



L'ortica

SETTIMANALE

Anno XXIX n° 12 - 2026

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

CHI HA UCCISO SIGNORINA?

LA GATTINA DEL RIONE BOCSETTA PRESA A CALCI SENZA PIETÀ I RESIDENTI CHIEDONO GIUSTIZIA: "SITUAZIONE INSOSTENIBILE TRA VANDALISMI E INCIVILTÀ"

- ▶ **ALGOCRAZIA EUROPEA**
UN MOSTRO A TRE TESTE
- ▶ **CERVETERI**
RESTA AL PALO TRA RINVII E PROGETTI INCOMPIUTI
- ▶ **LADISPOLI**
SOS SPIAGGE, INVASE DA CANNE E RIFIUTI

"UNA RISERVA DI BELLEZZA"
FESTA PER I 30 ANNI
DEL LITORALE ROMANO

TERRANOVA
BRACCIANO



 **CONAD** *SUPERSTORE*

BUONA PASQUA

**DA MERCOLEDI' 25 MARZO
A LUNEDI' 6 APRILE 2026**



**SALAME
CORALLINA
FIORUCCI**
al kg € 7,50

 **CONAD**
**GRANA
PADANO**
DOP
CONAD
al kg € 9,90



**€
0,99**

ALL'ETTO



**€
0,75**

ALL'ETTO

**PROSCIUTTO CRUDO
INTERO**
al kg € 9,90



**€
0,99**

ALL'ETTO

PERCHÉ 
CONVIENE

A PASQUA
VIENI DA CONAD



IL 3 E IL 4 APRILE

con una spesa di almeno 35€
con Carta Insieme ottieni

1 buono da 7€

DA USARE IL 7 APRILE

ogni 35€ di spesa!**

Iniziativa riservata
ai titolari di



EVEN TI



di Ludovica Serra

VIVA LADISPOLI LADISPOLI

SABATO 28 MARZO ORE 17

L'incontro pubblico di presentazione del progetto Vivi Ladispoli. L'appuntamento è nel dehors del bar "Black House" in Piazza della Vittoria 25. Verrà esposta "un'idea di Città da costruire insieme".



di Chiara Spinato

PERSONALE GIULIANO GENTILE CERVETERI

DAL 25 MARZO AL 23 APRILE

In mostra alla Biblioteca comunale "Nilde Iotti" con il gallerista Fabio Uzzo promotore artistico dell'associazione culturale inArte. Ingresso libero. Chiuso sabato, domenica e venerdì pomeriggio.



di Carola Cimarelli

APPUNTAMENTO LETTERARIO LADISPOLI

GIOVEDÌ 2 APRILE ORE 16:30

Nella biblioteca comunale Peppino Impastato doppio appuntamento letterario: la presentazione del libro "L'esercito dei Giusti" di Roberta Spaccini, e "Diego e la stanza dei segreti" del giovane Diego Spilabotte. Ingresso libero

New Café Millenium

Viale Fregene Cerenova

(Adiacente Poste)

Tel. 06 99 02 887



BIGLIETTI COTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI

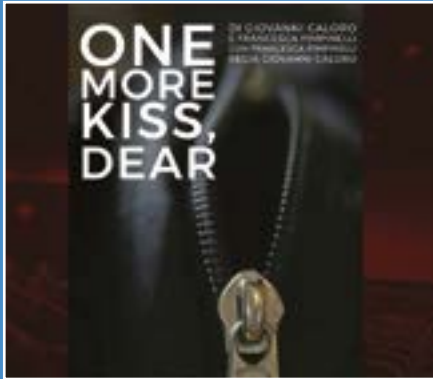


vodafone 3 SKY



LA CONFERENZA “GLI SPECCHI ETRUSCHI” TARQUINIA, VENERDÌ 27 MARZO ORE 17

Nell’ambito della rassegna Attualità degli Etruschi nella Sala dei Capolavori del Museo archeologico nazionale di Tarquinia – Palazzo Vitelleschi, le dottoresse Lucia Neri e Maria Stella Pacetti parleranno degli specchi etruschi conservati presso il Museo.



di Angelo Galli

IN SCENA “ONE MORE KISS, DEAR”, DI PIMPINELLI E CALORO BRACCIANO

SABATO 28 MARZO ORE 18:30

L’amore ai tempi del digitale: l’invasione delle dating app sulla vita sentimentale di una giovane donna è affrontata con una intelligente leggerezza, che restituisce ai sentimenti la fragilità che le spetterebbe di diritto. Rassegna "Dimmi donna, le protagoniste del plurale femminile" al teatro Delia Scala.



di Francesca Toto

VERSO IL PALIO DELL’ANELLO TARQUINIA SABATO 28 MARZO ORE 16

La città apre il calendario di appuntamenti con la conferenza nella biblioteca comunale “Vincenzo Cardarelli”.

L'intervento delle esperte di storia locale, moda e costume delle epoche passate. L'incontro, moderato dal presidente del consiglio comunale Alberto Blasi.



di Luca Marini Achenza

FESTA DI PRIMAVERA ANGUILLARA SABAZIA DOMENICA 29 MARZO DALLE 10 ALLE 21

Presso il Centro Sportivo Comunale “Black Lions” (via delle Palme 21, Ponton dell’Elce), si terrà la Festa di Primavera. Nel pomeriggio, l'evento “Giustizia per Federica”, dove verrà interpretata una canzone dedicata a Federica Mangiapelo, vittima di femminicidio nel 2012.



LADISPOLI Via Fiume, 67 - 06 9914 4577





ALGOCRAZIA EUROPEA, UN MOSTRO A TRE TESTE

IDENTITÀ DIGITALE, MONETA DIGITALE E SISTEMI AVANZATI
DI ANALISI DATI BASATI SULL'INTELLIGENZA ARTIFICIALE

Entro febbraio 2027 tutti i documenti della Pubblica Amministrazione dovranno essere disponibili anche in formato digitale all'interno dell'IT.Wallet, il portafoglio digitale integrato nell'app IO: così è stato stabilito con un DPCM firmato dal governo italiano lo scorso 18 febbraio. Dunque l'IT Wallet tra meno di un anno diventerà pienamente operativo. Questo sistema trasferirà l'identità digitale e i documenti ufficiali direttamente sullo smartphone, garantendo loro lo stesso valore legale dei corrispettivi fisici.

Si tratta di un ennesimo provvedimento passato in sordina, senza discussione né parlamentare né pubblica, senza annunci, senza clamore mediatico malgrado esso costituisca un fondamentale tassello nella costruzione della gabbia digitale in cui stanno imprigionando i cittadini.

In Italia di tutto si parla, su tutto si discute, su tutto si fa polemica, tranne che sulla **transizione digitale** che trasforma radicalmente la nostra società, i nostri diritti, impattando significativamente il modo in cui viviamo,

lavoriamo e interagiamo. Su questa profonda trasformazione domina il silenzio da parte dei media e della politica a cui fa seguito l'indifferenza dell'opinione pubblica.

Lanciato nel 2024, l'IT-Wallet, è una sorta di green pass all'ennesima potenza e non a caso del GP sfrutta la stessa infrastruttura tecnologica. Attualmente su IT Wallet si possono caricare **patente di guida, tessera sanitaria e Carta europea della disabilità**. Con il DPCM firmato il 18 febbraio scorso potranno essere integrati tutti i documenti della PA compresa la **tessera elettorale digitale** e, successivamente, la carta d'identità elettronica (CIE) e certificati di titoli di studio. Secondo le rilevazioni aggiornate a febbraio 2026 sono ben 10,1 milioni gli italiani che hanno attivato IT Wallet sull'app IO, per un totale di 17,3 milioni di documenti digitali caricati. Sono numeri che indicano l'incoscienza di larga parte degli italiani rispetto ai rischi connessi alla metamorfosi digitale dell'esistenza.

L'IT Wallet è sviluppato per essere compatibile

SETTIMANALE

L'Ortica
DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

Settimanale indipendente

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

ISSN 2704-6664

Gestione GEP Srls
Coordinatore Cristiano Cimarelli

Marchio registrato di proprietà esclusiva.
Vietata ogni riproduzione totale o parziale.

Direttore Responsabile: Cristiano Cimarelli
Editor: Miriam Alborghetti

Rubrica Salute e benessere:
Aldo Ercoli, Roberto Frazzetta,
Carola Cimarelli, Elena Botti,
Rita Masin, Riccardo Coco,
Giuseppe La Pera, Marco Tortorici.

Redattori:
Barbara Pignataro
Emanuele Rossi

Collaboratori editoriali:
Flavio Enei, Cristina Civinini, Mara Fux,
Antonio Calicchio, Flavia De Michetti,
Sara Sansone, Maurizio Martucci,
Luca Marini Achenza, Angelo Galli,
Demetrio Logiudice, Ludovica Serra,
Chiara Spinato, Francesca Toto,
Alfonso Lustrino.

con l'EUDI Wallet (European Digital Identity Wallet), consentendo l'uso dei documenti digitali in tutta l'Unione Europea.

Entro la fine del 2026, il panorama digitale europeo non sarà più una somma di iniziative nazionali, ma un ecosistema integrato e centralizzato, definito da tre pilastri fondamentali: **il Portafoglio dell'Identità Digitale Europea (EUDI Wallet), l'Euro Digitale e l'applicazione dei Sistemi Avanzati di Analisi Dati (Intelligenza Artificiale)**. Stiamo parlando di sistemi digitali integrati e interoperabili che collegano **identità, pagamenti, accesso ai servizi e gestione dei dati. Le finalità dichiarate sono accattivanti**, "Sovranità digitale" ed efficienza burocratica, ma al contempo non sfugge il fatto che al di là delle buone intenzioni, si sta implementando una mastodontica infrastruttura di sorveglianza digitale di massa.

