformazione è iniziata alla fine del 2021, quando Buster aveva due anni. Il proprietario Matt Smith ha osservato le prime macchie bianche comparire intorno agli occhi, al mento e al muso. Nel corso di due anni e mezzo il cambiamento si è esteso progressivamente a tutto il corpo, passando attraverso fasi in cui il pelo nero cadeva per lasciare spazio a una nuova, soffice pelliccia bianca.

La causa è la vitiligine, una rara condizione genetica autoimmune che determina la perdita di pigmento nella pelle e nel mantello. Come confermato dai veterinari, si tratta di un processo indolore e innocuo, che non richiede trattamenti specifici se non un semplice monitoraggio. Oggi Buster vive sereno e in piena salute. Una storia vera che ci ricorda quanto la natura possa riservare sorprese straordinarie e quanto la vera bellezza vada oltre l'aspetto esteriore.

ANIMAL MARKET Tutto per la cura dei tuoi piccoli amici

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

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

f Animal Market 📷 animal_market_

con voi dal 1934



Farmacia
Dott. Luigi
Demichelis



➤ **TEST RAPIDI**
ANTIGENICI

➤ **SCREENING**
COLON RETTO

PRENOTAZIONI AL NUMERO
06 99 47 746

SERVIZIO GRATUITO
CONSEGNA A DOMICILIO

INVIO RICETTE

WhatsApp: 393 973 5665 

E-mail: farm.demichelis@gmail.com



PRODOTTI
PER LA PRIMA INFANZIA

DERMOCOSMETICI

OMEOPATICI



DIETETICI

FITOTERAPICI

SERVIZIO GRATUITO
FARMARECUP

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



MEDICINALI
ED ARTICOLI VETERINARI

INTEGRATORI ALIMENTARI

LABORATORIO GALENICO

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

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

Seguici su   Farmacia Dott. Luigi Demichelis dal 1934

www.farmaciademichelisdal1934.it

L'OROSCOPO

che punge ma non fa male

Settimana dal 20 al 26 marzo

21 marzo - 19 aprile

ARIETE



Venere nel tuo segno, porta incontri ed emozioni che rispondono perfettamente alle tue esigenze. In ambito lavorativo, l'energia è alta, permettendovi di affrontare nuove sfide con determinazione.

23 settembre - 22 ottobre

BILANCIA



Questo sabato richiede equilibrio. Sebbene ci siano buone opportunità sociali, potreste sentirvi sotto pressione per alcune decisioni professionali. Usate diplomazia per navigare le acque agitate.

Oltre alla logica e alla creatività, potrete contare su energia e serenità ritrovate. In amore e nelle relazioni, la vostra capacità comunicativa aiuterà a risolvere eventuali malintesi del passato.



TORO

20 aprile - 20 maggio

23 ottobre - 21 novembre

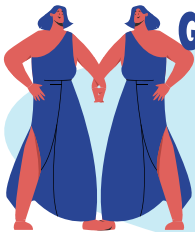
SCORPIONE



Considerato spesso uno dei segni più potenti dello zodiaco, questa settimana dovrete usare la vostra intensità per approfondire i pensieri e ascoltare l'istinto, specie in coppia.

21 maggio - 20 giugno

GEMELLI



Il cielo non appare in forma smagliante questa settimana. Potreste avvertire una maggiore voglia di stare al centro dell'attenzione piuttosto che dedicarvi a impegni faticosi. Gestite con prudenza le conversazioni.

22 novembre - 21 dicembre

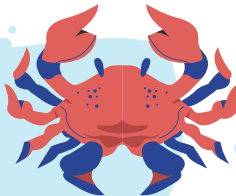
SAGITTARIO



La vostra natura ottimista vi aiuterà a vedere le opportunità dove altri vedono ostacoli. È un buon periodo per pianificare nuovi viaggi o studi, poiché la vostra mente è aperta e pronta a ricevere.

21 giugno - 22 luglio

CANCRO



Vi aspetta una settimana favolosa per gli incontri: le stelle esaltano la vostra passionalità. Sarete particolarmente empatici e affettuosi. Nuove amicizie.

22 dicembre - 19 gennaio

CAPRICORNO



L'ingresso di Marte nel segno vi rende estremamente determinato e pronto all'azione. Siete in una fase di costruzione solida. Spazio al dialogo.