In base al regolamento eIDAS 2.0 tutti gli Stati membri entro novembre 2026 dovranno offrire ai cittadini **l'EUDI Wallet**, (European Digital Identity Wallet), un portafoglio digitale in cui i cittadini europei potranno conservare e presentare credenziali digitali verificate. Il sistema permetterà di utilizzare lo smartphone per dimostrare identità, qualifiche professionali, titoli accademici, patente di guida e altri attributi certificati. Non obbligatorio, almeno per ora, ma dipenderà dalla capacità di resistenza degli europei nel rifiutarlo affinché una consuetudine diffusa non si trasformi in obbligo. Questo "wallet" non sarà un semplice archivio di documenti, ma un sistema interoperabile in grado di collegare la nostra identità digitale a servizi pubblici e privati in tutta Europa: dai contratti bancari alla patente, dalla sanità ai viaggi.

Parallelamente, il progetto **dell'Euro Digitale avanza spedito**, con il 2026 come anno chiave per la sperimentazione avanzata. L'euro digitale è definito dalla BCE come denaro contante elettronico, emesso dalla banca centrale (CBDC, *Central Bank*

Digital Currencies) e destinato a integrare, **non sostituire**, le banconote. In realtà le CBDC hanno ben poco in comune con il contante dal momento che a differenza del contante la moneta digitale non è anonima e soprattutto può essere programmabile e condizionabile con limitazioni su luogo, tempo e beneficiario del pagamento. Ci assicurano che non sostituirà il contante ma lo affiancherà. Siamo certi che, in futuro, nessun governo europeo renderà obbligatori i pagamenti con euro digitale per poter detrarre le spese nella dichiarazione dei redditi? Io non ci metterei la mano sul fuoco.

I Sistemi Avanzati di Analisi Dati basati sull'Intelligenza Artificiale costituiscono l'anello di congiungimento che tiene insieme EUDI Wallet ed Euro Digitale, che nel 2026 entrano nel vivo dell'applicazione dopo l'entrata in vigore dell'EU AI Act. Gli algoritmi permettono di analizzare enormi quantità di dati in tempo reale, la sorveglianza digitale può trasformarsi in "sorveglianza predittiva" mentre l'analisi dei dati di transazione dell'euro digitale, incrociata con i dati di localizzazione e l'identità dell'EUDI Wallet, può creare profili dettagliati dei cittadini. L'utilizzo dell'intelligenza artificiale per il monitoraggio "intelligente" della conformità normativa può portare a un ambiente in cui ogni azione è valutata, categorizzata e memorizzata.

Nel giro di pochissimo tempo si stanno dunque sviluppando queste tre infrastrutture digitali, -identità digitali interoperabili, denaro digitale, piattaforme di analisi dati legate all'IA - come parti di un'unica mastodontica architettura digitale. Un sistema eccellente per il monitoraggio, il controllo capillare e il condizionamento dei nostri stili di vita con il quale il Potere sta realizzando - in nome della sicurezza, dell'efficienza amministrativa e l'innovazione economica - una gabbia digitale perfetta, dove la trasparenza è imposta al cittadino e l'opacità è riservata al controllore.

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 25/03/2026

TRA RINVII E PROGETTI INCOMPIUTI: CERVETERI RESTA AL PALO



DALLA CASERMA DEI VIGILI, AL CAOS VIABILITÀ. DA CERI A CAMPO DI MARE SI ATTENDONO SEGNALI

La caserma dei vigili urbani, la viabilità, i cantieri che non decollano. Il 2025 doveva essere l'anno della svolta a Cerveteri per tanti progetti nel cassetto. Nel 2026 c'è la consapevolezza che non sarà nemmeno questo l'anno giusto per i ritardi cronici che attanagliano molti settori che avrebbe dovuto già sbloccare da un pezzo l'amministrazione comunale.

A cominciare, come detto, dalla nuova "casa" della Polizia locale. Fermo restando il discorso numerico del personale fermo ancora a 22 unità (per l'Anco dovrebbero essere almeno il doppio e ben 90 per le normative regionali in base al confronto con la popolazione), è la questione caserma a restare invariata. Nel comando di via Friuli sono state cambiate solo alcune sedie ma non c'è un impianto di climatizzazione, tant'è che in estate si usano e

si continueranno ad usare i ventilatori negli uffici in un edificio al primo piano, con prese elettriche non a norma, un bagno da dividere con gli utenti, le scale ad impedire l'accesso ai diversamente abili, l'assenza dei condizionatori come detto e altri disservizi elencati in una lettera spedita dai sindacati di riferimento anche alla giunta comunale nello stato di agitazione proclamato la scorsa estate. Nel 2024 ci furono pure degli accertamenti da parte dipartimento di Prevenzione dell'Asl di Civitavecchia e anche allo Spresal di Bracciano. Da lì nulla è cambiato. Si continua a parlare di ipotetiche location ma senza nessun atto ufficiale. Il trasloco circa 4 anni fa era stato promesso in via Fontana Morella, a ridosso della statale Aurelia e a fianco alla cantina sociale. Poi non se n'è fatto nulla perché sarebbero partiti troppi soldi per



ristrutturazione e messa in sicurezza dei locali. Lo scorso anno spostamento annunciato in un altro immobile in via Settevene Palo ma il piano, alla fine, non si è concretizzato. Ecco allora l'opzione B: dar vita a una gara pubblica per spingere i privati a realizzare la sede della Municipale risparmiando così i soldi dell'affitto dell'attuale caserma di via Friuli (circa 17mila euro l'anno).

Gli incroci maledetti. Due in particolare relativi alla viabilità: quello di via Settevene Palo con l'ingresso autostradale della Roma-Civitavecchia (l'A12) e quello tra via Aurelia e via Fontana Morella. Se nel primo caso ormai ci si è rassegnati quasi, nel secondo i cittadini non ne possono più del caos che si crea ogni volta nello stesso punto dopo l'apertura di centri commerciali e della farmacia comunale. L'estate non è poi così lontana e con l'arrivo di migliaia e migliaia di villeggianti la situazione è destinata anche a peggiorare. La giunta comunale nel 2025 aveva svelato il diniego di Anas a poter realizzare una rotonda per la presenza contemporanea della caserma militare e di quella dei vigili del fuoco proprio in via Fontana Morella. Come piano B – promesso dal sindaco, Elena Gubetti – un nuovo svincolo dietro la cantina sociale in direzione di Civitavecchia. Iter di circa 300mila euro per altro inserito nel bilancio di previsione ma del progetto, almeno al momento, neanche l'ombra. Recentemente è avvenuto un sopralluogo con il vicesindaco, Riccardo Ferri, l'assessore alle Opere pubbliche, Matteo Luchetti e il comandante dei vigili urbani, Cinzia Luchetti che hanno rassicurato dopo le tante polemiche. Però non è stato ancora detto che tipo di lavori ci saranno.

Campo di Mare. Su questa frazione è come sparare sulla Croce Rossa e soprattutto sul cantiere di piazza Prima Rosa che procede a passo di lumaca per questa fatidica riqualificazione dell'area con tanto di parcheggi, arredi e alberature.

Ceri. Poche righe ma essenziali: nessun passo in avanti dopo la frana di un anno e mezzo fa. Non si sa niente di niente e la strada è ancora off limits. Soprattutto non sembrano esserci spiragli, al momento, per una riapertura.

Cimitero. Un'altra questione urgente è quella della costruzione del quinto camposanto. Non ci sono più posti a disposizione per i morti. Le famiglie sono costrette a trasferire i propri cari estinti altrove o a cremarli. Sarebbe una battaglia di civiltà provvedere a dare degna sepoltura ai cerveterani.



**NEL BORGO STORICO
DI CERVETERI**

**GASTRONOMIA
APERITIVI E CUCINA LOCALE**

**ALIMENTARI
CON PRODOTTI DEL TERRITORIO**



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



di Barbara Pignataro

cronaca

ORRORE A CERVETERI UCCISA A CALCI SIGNORINA, LA GATTA DI RIONE BOCCETTA NOTTI FOLLI TRA I VICOLI DEL CENTRO STORICO

Foto
di Domenico Cammarano



Un atto di crudeltà gratuita ha sconvolto il cuore del centro storico. La gatta di piazza Risorgimento è morta a causa di violenti percosse. Tra le braccia di chi l'ha soccorsa, senza ferite evidenti ma con le costole rotte. I residenti chiedono giustizia: "Situazione insostenibile tra vandalismi e inciviltà". I vicoli del centro storico non sono più gli stessi. Da mercoledì 18 manca all'appello Signorina, la gatta che per anni è stata la perla del borgo, amata e accudita da residenti e commercianti. La sua colpa? Essere nel posto sbagliato mentre la noia e la violenza prendevano il sopravvento. Secondo le testimonianze, l'animale sarebbe stato preso a calci come un pallone di cuoio.

Non si tratta solo di un gesto disumano, ma di un reato. L'articolo 544-bis del Codice Penale parla chiaro: "Chiunque, per crudeltà o senza necessità, cagiona la morte di un animale è punito con la reclusione da quattro mesi a due anni". La legge italiana tutela gli animali da simili barbarie, ma per far sì che la giustizia faccia il suo corso è fondamentale identificare i responsabili, raccogliere prove video o testimonianze dirette e sporgere denuncia. Chi ha visto parli.

Signorina "era a casa sua, amica di tutti" dicono con amarezza i residenti, oggi stretti nel dolore e nello sgomento per un atto definito volontario e

disumano. Di più, sono allo stremo e chiedono sicurezza. L'uccisione della gatta sembra essere la punta dell'iceberg di un malessere più profondo. Di sera, i vicoli del centro storico si trasformerebbero in teatro di schiamazzi e vandalismi. Vetri rotti, calci alle porte, piante deturpate e ora la violenza sugli animali.

E non è la prima volta che le bande "perlopiù ragazzi minorenni, si accaniscono sugli animali domestici. Un'escalation di violenza e ritorsioni a chi osa parlare. Girano armati di taglierini, spaventano con minacce verbali e non solo" – riferiscono i residenti – "La situazione è grave e sotto agli occhi di tutti. Dalle solite bravate si è passati alla delinquenza vera".

"Ci conosciamo tutti, ci si incrocia dal panettiere o alla posta, ma spesso si evita di fare nomi per quieto vivere. Davanti a una simile brutalità però, non si può più tacere". Il timore della comunità è che, senza provvedimenti preventivi e un controllo costante, la sicurezza del quartiere continui a degradare, lasciando ai cittadini solo l'amara possibilità di denunciare a fatto compiuto. Oggi Cerveteri piange Signorina, ma la richiesta che si leva dai vicoli è avere giustizia. Chi ha ucciso la gatta deve rispondere delle proprie azioni davanti alla legge.

CERVETERI

★ STELLE D'ARGENTO ★

ECCEZIONALE

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

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

premiazioni sportive - laboratorio incisioni

**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



MONDADORI
BOOKSTORE

LADISPOLI

VIALE ITALIA, 124

06 83082767

CIVITAVECCHIA

VIALE GARIBALDI, 30

0766 35594

RICCARDO AZZALI

IL GATTO CHE MI HA SPIEGATO L'UNIVERSO

Per Leonardo Brezzi, giovane e brillante fisico teorico, conoscere l'universo vuol dire osservarlo attraverso la lente di un telescopio oppure analizzarlo con un'astrusa equazione scritta su una lavagna. La sua missione è sempre stata quella di cercare un ordine nel caos del cosmo, fidandosi dei numeri più che delle sensazioni; Leonardo, infatti, considera ogni fenomeno, il tempo, lo spazio, la materia, la vita stessa, come un problema da risolvere. Finché un mattino come tanti, il suo pelosissimo gatto bianco, Epidoro, decide di infrangere la regola più semplice dell'universo: quella secondo cui i gatti non parlano. Ed Epidoro non si limita a parlare: ragiona, osserva, collega, provoca. Cita Sartre, Seneca, Einstein, smonta ogni certezza di Leonardo, gli fa domande personali che pesano come macigni per poi leccarsi una zampetta come se niente fosse. All'inizio la razionalità del fisico combatte con questa nuova realtà surreale in cui Epidoro si dimostra molto più saggio, colto e arguto del suo padrone. Poi, però, piano piano Leonardo si arrende all'evidenza e il gatto per lui diventa un mentore, un Virgilio che lo costringe a vivere davvero gli interrogativi sull'universo che aveva sempre studiato con distacco, a immergersi e conoscere in prima persona la fisica quantistica o l'idea di tempo, il concetto di libero arbitrio o il nulla, l'entropia che disordina ogni cosa e la necessità umana di dare un senso al cosmo e alla nostra esistenza. Il gatto che mi ha spiegato l'universo è un libro in cui filosofia e scienza non sono esercizi astratti del pensiero, ma saperi vitali, strumenti fondamentali che ci insegnano a scoprire e vivere le meraviglie dell'universo. Una storia appassionante che unisce il rigore di un saggio alla leggerezza di un romanzo, ricordandoci che a volte le risposte più luminose alle domande più profonde possono arrivare anche da chi, in apparenza, sta solo dormendo accucciato sul divano.



RICCARDO AZZALI

Fisico teorico appassionato di filosofia ed è anche uno dei divulgatori italiani più seguiti; nel suo profilo "filosofiascienza" ogni giorno, con uno stile semplice e diretto, prova a illustrare al suo pubblico le grandi domande che per millenni hanno incuriosito le menti dei maggiori scienziati e filosofi della storia. Nel 2025 per Mondadori ha pubblicato L'accademia delle grandi domande.



PICCOLI ETRUSCHI CRESCONO



IL TEATRO È UN GIOCO DA BAMBINI ALLA SCUOLA DELL'INFANZIA LUCHETTI

Per i bambini della scuola dell'infanzia, il gioco non è una pausa dall'apprendimento, ma il linguaggio stesso con cui scoprono il mondo. Nel teatro, questa naturale predisposizione si trasforma nel magico "fare finta di...". Così, i piccoli alunni di Cerveteri (dai tre ai cinque anni) si ritrovano a vestire i panni di antichi etruschi sotto la guida del regista e attore Agostino De Angelis.

A questa età, il confine tra realtà e finzione è sottile e il corpo parla prima delle parole. Attraverso il movimento, i bambini esplorano lo spazio e coordinano i gesti divertendosi, decretando il successo del laboratorio. Le maestre della Sezione H (**Emanuela Aquila, Sabrina Diodati e Consiglia Annunziata**) confermano l'entusiasmo: "I bambini partecipano con curiosità, sentendosi liberi di esprimersi in uno spazio sicuro dove collaborare e valorizzare le proprie emozioni. Questo clima non solo favorisce il benessere individuale, ma costruisce relazioni più serene nel gruppo, migliorando la capacità di ascolto e l'attenzione. Il progetto di quest'anno, dedicato ai 'giochi di oggi e di ieri', mette a confronto i piccoli contemporanei con i loro coetanei del passato. Abbiamo chiesto ad Agostino e Desirée di sviluppare una storia a tema". Sebbene le insegnanti ritengano prematuro valutare un cambiamento radicale nella classe, l'impatto di una figura esterna è decisamente positivo, offrendo ai bambini uno stimolo fondamentale per la loro crescita cognitiva e relazionale. In pratica, il teatro a scuola è molto più che recitare un copione. La conferma arriva dalle parole dell'insegnante **Roberta Romanella** (Sezione M):

"La novità è per loro motivo di euforia; si agitano e si divertono, ma l'aspetto più importante è lo sviluppo della memoria, soprattutto grazie alle canzoni. Il teatro fa emergere la loro personalità: anche i più timidi, attraverso la drammatizzazione, riescono ad aprirsi. È un puro momento di gioia. L'emotività è una componente forte in questa fascia d'età e i bambini tendono a legarsi molto a chi vedono con regolarità. Quando gli esperti arrivano in classe, è sempre una festa".

"La classe si impegna in questa nuova attività stimolante. Con soddisfazione noto una grande partecipazione: si divertono imparando le battute e cimentandosi nel ballo. C'è grande attesa per l'esibizione di fine anno", conclude **Giovanna Reitano**, insegnante della Sezione B insieme alle colleghe **Assunta Cappiello e Giovanna Ferraro**.

Anche **Gilda Cianrocca, Roberta Cicillini e Marina Gentile** (Sezione E) seguono con dedizione il progetto. Quest'ultima ci racconta che "l'attività didattica è stata preventivamente concordata con il team docente al fine di progettare un percorso formativo adattandolo alle caratteristiche specifiche del gruppo classe. I bambini si sono affezionati agli operatori esterni i quali hanno dimostrato grande sensibilità e competenza. Il tema etrusco si è amalgamato al programma didattico di sezione, realizzando un lavoro finale molto interessante.

Ne sono molto soddisfatta". Il pensiero condiviso da tutte le insegnanti è che il laboratorio teatrale infonde anche valori di accoglienza, inclusione, conoscenza del territorio e amicizia. La scuola è tutto questo e anche di più.



SULLA VIA DEL RISVEGLIO

Domenica 29 MARZO 2026

- 9.30 Arrivo partecipanti
- 10.00 La spiritualità delle piante maestre
Maurizio MARTUCCI
- 11.30 Il respiro dell'Anima
Rossella BUA
- 13.00 Pranzo condiviso
- 14.30 Costellazioni familiari
dott.ssa Rosa BRANCATELLA
- 17.00 Biomusica, dalla vibrazione all'armonia
Anna Fausta SPARASCI

BRACCIANO (ROMA)
info e prenotazioni 334 164 3384

www.oasisana.com

DOMENICA 29 MARZO SULLA VIA DEL RISVEGLIO EVENTO OASI SANA

In simbiosi con l'arrivo della Primavera, una giornata per ritrovarsi a Bracciano (Roma). In apertura, al mattino interverrà il direttore di Disconnessioni, Maurizio Martucci, sul tema La spiritualità delle piante maestre. Durante l'evento sarà disponibile il libro LE MIE INTERVISTE SPIRITUALI, dialoghi oltre confine per nuove esigenze dell'anima (Edizioni Universo). A seguire si parlerà de Il respiro dell'anima, di Costellazioni familiari per finire con la Bio-musica, dalla vibrazione all'armonia.