LEONE

23 luglio - 23 agosto

Le stelle vi spingono a scattare in avanti con un'energia contagiosa che permetterà di superare gli ostacoli. È un momento di grande dinamismo; portate avanti i progetti più ambiziosi.

20 gennaio - 19 febbraio

ACQUARIO



L'innovazione è la tua parola chiave. Potreste avere intuizioni brillanti che cambieranno il corso di un progetto a cui tenete molto. Nelle relazioni, cercate di essere presenti non solo mentalmente.

24 agosto - 22 settembre

VERGINE



Con l'ingresso di Marte in Capricorno, la determinazione nel lavoro e negli obiettivi personali raggiunge il picco. Tuttavia, potreste risultare meno inclini ai compromessi nelle discussioni.

20 febbraio - 20 marzo

PESCI



Settimana di concreti miglioramenti per il benessere interiore ed esteriore. Le stelle vi donano vitalità e rafforzano la forza di volontà. Con Marte nel segno sentirete un forte impulso all'azione.

ARIETE



IL SEGNO DEL MESE

L'Ariete è il primo segno dello zodiaco (21 marzo - 20 aprile), un segno di Fuoco governato da Marte, pianeta dell'azione e della guerra. Simboleggia l'inizio, l'energia vitale e la spinta all'autoaffermazione.

TRATTI DISTINTIVI

Coraggio e determinazione: chi nasce sotto questo segno affronta gli ostacoli a testa alta e vede ogni difficoltà come una sfida stimolante.

Sincerità e trasparenza: l'Ariete è noto per essere estremamente diretto. Tende a dire le cose come stanno, senza filtri o bugie, mantenendo un approccio quasi fanciullesco alla verità.

Energia e iniziativa: è un segno d'azione che non ama stare con le mani in mano. La sua natura istintiva lo porta a lanciarsi in nuovi progetti con grande entusiasmo.

Pregi: dinamismo, onestà, indipendenza e una naturale capacità di leadership.

Difetti: può risultare impulsivo, impaziente e talvolta aggressivo se si sente frenato. La sua schiettezza può essere percepita come mancanza di tatto.

Il punto debole dell'Ariete è la testa. I nati del segno possono soffrire di emicranie o stress dovuto al costante rimuginare o all'eccesso di attività mentale.

Elemento: Fuoco.

Pianeta dominante: Marte.

Pietre portafortuna: rubino

METALVETRO

di Luigi Bonifazi

INFISSI IN PVC LAVORATI ED ASSEMBLATI IN ITALIA



INFISSI IN ALLUMINIO
GRATE E PERSIANE BLINDATE
RINGHIERE E CANCELLI - AVVOLGIBILI
TENDE DA SOLE E CRISTAL
ZANZARIERE LA "PALAGINA"
VETRERIA E CORNICI
VETRATE IN CRISTALLO A PACCHETTO
BOX DOCCIA SU MISURA

ITALIANE
AL 100%

Ladispoli - Via Venezia, 5/A
Tel. 06 99222243 - 375.6060799
bonifazi4@libero.it

LA CARDIOMIOPATIA DILATATIVA

Tutti noi abbiamo davanti agli occhi quelle immagini televisive del piccolo **Domenico Caliendo**, di 2 anni e 3 mesi. Zompettava, correva felice per andare incontro alla mamma, questo piccolo “guerriero” dal cuore gravemente malato. Aveva tanta voglia di vivere. Ci sembra impossibile che ora non ci sia più.

Cardiomiopatia dilatativa primitiva, questa la sua patologia. Una malattia **idiopatica**, di cui non si conosce la causa, molto verosimilmente legata ad un “impronta” genetica (fenotipo), una “manifestazione” apparente del patrimonio ereditario (genotipo). Due termini, fenotipo e genotipo, denominati da **Johansen** nel 1903.

Nel 70% dei casi la cardiomiopatia dilatativa è secondaria, ossia l'eziologia è conosciuta: cardiopatia ischemica; valvulopatia; ipertensione arteriosa cronica; tachiaritmia; da agenti tossici (alcol, farmaci fenotiazinici etc); anomalie metaboliche (deficit nutrizionali); disturbi endocrinologici); malattie infettive (virali, batteriche, rickettsie, micobatteri etc); malattie sistemiche (Lupus eritematosus sistemico, artrite reumatiche giovanile, poliartrite nodosa etc); disfunzione per/postpartum; distrofia neuromuscolare.