IL PROGRAMMA

- 9.30 - Arrivo partecipanti
- 10.00 - La spiritualità delle piante maestre
Maurizio Martucci
- 11.30 - Il respiro dell'Anima Rossella Bua
- 13.00 - Pranzo condiviso
- 14.30 - Costellazioni familiari
dott.ssa Rosa Brancatella
- 17.00
- Bio-Musica, dalla vibrazione all'armonia
Anna Fausta Sparasci

DOMENICA 29 MARZO 2026

BRACCIANO (ROMA)

info e prenotazioni

334 164 3384



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



 Ferri Carni

VIA SERGIO ANGELUCCI, 5 - CERENOVA

paolofrancesco@inwind.it - Tel/Fax 06 9904388

SULLE SPIAGGE UN TAPPETO DI RIFIUTI E DI CANNE: IL COMUNE CHIEDE AIUTO ALLA REGIONE

L'ASSESSORE PIERINI: «AVVIATA LA BONIFICA MA CI VORRÀ TEMPO PER SMALTIRE TUTTO». CORSA CONTRO IL TEMPO PER PASQUA E LA SAGRA

Con l'arrivo della primavera e dei primi flussi di turisti, il litorale di Ladispoli si presenta ancora in condizioni critiche. Le spiagge, infatti, risultano invase da canne, tronchi e rifiuti accumulati dopo le violente mareggiate invernali, in particolare quelle di gennaio, che hanno colpito gran parte della costa laziale causando danni sia al decoro che alla sicurezza. Per far fronte alla situazione, il Comune ha avviato un piano straordinario di pulizia: mezzi e operai sono al lavoro lungo i principali tratti del lungomare, da via Regina Elena a via Marco Polo fino a via Marina di Palo. I detriti vengono progressivamente raccolti e ammassati, in attesa del successivo smaltimento. I disagi non hanno risparmiato neppure l'area del piccolo approdo conosciuto come Porto Pidocchio, recentemente ribattezzato Porto San Giuseppe. Qui l'accumulo di canne ha rallentato le attività dei pescatori, costringendo anche al rinvio dell'inaugurazione ufficiale della nuova denominazione. La preoccupazione cresce tra residenti e operatori balneari, soprattutto in vista delle festività pasquali e della tradizionale Sagra del Carciofo Romanesco di Ladispoli, in programma dal 10 al 12 aprile, che ogni anno richiama centinaia di migliaia di visitatori. A rendere ancora più delicato il quadro è il ritrovamento, in diversi punti del litorale, di carcasse di animali, tra cui cani, pecore e roditori, con inevitabili implicazioni anche dal punto di vista igienico-sanitario. Nonostante l'impegno delle

associazioni ambientaliste – tra cui Marevivo Lazio, che ha organizzato nuove giornate di pulizia – la situazione resta complessa e richiede interventi strutturati. «In due mesi di mareggiate – sostiene Rita Paone di Marevivo – le onde ci hanno restituito quello che abbandoniamo nell'ambiente, soprattutto plastica. Un lavoro enorme per le Amministrazioni comunali e noi di Marevivo abbiamo chiamato a raccolta i volontari: nel Lazio abbiamo coinvolto anche le scuole: due Istituti Nautici, il Calamatta di Civitavecchia e il Colonna di Roma, un centinaio di studenti che con guanti e pinze hanno raccolto oltre 150 kg di plastica spiaggiata. Questa settimana sono in programma a Ladispoli altre 2 appuntamenti». Dal Comune fanno sapere che è stato richiesto un sostegno economico alla Pisana. «Per rimuovere ogni cosa – parla Marco Pierini, assessore ai Lavori pubblici – occorrono almeno 70mila euro e considerato che si tratta di calamità naturale e di fattori esterni legati al maltempo, speriamo di poter ottenere questo contributo che è importante. Detto questo, abbiamo iniziato a portare via i primi rifiuti però sono interventi che devono essere necessariamente centellinati perché nelle varie discariche e nei centri di smaltimento non si possono superare quantitativi settimanali e mensili. Perciò si deve procedere a step. Siamo stati anche fortunati che nel mese di marzo tutto sommato non si sono verificate ulteriori mareggiate che ci avrebbero messo davvero in ginocchio».

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



LA CITTÀ E IL PROBLEMA DEI BAGNI PUBBLICI



Quante volte, passeggiando per Ladispoli, ci siamo trovati nell'improvvisa necessità di un bagno? Nella maggior parte dei casi, l'unica soluzione è rifugiarsi in un bar, consumare qualcosa e sperare nella cortesia dell'esercente. Raffaele Cavaliere e Diego Corrao, I Tre Amici al Bar, sollecitati da cittadini e commercianti, hanno analizzato la situazione: "Ladispoli, una città di oltre 40.000 abitanti in continua espansione edilizia e con forti ambizioni turistiche, dispone di un solo bagno pubblico presso il mercato giornaliero, aperto peraltro solo la mattina. È accettabile che una meta turistica non offra servizi igienici adeguati h24?"

Una necessità non più rimandabile. "Riteniamo fondamentale dotare Ladispoli di vespasiani pubblici moderni. Non è solo una questione di decoro, ma un segnale di accoglienza per i turisti e un diritto per i residenti – continuano - Le nuove tecnologie offrono soluzioni automatiche e autopulenti che rispondono a rigorosi standard: accessibilità: conformità alle leggi (13/1989 e D.M. 236/1989) per garantire l'uso ai cittadini con disabilità motoria. Igiene e durata: strutture in acciaio inox antivandalo, capaci di igienizzarsi dopo ogni utilizzo (D.P.R. 380/2001).

Sostenibilità (CAM 2026): dal 2 febbraio 2026, i nuovi Criteri Ambientali Minimi (CAM) impongono l'uso di materiali a basso impatto ambientale e criteri ESG nella progettazione pubblica. Esistono strumenti normativi e finanziari (come i programmi triennali delle opere pubbliche 2025-2028) che permetterebbero al Comune di inserire queste strutture nei piani di riqualificazione urbana, come suggerito anche dalle recenti linee guida dell'ANCE. Il ruolo degli esercizi pubblici. In attesa di nuovi servizi pubblici, ricordiamo che il cliente ha diritto di utilizzare il bagno di un locale. Secondo l'art. 187 del Regolamento del TULPS, l'esercente non può rifiutare la prestazione a chi la richieda (previo pagamento della consumazione), se non per legittimo motivo. Il rifiuto ingiustificato può essere segnalato alle autorità competenti. Un impegno di civiltà. La nostra iniziativa si muove nel solco dell'Articolo 118 della Costituzione, che promuove la sussidiarietà e la partecipazione dei cittadini alla gestione dell'interesse generale. Chiediamo che Ladispoli faccia un passo avanti verso la modernità: assicurare servizi essenziali significa rispettare la dignità delle persone e la libertà di tutti".





PROFESSION
DANCE

ex|or|e|is|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

“UNA RISERVA DI BELLEZZA” 30 ANNI DI NATURA DA CELEBRARE E PROTEGGERE



LE ASSOCIAZIONI A TUTELA SI MOBILITANO PER UNA GRANDE FESTA AD OSTIA PER TUTELARE LO SCRIGNO DI NATURA E DI STORIA

La lotta degli ambientalisti contro la quarta pista di Fiumicino ma anche la celebrazione del tesoro che si ha: la preziosa Riserva Naturale Statale del Litorale Romano. E così domenica prossima scatterà un pomeriggio di festa e anche di riflessione per celebrare il trentennale dell'area verde su cui ultimamente si è acceso il dibattito dopo l'iter attivato per la pista, progetto già discusso in più tappe dall'Ortica del Venerdì. Sarà un'occasione, per i fautori di questa iniziativa, di riscoprire i valori paesaggistici, naturalistici e agroproduttivi di un territorio unico e nello stesso tempo fragile, tra i comuni di Roma e Fiumicino. L'appuntamento, il primo di una serie di incontri che saranno organizzati nel corso dell'anno come anticipato dalle associazioni, sarà domenica 29 marzo dalle ore 15:00 alle 19:00, presso il Centro visite dell'Oasi Lipu Chm di Ostia (largo del Porto di Roma - parcheggio porto turistico, via dell'Idroscalo). Trent'anni di storia, di impegno, di tutela e di sfide. L'evento, dal titolo “Una Riserva di bellezza”, è promosso da chi da sempre è in prima linea per la salvaguardia e la valorizzazione di questo territorio: Wwf Litorale Romano, Italia Nostra Litorale Romano, Legambiente Litorale Romano, Lipu Ostia Litorale, Cyberia idee in rete e Fai Lazio. L'obiettivo è duplice: da un lato, festeggiare un traguardo importante, raccontando la straordinaria ricchezza della Riserva, fatta di valori paesaggistici, biodiversità, prodotti

agricoli di eccellenza, archeologia e storia; dall'altro, rivendicare con forza la necessità di una gestione più attenta e partecipata, anche per affrontare le criticità che minacciano questa complessa realtà unitaria, estesa per quasi 16.000 ettari tra i comuni di Roma e Fiumicino: la Riserva Naturale Statale più grande d'Italia. E naturalmente i pensieri vanno tutti al piano della quarta pista. «Gestire con cura questa complessità è la sfida per un futuro sostenibile»: questo è il messaggio univoco che tutte le realtà organizzatrici intendono lanciare, coinvolgendo istituzioni, esperti e cittadini con l'avvio di un dialogo aperto e costruttivo. Saranno presenti Alessandro Polinori, (presidente Lipu BirdLife Italia), Anna Longo (presidente Italia Nostra Litorale Romano), Maria Gabriella Villani (presidente Wwf Litorale Laziale), Elisabetta Studer (presidente Circolo Legambiente Litorale Romano), Cristina Imbroglini (delegata Fai Lazio). Parteciperanno Franco Tassi, Paolo Maddalena, Massimiliano Mattiuzzo, Hilda Girardet, Giulio Cederna, Luca Bragalli, Giulio Ielardi, Elisabetta Mitrovic, Antonella Arcangeli, Guido Baldi. L'appuntamento è un invito aperto a tutti i cittadini, a coloro che hanno a cuore le sorti di questo straordinario scrigno di natura e di storia, a pochi chilometri dalla Capitale. «Un'occasione per incontrarsi, confrontarsi – aggiungono - e rinnovare l'impegno collettivo per la difesa, la valorizzazione e la corretta fruizione della Riserva»



COMITATO SALVIAMO GLI ALBERI

**"TRADITI DA COMUNE
E SOPRINTENDENZA.
ORA FERMALE TUTTO"**

Il comitato cittadino esprime rabbia e delusione per la conferma da parte del Comune di Civitavecchia dell'abbattimento degli alberi di Piazza Regina Margherita, nonostante mesi di mobilitazione e oltre 2.500 firme raccolte. Viene criticata l'insensibilità dell'amministrazione e il ruolo della Soprintendenza, accusata di non aver tutelato il patrimonio storico-ambientale e di aver approvato il progetto senza un confronto trasparente. Il comitato chiede il rinvio degli abbattimenti, previsti per la prossima settimana, citando la necessità di rispettare il periodo di nidificazione della fauna selvatica.

Il Comitato "Salviamo gli alberi" è un gruppo spontaneo di cittadini di Civitavecchia nato per opporsi all'abbattimento dei lecci storici di Piazza Regina Margherita (l'area del mercato cittadino), previsto nell'ambito di un progetto di riqualificazione. Il punto chiave della loro attività e rivendicazioni è il patrimonio ambientale, storico e identitario della piazza, considerata un luogo della memoria collettiva per la città. Il comitato contesta la perizia del Comune, che dichiara malati tutti gli alberi. Hanno presentato una contro-perizia redatta da un proprio agronomo, secondo cui solo una pianta risulterebbe compromessa.

Hanno raccolto oltre 2.500 firme tramite una petizione (anche su Change.org) per chiedere il rinvio degli abbattimenti. Hanno organizzato sit-in di protesta e manifestazioni pubbliche nella piazza. Non si arrendono.

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**



di Barbara Pignataro

FESTA DEL CARCIOFO BIO



BIODISTRETTO ETRUSCO ROMANO: 47MILA ETTARI COMPLESSIVI, DI CUI 15MILA COLTIVATI (4700 A BIOLOGICO) TRA CERVETERI, FIUMICINO E LA RISERVA DEL LITORALE ROMANO

Dagli ortaggi al turismo, il Biodistretto Etrusco Romano guarda avanti nella promozione del territorio affiancando alla valorizzazione delle aziende agricole, un prodotto turistico competitivo finalizzato proprio a portare oltre confine il prodotto locale. L'annuncio mercoledì scorso durante il convegno dal titolo Festa del Carciofo bio, svoltosi all'interno dell'Istituto Baffi. Per l'occasione gli studenti dell'alberghiero hanno reinterpretato il gustoso ortaggio biologico offrendo ai presenti una ricca degustazione a fine convegno. Non è mancato l'assaggio di miele e formaggi in un evento che puntava ad incentivare un'alimentazione sana, a valorizzare l'agricoltura biologica e l'economia circolare. Dopo i saluti di benvenuto del dirigente scolastico è stato presentato il progetto TERSA

(Territorio del Biodistretto Etrusco Romano per la Sostenibilità Ambientale), uno dei progetti vincitori dell'Avviso per la selezione di proposte progettuali da parte di Distretti biologici per favorire le forme di produzione agricola a ridotto impatto ambientale e per la promozione di filiere e Distretti di agricoltura biologica emanato nel 2024 dal MASAF, Ministero dell'Agricoltura e della Sovranità Alimentare e delle Foreste. Interessanti gli interventi a tema: il carciofo nell'arte, le qualità nutrizionali del carciofo, l'economia circolare applicata al carciofo, l'alimentazione mediterranea "a colori". **Massimiliano Mattiuzzo** ha chiuso il convegno ringraziando gli studenti "che sono l'avvenire per questo nostro territorio e più complessivamente per questa nazione".



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
 i animal_market



PRIMAVERA IN OFFERTA

I NOSTRI
BRAND:



5 LT
AKAI
FRIGGITRICE
ARIA
SLT 1500W
24,90
SUPER PREZZO



G.FERRARI
MACCHINA
CAFFÈ
TIFFANY
59,90
SUPER PREZZO



87 LAVAGGI
AMMORBISCENTE
LENOR
87 LAVAGGI
VARI TIPI
3,79
SUPER PREZZO



SHAMPOO
BALSAMO
FRUCTIS
250ML
VARI TIPI
1,79
SUPER PREZZO



7,99
SUPER PREZZO

BLUETOOTH
WIRELESS



SALOTTINO ALESSIA
ANTRACITE BIANCO

COMPRESO
DI CUSCINI

39,90
SUPER PREZZO



SET 4 PEZZI
COMPRESO
ANCHE DI
BEAUTY

55,00
SUPER PREZZO



STENDINO
INFINITY FLEX
30 METRI
DI STENDITURA
ESTENSIBILE

37,90
SUPER PREZZO

VISTO IN
TV

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

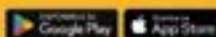
MA MAISON SET 6 GRUCCE
VELVET ANTISCIVOLO ASS.



SUPER OFFERTE
DEDICATE A TE!

ISCRIVITI
ANCHE TU!

PER TE
**100
PUNTI
OMAGGIO**
AL MOMENTO DELL'ACQUISTO



Scarica l'App
Inquadrando
il QR code

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

VALIDE DAL 26 MARZO ALL' 11 APRILE 2026
salvo esaurimento scorte

SEDEA IN RESINA BIANCA
SUPER PREZZO 3'99

SEDEA IN RESINA ANTRACITE/VERDE
OFFERTA 4'50

SEDEA IN RESINA RICHIUDIBILE ANTRACITE/BIANCA
OFFERTA 7'99

SEDEA CON BRACCIOLI TAUPE/ANTRACITE/BIANCA
NUOVO COLORE OFFERTA 6'50

TAVOLO IN RESINA ANTRACITE/TAUPE
OFFERTA 13'99

TAVOLO IN RESINA ANTRACITE/VERDE
OFFERTA 15'90

TAVOLO DOGHE QUADRATO TAUPE/ANTRACITE/BIANCO
NUOVO COLORE OFFERTA 19'90

TAVOLO DOGHE RETTANGOLARE TAUPE/ANTRACITE/BIANCO
NUOVO COLORE OFFERTA 34'90

MAISON CUSCINERIA

CUSCINO LETTINO MA MAISON TENERE 195X214 RICHE/FOGLIA
OFFERTA 14'90

CUSCINO MA MAISON GRECIA 178X48X3 MONO BLOCCO RICHE/FOGLIA
OFFERTA 4'59

COPRISEDIA MA MAISON CAPRI 157X44X3 RICHE/FOGLIA
OFFERTA 9'90

CUSCINO MA MAISON CIPPO 110X44X3 SCHERMALE ALTO RICHE/FOGLIA
OFFERTA 6'90

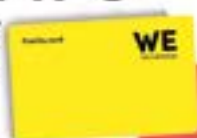
CUSCINO MA MAISON ALICE 95X45X3 SCHERMALE BASSO RICHE/FOGLIA
OFFERTA 4'99

TERRANOVA
BRACCIANO

Collezioni: Donna | Uomo | Bambino | Intimo

OGNI
10€
DI SPESA

ACCUMOLI 1 PUNTO
1 punto = 1€ di sconto
sul prossimo acquisto



APERTO



DEL RISPARMIO



Reporto
STAGIONALE



MA MAISON BARBECUE
SETTANTADUE
83E44X87H CON BIPIANO

FFERTA
19,90

BARBECUE TONDO
PER 55H
CON BIPIANO

FFERTA
9,90



ESTENSIBILE

MA MAISON
GATEO
ESTENSIBILE
3X3MT VERDE/
BIANCO

FFERTA
49,90



MA MAISON
BOTTIGLIA
TERMICA
COCO 750ML

FFERTA
3,99



3 PEZZI

3 PEZZI
MA MAISON
PIRELLI
43CM 3PZ

FFERTA
3,99



UPER PREZZO
15,99

UPER PREZZO
15,99



CON LED

MA MAISON
LANTERNA
MEDIA
CON LED
VIVERE

FFERTA
7,99



CINQUE
MA MAISON
ACCENDI
CARBONELLA

FFERTA
4,99



3 PZ
MA MAISON
CRATICOLO
38X41 CM

FFERTA
3,99

FFERTA
4,99

MA MAISON
POLTRONA
GRAVITY
ROSSO/NERO/
GRIGIO/VERDE/
BLU



CON LED

MA MAISON
LANTERNA
MEDIA
CON LED
VIVERE

FFERTA
13,99



MA MAISON
BORSA
TERMICA
BOUNCE 8LT

FFERTA
4,59



MA MAISON
BORSA TERMICA
BOUNCE 10,5 LT

FFERTA
4,99



MA MAISON
BORSA TERMICA
BOUNCE 11 LT

FFERTA
5,99



MA MAISON
BORSA TERMICA
BOUNCE 21 LT

FFERTA
6,99



MA MAISON
ZAINO TERMICO
BOUNCE 17 LT

FFERTA
7,99

Color your life.