In circa il 30% dei pazienti è invece idiopatica (cardiomiopatia primitiva). Come si presenta il cuore (anatomopatologia)? Vi è una dilatazione graduale ed eccentrica del ventricolo sinistro (talvolta anche destro), che tende a gonfiarsi, diventare sferico. Un cuore dilatato che comporta una disfunzione contrattile del ventricolo sinistro (o di entrambi) tale da provocare una marcata riduzione della frazione di eiezione (FE), ossia della gettata cardiaca, del sangue che i ventricoli inviano nell'arteria aortica o anche polmonare (se è dilatato il ventricolo destro).

Quali sono le manifestazioni cliniche? I sintomi iniziali (escluse le miocarditi fulminanti) sono sfumati, poco appariscenti: una modesta dispnea (affanno), un facile affaticamento, talora una ritenzione idrica (edema). **L'indagine clinica più utile è l'esame ecocardiografico color doppler:** dilatazione del ventricolo sinistro (o anche destro) con compromissione della cinetica cardiaca e riduzione della F.E. . Anche



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'ECG (elettrocardiogramma) ci può dare indicazioni a tal riguardo: alterazioni del tratto ST e dell'onda T, blocco di branca sinistra, tachiaritmie etc. L'Rx del torace solo tardivamente evidenzia un aumento di volume del cuore (cardiomegalia) con redistribuzione del circolo polmonare e versamenti pleurici. I sintomi clinici nelle cardiomiopatie dilatative secondarie si manifestano più frequentemente con edemi agli arti inferiori, aritmie con forma sincopale con tachiaritmia (palpitazione), blocchi cardiaci di grado avanzato (tipo Mobitz 2, blocco atrioventricolare completo), tali da portare a morte improvvisa (sindrome di Morgagni – Adams – Stokes).

Il piccolo guerriero che abbiamo visto nel filmato, ignaro delle condizioni del suo cuore, stava a sua insaputa combattendo una battaglia dentro di se e sembrava vincerla grazie a dei **maccanismi di compenso**: attivazione del sistema nervoso adrenergico (Sistema Nervoso Autonomo simpatico con aumento della frequenza cardiaca) e del sistema renina – angiotensiva. Sono meccanismi compensatori che consentono una stabilizzazione solo per un certo periodo, poi da fattori positivi diventano negativi portando allo scompenso cardiaco. **Cronologicamente**, indipendentemente dal tipo della miocardiopatia dilatativa, **ogni danno cardiaco che comporta una disfunzione sistolica è seguito, per un certo periodo, a stabilizzare la funzione di pompa. Compare prima l'aumento della frequenza cardiaca e della contrattilità** mediata dall'incremento del sistema adrenergico.

In un secondo tempo l'espansione del volume ("cuore a palla") mette in moto i meccanismi di **Frank – Sterling**, al fine di mantenere la gettata sistolica. **Infine**, dopo alcune settimane o un paio di mesi dalla disfunzione di pompa, vi è un' **ipertrofia dei miociti cardiaci** tale fa portare ad un aumento degli elementi contrattili. Questi adattamenti compensatori si devono, lo ripeto, all'attivazione del sistema nervoso autonomo e del sistema renina angiotensiva. Come già detto la stabilità attenuata non supera i due mesi. Alla fine questi stessi meccanismi si rivelano dannosi portando allo scompenso cardiaco. Certamente un cuore nuovo in buono stato poteva salvare il piccolo guerriero. Non avendo elementi clinici del caso né essendo un medico legale non sono in grado di esprimere giudizi a tal riguardo. Come sempre, da clinico, ho trattato di eziologia, semeiotica (sintomi e segni), diagnostica, fisiopatologia anatomopatologica. Non essendo un cardiocirurgo, ma solo cardiologo, non so se un cuore artificiale (heart – Berlin) avrebbe potuto essere impiantato nel piccolo Domenico. E' necessario che altri organi vitali (soprattutto reni) non siano compromessi.

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

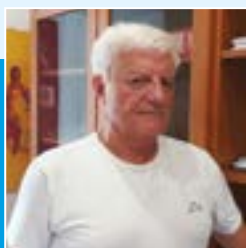
f Farmacia Armenio



LA VITA AVVELENATA DEL SERPENTE LACHESIS

Lachesis trigonocephalus, è un rettile così chiamato per la conformazione del cranio che assume un contorno pressoché triangolare (come gli altri generi **Ancistrodon** e **Sistrucus**). Questo per la sporgenza della regione frontale e delle due bozze parietali. Forse è meglio chiamarlo **Lachesis mutus**, la sola specie di questo serpente squamato, il “terrore dei boschi”, un genere di serpente velenoso, silenzioso, mortale dell’ America Centrale e Meridionale. E’ detto “mutus” perché, a differenza del “serpente a sonagli”, non ha alla fine della coda quella serie di anelli cornei incastrati l’ uno sull’altro (residuo delle successive mute) che ad ogni movimento caudale producono un suono simile a quello delle nacchere. Anche lui, il **Crotalus durissus**, chiamato anche Cascavel, il “serpente a sonagli”, vive in America Centrale e Meridionale, non nella boscaglia ma in terreni rocciosi e gradisce i raggi del caldo sole. Sono molto diversi il Lachesis mutus e il Crotalus durissus, anche nelle dimensioni: il “serpente a sonagli” è lungo 1 metro e 50 centimetri; il Lachesis è considerato il gigante dei crotalidi perché può raggiungere i 3 metri e 50 centimetri. Diverse l’habitat e le abitudini.

Il **Crotalus durissus** (a sonagli) ha abitudini diurne quando esce tra le rocce per prendere il sole. Lachesis mutus (il silenzioso) è un rettile crepuscolare, notturno che lascia la boscaglia vicino ai corsi d’acqua. Si risveglia in primavera, la stagione in cui fiorisce la vita, ma porta la morte con se. Lo si vede spesso lungo il Rio delle Amazzoni, più crudele e



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.*

velenoso che mai. Dagli indios viene chiamato "ferro di lancia" perché scatta come una molla senza essere provocato (a differenza del *Crotalus durissimus* che ti mette in guardia con i suoi sonagli e non ti attacca se non gli dai fastidio). Lachesis è aggressivo anche d'estate perché odia il caldo del sole (è già caloroso, caliente, di suo) che lo irretisce e lo spossa. Preferisce rintanarsi nel folto della vegetazione, sotto l'ombra degli alberi. Certo è che non trova mai pace questo serpente che avvolge e stritola l'albero della vita. Si lancia come una freccia avvelenata senza risparmiare nessuno.

In omeopatia, nel "mondo a rovescio", il veleno di **Lachesis**, diluito e dinamizzato in dosi infinitesimali, perde tutta la sua crudele aggressività a carico del sistema nervoso centrale e periferico, vasi e sangue, cute e mucose del corpo umano.

Chi incarna Lachesis? Una tipologia ben precisa, unica. Sia essa donna o uomo, bambino o bambina, ragazzo o ragazza, **ha desiderio di vendetta**. Dopo dispiaceri a lungo patiti, tradimenti, mortificazioni, amori non corrisposti con dentro una grande gelosia. Una sua limpida "**nota chiave**" è nel non sopportare gli abiti stretti al collo né le cinture alla vita (come se avesse un serpente che lo avvinghia). Nel sesso femminile le donne fertili migliorano sempre con il flusso mestruale mentre nelle donne in menopausa hanno vampate violente, caldane insopportabili, soffrono il caldo (come Lachesis), hanno anche rialzi della pressione arteriosa. Parlano molto, sono tute molto loquaci, affatto tenere nei loro discorsi. Lachesis è invece "mutus", come tutti i serpenti (ad eccezione di quello a sonagli): sono gli opposti che coincidono (**N. Cusano**).

Il mentale del rimedio omeopatico è incentrato sulla gelosia vendicativa (vedi la Medea di Giasone). Il soggetto si sente tradito "da una vita non vissuta", è in credito nei confronti del destino, escluso dalla gioia che dà felicità.