Seguici su



#terranovastyl



NOVITÀ

PIEGHEVOLE

HIGH-TECH ASCIUGA CAPELLI
DA VIAGGIO 1200W
COLORI ASSORTITI

SUPER PREZZO
5,99



PIEGHEVOLE

HIGH-TECH
ASCIUGACAPELLI
2200W 2 VELOCITÀ

OFFERTA
7,99



**CON PIASTRA
IN CERAMICA**

HIGH-TECH
FERRO DA STIRO
A VAPORE 2600W

OFFERTA
13,99



**NUOVI
COLORI**

HIGH-TECH
TRITATUTTO
300W

SUPER PREZZO
7,99



**NUOVI
COLORI**

HIGH-TECH
SBATTITORE
CON ACCESSORI
250W 5 VELOCITÀ

OFFERTA
9,90



**NUOVI
COLORI**

HIGH-TECH
FRULLATORE
1.5LT 800W

OFFERTA
12,99



**NUOVI
COLORI**

HIGH-TECH
FRULLATORE
IMMERSIONE
400W 2 VEL

SUPER PREZZO
5,99



GIRMI

FRULLATORE
SMOOTHIE
260W 500ML

OFFERTA
12,99



FRIGGITRICE
AD ARIA GIRMI
6,5lt 1700 W

OFFERTA
39,90

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

VALIDE DAL 26 MARZO ALL' 11 APRILE 2026

salvo esaurimento scorte

IL PRUGNOLO L'INDICATORE DELLA PRIMAVERA



Mentre il 21 marzo segna ufficialmente l'ingresso della primavera, esiste un albero che ne annuncia l'arrivo con largo anticipo, sfidando i rigori dell'inverno: è il prugnolo selvatico. Il suo nome scientifico, *Prunus spinosa*, non lascia spazio a dubbi: appartiene al genere dei susini e delle ciliegie, ma si distingue per quell'aspetto contorto e "spinoso" che lo caratterizza. Piccolo albero o arbusto della famiglia delle Rosacee, il prugnolo raggiunge al massimo i 5 metri d'altezza, ma la sua vera forza risiede nella strategia biologica.

UNA FIORITURA CONTROCORRENTE

La caratteristica più affascinante del prugnolo è la sua capacità di far sbocciare candidi fiori bianchi quando il paesaggio è ancora brullo e le foglie non sono ancora spuntate. Questa scelta non è casuale, ma risponde a tre precise strategie evolutive: visibilità: senza il verde delle foglie, i fiori bianchi risaltano maggiormente, attirando i primi insetti impollinatori. Assenza di competizione: fiorire presto permette di completare l'impollinazione prima che altre piante occupino la "scena" botanica. Efficienza: la pianta utilizza le riserve accumulate l'anno precedente per fiorire subito, ottimizzando le proprie risorse come un "vecchio saggio".

DALLA TAVOLA ALLA SALUTE

Oltre alla sua bellezza, il prugnolo è generoso di frutti e proprietà. La sua marmellata, dal sapore

aspro e ricercato, è una prelibatezza di nicchia perfetta per formaggi stagionati o crostate dal carattere deciso. Celebre è anche il prugnolino (o bargnolino), liquore tipico del piacentino ottenuto dalla macerazione dei frutti in alcool, che equilibra dolcezza e note amarognole.

Per chi cerca benessere, lo sciroppo e il succo naturale sono miniere di vitamine (A, B, C, E) con proprietà depurative e antiossidanti. Persino i fiori sono eduli: possono arricchire insalate, yogurt o diventare infusi delicati.

TRA MITO E FOLKLORE CELTICO

Il prugnolo non è solo botanica; è una pianta intrisa di mistero. Definito spesso "albero delle streghe", è da sempre associato a concetti di protezione e dualità. Nella tradizione celtica e nell'antico alfabeto Ogham, è legato a Straif, simbolo di forza e conflitto interiore nel periodo tra Samhain e Yule, quando il velo tra i mondi si fa più sottile. In passato, il suo legno resistente veniva scelto per fabbricare bastoni magici, simboli di autorità e saggezza divinatoria. In un'epoca moderna spesso priva di incanto, il prugnolo ci invita ancora a sognare: costruire un proprio "bastone magico", ornato di piume e argento, può sembrare un gesto concreto inutile, ma è un esercizio fondamentale per alimentare la nostra capacità di meravigliarci e guardare oltre il visibile.

storie di mafie

IL TESORO CIANCIMINO



Riceviamo e pubblichiamo
dal Centro Studi Ferdinando Imposimato

RUBRICA

Questo nome sicuramente vi è noto, si tratta del ex deputato Vito Ciancimino che per decenni è stato ai vertici del potere politico mafioso di Palermo e provincia, tra il 1956 e la fine degli anni '80, ove sono passate quasi cinquemila licenze di costruzione, azzerando il verde pubblico all'interno della città, cemento su cemento, senza servizi.

Vito Ciancimino è stato un alleato dei corleonesi e rappresentante di questi per valorizzarne ogni interesse economico e finanziario, in diretto contatto con Totò Riina, in suo possesso – come definito da T. Buscetta - il clima di diffusa intimidazione e generale compiacenza che circondava il suo giro e politico e la gestione del suo patrimonio ne facevano a tutti gli effetti il reale sindaco di Palermo nonostante in carica ci fossero altri.

Le licenze edilizie concesse dall'ufficio dei lavori pubblici furono migliaia, ma vennero distribuite tra pochi fruitori, ciò ha determinato la consapevolezza da parte dei giudici, in primis Giovanni Falcone, che Vito Ciancimino non era solo un esecutore degli ordini della mafia, ma colludeva con essa, traendone un ingente profitto.

Quando vennero emesse misure di restrizione sulla sua persona, fino alla sua morte, si è vociferato di un vero e proprio tesoro.

Un tesoro di centinaia di milioni di euro per chi vi

scrive, certamente superiore a quello rinvenuto e confiscato di circa 60 milioni di euro, le cui tracce sono state rinvenute in Lussemburgo, in Svizzera, in Romania, attraverso varie formule di riciclaggio per cui venivano infine perseguiti anche il figlio Massimo e il dottor Lapis.

Nomi che oggi dicono poco, ma che in realtà sono fondamentali per comprendere la portata dei depistaggi più importanti delle stragi del 1992.

La scrivente suppone che Massimo Ciancimino abbia inventato la storia dell'appello, che poi si è appurata falsa e contraddittoria, proprio per cercare di salvare il tesoro del padre. Con una mossa che ha fatto credere a certi PM che hanno inseguito per decenni l'idea di una Trattativa tra Stato e Mafia, di voler collaborare e rivelare chissà che verità attraverso il falso papello, ovvero, una lista di cose che la Mafia domandava allo Stato in cambio della cessazione di attività cruenta contro sedi, forze dell'ordine e rappresentanti istituzionali dei vertici politici e della giustizia.

Massimo Ciancimino di fatto, condannato per calunnia, per riciclaggio, condanne passate entrambe in giudicato e scontate, potrebbe aver orchestrato tutto per salvare il tesoro e godersi la vita con i soldi sporchi del sangue delle vittime di mafia.

IL FORNO

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

Ciò che oggi mi fa ritenere che il tesoro sia superiore, almeno del doppio, a quello confiscato, è il giro di affari che derivava dalle licenze edilizie, in primis, che si attestava in ben 1 miliardo di euro per la sola città di Palermo.

Ebbene la tangente per i politici – mafiosi era del 10% , facendo così ritenere che tale tesoro sia almeno di 100 milioni.

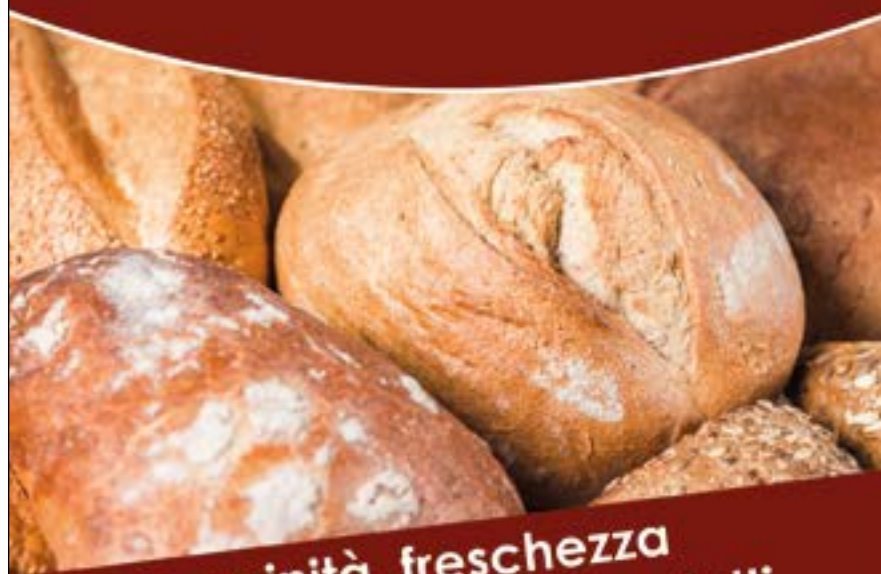
Quando ero una giovane promessa delle agende rosse, movimento di Salvatore Borsellino, ebbi l' opportunità di parlare anche con il figlio di Don Vito, in quanto questi, aveva un ottimo rapporto con Salvatore Birse, il fratello del Giudice ucciso dalla mafia nella strage di via d'Amelio insieme alla sua scorta

Tale dialogo, che in realtà era una amicizia, tra i due, Massimo Ciancimino e Salvatore Borsellino, mi ha sempre procurato un intenso "prurito", così come pure alcuni dei riscontri sul famigerato Papello non mi quadravano, così come non ho mai creduto alla storiella della Trattativa tra Mafia e stato, poiché so per certo che uno degli uomini più fidati del Giudice Giovanni Falcone, era l'ufficiale dei carabinieri chiamato Giuseppe De Donno .