Costituzionalmente, fisicamente è un essere caloroso, stenico, forte, vivace, che precipita in una profonda crisi, tanto, talora, da rifugiarsi nell'etilismo e/o nelle droghe. Come il crotalo muto aggrava in primavera e d'estate. Si sente stanco, irritabile, aggravato dal tatto improvviso, dagli abiti stretti, dalle bevande calde. Sta sempre meglio all'aria aperta purché non faccia troppo caldo. Al crepuscolo, di notte diventa più aggressivo e pericoloso, scatena la sua rabbia, il suo desiderio di vendetta. Lachesis "ferro di lancia" scaglia così le sue frecce avvelenate spinto dalle delusioni, dai dispiaceri a lungo patiti, dalla caduta dei valori sentimentali in cui credeva e per cui si era sacrificato.



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



benessere

NON SEI PIGRO, SEI BLOCCATO COME RIPARTIRE QUANDO TI SENTI FERMO

Ti è mai capitato di sentirti pieno di idee ma senza riuscire a metterle in pratica? Oppure di avere mille buoni propositi e poi rimandare sempre al lunedì successivo, al mese prossimo o a “quando avrò tempo”?

Tranquillizzati, non sei solo. Ma più importante ancora: non sei pigro.

Uno degli errori più diffusi che noto come mental coach è proprio questo: le persone confondono il blocco mentale con la pigrizia. Si auto etichettano. Il sé giudicante sale in cattedra, ed ovviamente giudica nel modo più severo possibile.

Così facendo alimenta un ciclo frustrante, ma ahimè terribilmente efficace, che blocca ancora di più l'azione. In questo articolo voglio aiutarti a fare chiarezza e soprattutto offrirti strumenti concreti per ripartire.

La pigrizia è solo la punta dell'iceberg.

Quando diciamo “sono pigro”, stiamo semplificando un meccanismo molto più complesso. Dietro quel comportamento che

sembra inattivo ci sono spesso:

- Paure (di fallire, di essere giudicati, di non essere all'altezza)
- Perfezionismo (non inizio perché voglio farlo alla perfezione)
- Confusione mentale (troppe opzioni, nessuna direzione chiara)
- Autocritica (quella vocina interiore che ci dice che non ce la faremo)

In altre parole, il tuo cervello non è inattivo, anzi: è sovraccarico. Sta elaborando mille pensieri, anticipando problemi e valutando rischi. E spesso, per proteggerti, sceglie di non farti agire.

Il blocco mentale è un meccanismo di difesa. È importante sapere che il blocco non è un nemico. È una risposta biologica. È il modo, del tutto naturale, con cui la tua mente cerca di proteggerti da ciò che considera incerto, difficile o potenzialmente dannoso.

Il punto è che questa protezione spesso diventa un ostacolo alla crescita.



Roberto Di Loreto

Mental coach: business, Life, Sport.
robertodiloreto@hotmail.it

Tre strumenti per ripartire davvero

1. DISSOLVI L'ETICHETTA

Ricorda che le parole hanno un fortissimo potere. Quando ti definisci "pigro", stai costruendo un'identità. E l'identità guida il comportamento. Il verbo essere, io sono... rappresenta spesso una condanna inappellabile per la nostra mente. Che quasi sempre porta ad avverare una profezia, di solito negativa. Prova a cambiare frase: invece di "Sono pigro", di' a te stesso:

"Sto vivendo un blocco. Posso capire da dove arriva e superarlo."

Sembra banale, ma il modo in cui parli a te stesso cambia il modo in cui ti comporti.

2. RIDUCI L'OBIETTIVO A UN MICRO-PASSAGGIO

Il cervello si blocca davanti a compiti troppo grandi. Se pensi: "Devo scrivere un libro", il tuo sistema nervoso si attiva in modalità allarme. Ma se ti dici: "Scrivo solo il primo paragrafo", allora diventa affrontabile.

Una tecnica molto semplice? *la regola dei 5 minuti*
Scegli un'attività che ti sembra difficile e falla solo per 5 minuti. Poi decidi se continuare. Spesso, una volta iniziato, l'energia arriva.

3. ACCETTA IL MOVIMENTO IMPERFETTO

L'idea che si debba "essere pronti" per iniziare è uno dei miti più paralizzanti. Non serve sentirsi sicuri, serve muoversi anche con il dubbio.

L'azione genera chiarezza, non il contrario.

Martin Luther King Jr. diceva: non guardare tutta la scala, inizia a salire il primo gradino

Il ciclo virtuoso del piccolo progresso

L'importante è condividere come ogni piccola azione generi un effetto domino:

- Un micro-passaggio ti fa sentire capace
- Ti senti capace hai più motivazione
- Più motivazione più azione
- Più azione → più risultati

Questo è esattamente il ciclo che costruisce l'autoefficacia: la fiducia nelle tue capacità di affrontare ciò che ti sta davanti.