La trattativa tra stato e mafia è stata, infatti, dopo molti anni, dal mio allontanamento dal movimento delle agende rosse (2017), conclusa con un nulla di fatto. Ciò che è stato profondamente sbagliato dall'inizio , è stato il fattore personale. Alcuni giudici e PM della Procura di Palermo si denunciarono a vicenda già nei primi anni '90 con i protagonisti della storia, in particolare, il colonnello Mario Mori e Giuseppe De Donno. Anteporre, antipatie personali, insieme a desiderio di fama e popolarità' è stato l'abbaglio preso in questa storia che, poteva e doveva essere invece curata con indagini serie e obiettive, ma questo, nella Palermo dei primi anni '90 non poteva essere, erano finiti i giudici coraggiosi, era finito tutto come affermò Antonino Caponnetto, si perché la mafia non la possono sconfiggere i magistrati da soli o un pugno di carabinieri, le cui indagini, vengono fermate e "sputtanate" inviandole addirittura al Ministro (Martelli), la mafia è un fatto culturale e sociale, con profonde radici, infiltrazioni che divengono modi di vita, per generazioni, la mafia è un gigante che ha continuato ad alimentare la sua ricchezza ed il suo potere nonostante tutto, ecco perché il tesoro di Ciancimino è ancora chissà dove, così, come quello di Salvatore Riina e di Matteo Messina Denaro.

Francesca Toto

Direttore Centro Studi Imposimato



**Genuinità, freschezza
e alta qualità dei prodotti**



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



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

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

andreadelpivo@libero.it

f Il Forno Di Andrea Del Pivo



CASTRUM NOVUM

LA CITTÀ ROMANA SUL MARE DI SANTA MARINELLA



Tra Torre Chiaruccia e il Casale Alibrandi, al km 64 della via Aurelia, si estendeva Castrum Novum, colonia marittima romana fondata nel 264 a.C. con funzione strategica per difendere la costa settentrionale dell'antico territorio cerite e garantire sicurezza alla navigazione lungo il Tirreno. Ripopolata in età cesariana come *Colonia Iulia Castronovo*, occupava un tratto costiero di grande rilevanza sia militare sia commerciale.

La città, nata come una fortezza pianta rettangolare e cinta da mura, raggiunse in età imperiale un notevole sviluppo monumentale. Fonti epigrafiche e reperti archeologici attestano la presenza di un teatro, la curia, il tabularium, un acquedotto pubblico e un'area sacra dedicata ad Apollo, simbolo di una comunità profondamente inserita nei meccanismi dello Stato romano. In età augustea, Lucio Ateio Capito promosse la costruzione della curia e del

tabularium e donò alla città il teatro con portici, contribuendo alla sua monumentalizzazione.

Nel corso dei secoli gli scavi hanno portato alla luce murature, pavimenti marmorei e musivi, vasche e colonnati, insieme a un ricco repertorio scultoreo: un'erma di Aspasia velata, statue di imperatori, una piccola statua di Bacco e un cane mastino giacente. Nel 1778 fu scoperto uno scrigno con 122 monete d'oro del I-II secolo d.C., simbolo della ricchezza e vitalità economica della colonia.

Lungo la spiaggia, l'erosione marina ha rivelato murature in opera reticolata e laterizia, pavimenti e fognature, accanto a materiali dell'età del Ferro e dell'epoca etrusca, che testimoniano una frequentazione ben precedente alla fondazione romana, suggerendo un approdo già attivo in epoca preromana.

Le ricerche recenti hanno identificato il castrum

originario, città-fortezza rettangolare di 120 x 62 metri, cinta da mura in opera quadrata, con una caserma del III secolo a.C., il foro, il podio di un tempio, le terme e un teatro imperiale con cavea larga 25 metri. A breve distanza si estende uno dei complessi più spettacolari: un vasto sistema di peschiere romane, visibili ancora oggi nel mare e nei documenti aerofotografici, sviluppato per oltre 400 metri lungo la costa.

Le strutture, articolate in numerose vasche quadrangolari e protette da un antemurale, servivano per allevare e conservare il pescato; il livello del mare, più basso di circa 1,20 metri, le rendeva pienamente funzionali. È probabile che questo esteso impianto, insieme alle strutture sulla spiaggia, appartenesse a una villa marittima suburbana, identificabile come centro di produzione e lavorazione dei prodotti del mare. Tuttavia, la sua vicinanza all'abitato suggerisce anche una gestione pubblica diretta da parte della colonia, a testimonianza di un'organizzazione economica complessa e avanzata.

Le indagini archeologiche sono oggi condotte dal Polo Museale Civico di Santa Marinella, diretto dal Dott. Flavio Enei, in collaborazione con l'Università di Pilsen e con l'Istituto Finlandese di Roma, con la partecipazione del Gruppo Archeologico del Territorio Cerite (GATC) e sotto la supervisione della Soprintendenza Archeologia, Belle Arti e Paesaggio per l'Etruria. Parallelamente alle attività di ricerca è in corso il progetto di realizzazione del Parco Archeologico di Castrum Novum, destinato alla tutela, valorizzazione e fruizione pubblica di uno dei più importanti siti costieri dell'antico Mediterraneo vissuto tra il III secolo a.C. e il V secolo d.C.

L'attività del Polo Museale Civico e del Centro Studi Marittimi ha permesso una nuova e accurata documentazione, chiarendo la cronologia e il funzionamento degli impianti, oltre alla gestione della città per oltre otto secoli, dal III secolo a.C. fino al V-VI secolo d.C. Castrum Novum rappresenta così uno dei più antichi e vasti complessi di peschiere del Mediterraneo romano, simbolo della straordinaria capacità tecnica, economica e organizzativa della colonia e dell'integrazione tra città, mare e territorio, offrendo un'eccezionale testimonianza della vita, del lavoro e della cultura sulla costa tirrenica nell'antichità.

Gianluca Carletti

Gruppo Archeologico del Territorio Cerite




**AMPIA
SCELTA
DI VINI**


**SPECIALITÀ
TIPICHE
CARNE
E PESCE**

**ORDINAZIONI
DA ASPORTO**



CERVETERI
VIA FURBARA SASSO 83

 **06 99326148**

 **Trattoria Casale Maremma**



UNA POLTRONA X2

Rubrica teatrale a cura di Mara Fux



CANI E GATTI

Al Teatro Prati di Roma è in scena un classico indiscusso del repertorio partenopeo, la commedia in tre atti di Eduardo Scarpetta "Cani e gatti" autentica macchina per ridere che, a distanza di oltre un secolo dal primo allestimento scenico, risulta sorprendentemente attuale. Il fresco matrimonio di Ninetta e Ciccillo, turbato dall'eccessiva gelosia di lei, che logora senza tregua il rapporto creando in casa un'atmosfera di continua tensione, è il punto di partenza per una trama costellata di numerosissimi personaggi che nel 1970 la sapiente regia di Eduardo De Filippo ridusse portando a due soli atti la messinscena. Fabio Gravina, qui interprete oltre che regista, rielabora il copione per dimostrare tra gag e battute come un'incessante litigiosità mini alle fondamenta le basi della vita di coppia e in un momento come quello che viviamo, nel quale il principio del matrimonio è in crisi, rappresenta con umorismo ed ironia come due anziani coniugi siano costretti, loro malgrado, a fingersi in chiossa lite per mostrare alla figlia, da poco sposata e sempre in conflitto col marito, quanto sia dannoso e pericoloso litigare per eccessiva gelosia. Sul palco con Gravina si muovono, nella scenografia di Francesco De Summa, Corrado Taranto, Marina Vitolo, Irma Ciaramella, Sara Scotto Di Luzio, Eduardo Ricciardelli, Rocco Tedeschi, Luca Guardillo e Sara Guardascione. Lo spettacolo proseguirà fino al 19 aprile con repliche serali alle ore 21,00 dal martedì al sabato oppure pomeridiane alle 17,00 di sabato e domenica.

Teatro Prati, via degli Scipioni 98, Roma - Tel. 06 39740503



LETTERE A BERNINI

Marco Cacciola è in scena per pochissimi giorni al Teatro Vascello di Roma con "Lettere a Bernini" originalissima drammaturgia firmata e diretta da Marco Martinelli ed Ermanna Montanari che prendendo spunto dalla ben nota rivalità artistica tra Gian Lorenzo Bernini e Francesco Borromini, esamina attraverso una trama decisamente interessante chi possa comprendere davvero la grandezza di un artista se non il suo più alto rivale. La trama si svolge il 3 agosto del 1667 nel laboratorio del Bernini, massima autorità del Barocco romano, infuriato con l'intagliatrice di lapislazzuli Francesca Bresciani la quale l'accusa, di fronte ai cardinali, di non pagarle il giusto prezzo per il suo lavoro all'interno della Fabbrica di San Pietro. La lite si trascina tirando in ballo il nome di Borromini quale esempio di alta presunzione, salvo poi riabilitarne grandezza artistica e levatura delle opere all'arrivo della notizia del suicidio inaspettato causato dalla forte depressione. Travolto da sincera "pietas" il Bernini considererà con nuova luce l'opera del collega. Attraverso una drammaturgia in cui la voce monologante dell'attore e quella di Bernini si rincorrono e sovrappongono, Martinelli ci mostra un '600 sospeso tra il secolo della Scienza nuova e l'attuale imbarbarimento, sempre più incombente. Lo spettacolo andrà in scena venerdì 27 alle ore 21,00, sabato 28 alle ore 19,00 e domenica 29 marzo alle ore 17,00.

**Teatro Vascello, Via Giacinto Carini 78, Roma
Tel 06 5881021 - 06 5898031**



TEATRO

PNEUS CAR di Giacobbe

CENTRO REVISIONI **e** AUTOFFICINA



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

ALCUNI DEI NOSTRI SERVIZI

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

CONTATTI

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

L'OROSCOPO

che punge ma non fa male

Settimana dal 27 marzo al 2 aprile

21 marzo - 19 aprile

ARIETE



Siete i protagonisti assoluti con il Sole nel vostro segno. La determinazione è ai massimi livelli e vi sentite pronti a riprendere in mano progetti lasciati in sospeso.

23 settembre - 22 ottobre

BILANCIA



Siete sommersi da stimoli e nuovi progetti. La vostra mente corre veloce, lasciando poco spazio ai sentimenti ma portando ottimi risultati professionali.