Conclusione: non sei rotto. Sei solo in pausa.

Dobbiamo accettare come ogni persona possa attraversare dei momenti di blocco. La differenza la fa chi decide di ascoltarsi, chiedersi "Cosa mi sta davvero bloccando?" e iniziare un percorso, anche piccolo, verso la ripartenza.

Non serve strafare, non serve cambiare tutto in un giorno. Serve consapevolezza, compassione verso sé stessi e direzione.

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

psicologia

IL GENOGRAMMA

Molto spesso durante il percorso terapeutico propongo alle persone di fare insieme il loro genogramma. Il **genogramma** è "l'albero genealogico psicologico" trigerazionale. La proposta avviene per vari motivazioni: una può essere perché la persona presenta delle difficoltà a parlare di sé e, quindi, proponendo il genogramma si aggirano le resistenze perché si parlano di altre persone raccontando, comunque, un po' di sé stessi. Un secondo motivo è per capire quali erano i rapporti nelle generazioni precedenti: se ci sono stati, per esempio, conflitti, interruzioni improvvisi di rapporti, ecc. Un altro motivo può essere il sospetto che in una delle famiglie di origine ci sia un "segreto di famiglia": spesso succede quando non si parla di una persona (uno zio o un bambino) oppure quando la persona idealizza i propri famigliari. Oppure si propone il genogramma per osservare, avere una fotografia istantanea delle relazioni famigliari. Il genogramma è uno "schema" che alla fine racconta la storia della persona attraverso le due generazioni precedenti, partendo dai nonni materni e paterni per arrivare alla persona stessa, la terza generazione. In un libro che lessi molto tempo fa, mi aveva colpito questa frase: "*servono tre generazioni per fare un tossicodipendente*". In un'ottica di terapia familiare, la terza generazione si porta l'eredità psicologica delle generazioni precedenti. Per eredità psicologiche intendo lo zaino pieno di eventi positivi e negativi, detti e non detti che hanno caratterizzato le due generazioni precedenti e che fanno parte della storia della persona. La psicologia moderna osserva l'individuo all'interno di una realtà estesa sia familiare che sociale; questo porta ad analizzare il disturbo della persona come derivato da molti fattori. Il genogramma può essere l'occasione per (ri)parlare in famiglia di persone o eventi di cui, magari, si è sempre avuto difficoltà

a parlare; oppure è l'occasione per colmare quei "*non so/non ricordo bene*" che emergono durante il racconto della storia. Se ci sono dei "buchi" nel genogramma, è come se alla fine il puzzle mancasse di alcune tessere; è importante tenerne conto. È importante come vengono raccontati gli eventi: per esempio se una persona non ha mai conosciuto un nonno si chiede cosa è stato raccontato di quel nonno oppure, se non ricorda o non è stato detto nulla, che impressioni personali ha avuto quando ha visto, per esempio, la sua foto. Alle volte, durante la costruzione del genogramma emergono delle contraddizioni sulla stessa persona: per esempio una signora mi racconta che il nonno era una persona buona, gentile ma era un "hitler" e questo l'ha sottolineato sia con il non verbale sia con l'espressione fisica e lo sguardo. Oppure possono emergere le radici di una mentalità o comportamento: per esempio una persona che porta disfunzioni nella sfera sessuale, con il genogramma emerge che la nonna ha subito degli abusi e che ha tramandato alla madre e alla nipote una considerazione tabù del sesso e della sessualità. Si perché, purtroppo, i traumi famigliari vengono tramandati nelle generazioni. Per esempio una signora mi racconta la difficoltà di raccontare una bella notizia: si è capito che ha "ereditato" l'idea e la convinzione che le belle notizie sono sempre seguite da tragedie. Il genogramma è terapeutico perché intanto fa parlare di sé con l'idea che non si parli di sé; secondo perché alla fine del genogramma si riescono a capire le possibili "origini" dei propri disturbi o della ripetizioni di certi schemi comportamentali; inoltre, può essere l'occasione di riallacciare rapporti. È come se si modificasse un equilibrio, si tagliasse il cordone ombelicale e si riuscisse ad evolvere in modo autonomo trovando delle alternative di vita.



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

www.psicoterapeutamasin.it

Cerveteri
Via Delle Mura Castellane, 60

MARZO

in rosa

Mammografia

60€

Mammografia con
tomosintesi 3D

85€

Visita ginecologica
+ PAP Test

80€

Visita senologica +
ecografia mammaria

100€

Visita Senologica + Mammografia
+ Ecografia Mammaria

160€

Visita Senologica + Ecografia
Mammaria + Mammografia 3D
con Tomosintesi

180€




La prevenzione salva la vita

**SIAMO A BRACCIANO E MANZIANA
CHIAMA ORA PER PRENOTARE LA TUA VISITA**

PRAECILIA
DIAGNOSTICA

06 9962999

MI SEMBRA DI AVERE SEMPRE LE MANI SPORCHE... EPPURE LE LAVO IN CONTINUO!



Lavarsi le mani molto frequentemente, con particolare cura, è una nevrosi compulsiva di chi teme le infezioni, di chi apre le maniglie con i gomiti o con i piedi, quando è possibile, che non ama prendere i mezzi pubblici. In molti casi lavare le mani può anche essere un segnale che evidenzia il disagio interiore di "sentirsi sporco", non solo nel senso fisico ma anche in quello morale; una sensazione che si prova ritenendo di avere delle colpe, capace di far provare emozioni negative, di far emergere l'incapacità di risolvere dei dubbi (ricordiamo tutti Ponzio Pilato che, lavandosi le mani, demandò al popolo la scelta sulle sorti di Gesù) o di far sentire la persona colpevole, per qualche trasgressione compiuta in passato. Per questo, nei casi in cui si pensi di aver compiuto una azione immorale, spesso vengono lavate sistematicamente e ripetutamente anche altre parti del corpo, che non siano solo le mani. Tutte manifestazioni accomunate dalla sensazione di essere "macchiati" interiormente, sensazione dalla quale bisogna assolutamente liberarsene fisicamente.

Per superare questa condizione, che sottende un'ansia profonda, spesso si ricorre ad un percorso di supporto psicologico. Sorprendente ed inaspettata invece è la capacità di risoluzione della medicina omeopatica. Una medicina che più che mai, come in questo caso, definisco medicina dell'anima. Useremo con successo il LUESINUM. Un rimedio dalla azione profonda e duratura. Ne assumeremo una dose unica al mese, osservando la riduzione delle manifestazioni descritte fino alla completa scomparsa. Prenderemo la dose unica, mensilmente, alla 30 ch, sciogliendola sotto la lingua, prima di coricarci.

OMEOPATIA...CHE MERAVIGLIA!



IL NOSTRO IMPEGNO

20% DI SCONTO SU TUTTI I PRODOTTI

FARMACI* COMPRESI, CHE ABBIANO UN COSTO SUPERIORE AD € 19,99

* PER I FARMACI È OBBLIGATORIA LA PRESCRIZIONE MEDICA

30% DI INCREMENTO DELLA RETRIBUZIONE PER I FARMACISTI ED I COLLABORATORI

10% DEGLI UTILI RESTITUITI ALLA COLLETTIVITÀ

“

Il consumatore sceglie non solo in base alla convenienza ma anche in base all'impegno economico e solidale dell'attività.

LEONARDO BECCHETTI - Prof. Ordinario di Economia Politica Università degli Studi di Roma Tor Vergata

”

LA PRIMA FARMACIA SOLIDALE ITALIANA

ESPERTI IN OMEOPATIA DAL 1985



FARMACIA
Salvo D'Acquisto
OFFICINA della SALUTE

LA PRIMA FARMACIA SOLIDALE ITALIANA



PAGA CON
SATISPAY

CONSEGNIAMO 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**

Prevenzione Ginecologica

VISITA GINECOLOGICA
ECOGRAFIA TRANSVAGINALE, PAP TEST

130€

Prevenzione Senologica

MAMMOGRAFIA 3D
CON TOMOSINTESI

75€

Prevenzione Osteoporosi

MOC DEXA

50€

Prevenzione Check-Up Analisi

UNDER 40

55€

OVER 40

90€

CHIAMACI O VISITA IL NOSTRO SITO

 069949944  www.grupposalus.net