Brillate per entusiasmo e sicurezza personale. La passione è alle stelle e vi permette di affrontare ogni sfida con grinta. Attenzione alla salute delle ossa.



TORO

20 aprile - 20 maggio

23 ottobre - 21 novembre

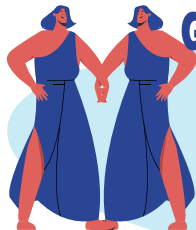
SCORPIONE

Sarete molto presi dagli impegni quotidiani e dai doveri, cercando di sbrigare tutto con estrema efficienza, qualche difficoltà nel prendere decisioni.



21 maggio - 20 giugno

GEMELLI



Instancabili e passionali, potreste mancare di un po' di tatto nelle comunicazioni, ma il vostro spirito avventuriero vi rende amanti perfetti.

22 novembre - 21 dicembre

SAGITTARIO

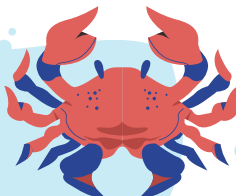


State vivendo un momento di grande pienezza emotiva e passione. Avete fatto scorta di amore e ora vi godete i frutti della vostra sensibilità.

21 giugno - 22 luglio

CANCRO

State ritrovando le forze dopo un periodo incerto. Anche se l'espressione delle idee rimane complessa, la situazione evolve in meglio sia nel lavoro che in amore.



22 dicembre - 19 gennaio

CAPRICORNO

Potreste sentirvi sospettosi o cauti, ma l'universo vi sostiene. La chiarezza nei pensieri tornerà grazie a Mercurio, permettendovi di risolvere vecchi malintesi.



20 gennaio - 19 febbraio

ACQUARIO

Molto concentrati sull'amore e sulle relazioni, siete capaci di superare qualsiasi ostacolo emotivo grazie a una ritrovata chiarezza comunicativa.



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.



LEONE

23 luglio - 23 agosto

La settimana potrebbe iniziare con qualche tensione; il consiglio è di cercare la calma ed evitare reazioni eccessive. Domenica la Luna Nuova aiuterà a stemperare gli animi.

24 agosto - 22 settembre

VERGINE

Siete concentrati sulla praticità e meno sui sentimenti, un atteggiamento che paradossalmente vi rende molto affascinanti e sicuri agli occhi degli altri.



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

INSUFFICIENZA RENALE CRONICA

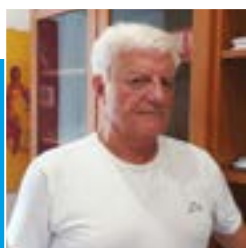


L'insufficienza renale cronica (IRC) è dovuta alla perdita progressiva, irreversibile della funzione renale. Nella medicina di base essenziale sono gli esami ematochimici: azotemia, creatininemia, clearance della creatinina, elettroliti (sodio, potassio, fosforo, calcio), emocromo completo. Si va dalla normalità (**Stadio 1** con valori di filtrazione glomerulare, VFG, superiori a 90 ml/min/1,73 m²) alla lieve riduzione moderata (**Stadio 2**, VFG compreso tra 89-60), alla riduzione moderata (**Stadio 3**, VFG 59-30), alla grave riduzione della funzione renale (**Stadio 4**, VFG 29-15) fino all'insufficienza renale terminale (**Stadio 5**, VFG inferiore a 15).

Quali sono le cause di questa grave condizione patologica? Solo il 10% è dovuto a nefropatie ereditarie. Nella stragrande maggioranza dei casi è dovuta al **diabete mellito** (nefropatia diabetica)

e **all'ipertensione arteriosa** (nefrosclerosi ipertensiva) entrambi fuori controllo terapeutico.

Da non sottovalutare le glomerulonefriti, il rene policistico, la nefrite interstiziale (compreso la nefropatia da analgesici, le pielonefriti. La malattia renale terminale (Stadio 5) la si riscontra tra il 15 ed il 20% dei pazienti affetti da IRC. Non vi sono farmaci efficaci veramente la progressiva, cronica perdita di nefroni urinari. Ci si avvale di uno **schema dietetico** (una volta veniva chiamata "dieta Monastero") "generico" al fine di rallentare l'evoluzione del processo degenerativo. Almeno fino a quando il valore della clearance della creatinina risulti inferiore ai 15-10 ml/min. In questo **severo 5 stadio** (insufficienza renale terminale) con compromissione di tutto l'organismo (apparato cardiovascolare, emopoietico, gastroenterico,



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.*

respiratorio, endocrino, sistema nervoso) ossia multisistemico si ricorre alla **terapia sostitutiva con la dialisi o trapianto renale**. La dieta, assieme al controllo dei valori pressori, glicemia, deve evitare di arrivare allo Stadio 4 in cui è molto alta la ritenzione azotata e sono presenti alterazioni metaboliche.

Quali sono i consigli dietetici utili? Non si può mangiare tutto quello che si vuole (dieta libera). Basilare è la riduzione **dell'apporto proteico** (carne, insaccati, uova, pesce, latte, uova etc) o 0,7 - 0,8 gr pro Kg/die. E' consigliato l'uso della soia (proteine ad alto valore biologico). E' altrettanto importante un apporto calorico ridotto fino al raggiungimento (e soprattutto mantenimento) del peso ideale. **I carboidrati** (pane, pasta, pizza etc.) dovrebbero costituire ben il 60% di calorie totale (un po' meno nei diabetici). **Lipidi** (grassi totali) il 25-28% delle calorie totali, prediligendo quelli monoinsaturi e poliinsaturi rispetto ai grassi saturi. **Il colesterolo totale** andrebbe ridotto a 50-100 mg al giorno. Il sodio dovrebbe essere molto basso, compreso tra gli 800 - 900 mg/die. E' consigliata l'assunzione di **fibre vegetali** tra i 30-40 gr/die (Schema dietetico di Gugliucci 2021. Dal Sintomo alla Terapia Medica). **La correzione degli squilibri idro-elettrici**(1 e 2 Stadio, poliuria; 3 Stadio oliguria con ritenzione idrica ed iposodiemia; 4 Stadio marcata oliguria e iposodiemia, iperkaliemia, ipocalcemia, iperfosforemia) è di stretta competenza specialistica . **L'anemia**, normocromica - normocitica, compare quando la creatininemia ematica è tra i 2-4 mg/die. E' dovuta alla diminuzione di eritropoietina ed allo mieloinibizione da tossine uremiche. **L'ipertensione arteriosa** rappresenta una complicanza importante nella maggior parte dei casi di IRC. Necessità di un trattamento adeguato al fine di ridurre il rischio di ictus e di cercare di rallentare la progressione della malattia renale. Nei pazienti con nefropatia diabetica e in coloro senza diabete ma con proteinuria importante (superiore a 1gr/die) gli Ace-inibitori hanno una certa efficacia. Poi il sovraccarico di volume renale rende necessario l'impiego di "diuretici dell'ansa (tipo furosemide) GFR 30 ml/min cui si associano i Beta-bloccanti in caso di mancata risposta. **L'anemia** può essere corretta con la somministrazione di eritropoietina umana ricombinante (iniezione sottocute 1-2 volte a settimana). L'iperfosforemia e l'iperkalemia, oltre alla dieta, necessitano di un trattamento specifico. **Il diabete mellito** vanta un ruolo pari a quello dell'ipertensione arteriosa e alla restrizione dietetica nella velocità di progressione dell'insufficienza renale.

CONVENZIONATO
ASL



CENTRO ORTOPEDICO
Vitaliti



SERVIZI

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

CERVETERI

Via Piave, 11/B

353.4526976

www.ortopediavitaliti.com



IL RITRATTO DI RHUS TOXICODENDRON



Rhus Toxicodendron è il sommacco velenoso, un arbusto della famiglia **Anacardiacee** con fiori bianco – verdastri e drupe irsute come frutti. E' la disperazione dei giardinieri perché provoca dermatiti vescicolose. La parte esterna della drupa è membranosa ma lunga, ruvida e ispida con folta peluria. Sommacco è il nome volgare della Rhus coriaria, un arbusto mediterraneo alto 3 o 4 metri che nasce spontaneo nelle zone di alta collina e di bassa montagna. Ha foglie vellutate, di colore verde pallido d'estate e rossoscuro in autunno, i fiori, unisessuali o ermafroditi, sono raccolti in grappoli bianco – verdastri.

Il **Rhus Toxicodendron**, (come la pernicifera, la succedanea etc) **causano dermatiti per la presenza di un glucoside nelle foglie , nel fusto, nei rami.** A differenza degli altri Rhus (coriaria, typhina, copalina, aromatica, lucida) il Toxicodendron non si presta a utilizzazioni industriali, per la presenza di tannini o per i frutti

ricchi di grassi (la succedanea da vita alla cera del Giappone). **Se non serve a niente ed è dannoso qual è il vero volto del Rhus Toxicodendron? Come sovente accade è l'Omeopatia che, alla stregua di una metamorfosi ovidiana, incarna un essere umano dalle caratteristiche ben definite.** Solo con la diluizione e dinamizzazione hanemaniana si sono scoperti i suoi segreti: il mentale e le patologie fisiche.

Che cosa lo aggrava? La fatica muscolare quando è molto prolungata. Il freddo umido specie in soggetti che, soprariscaldati, dall'esercizio fisico, stanno sudando. Malattie infettive con stato reattivo adinamico con dolori "reumatici" sensibili al freddo umido. **La più importante "nota chiave" del rimedio consiste nella grande agitazione con oppressione che porta il paziente a muoversi per ottenere un miglioramento dei dolori osteoarticolari.** Il movimento all'inizio provoca dolori ma successivamente, nell'arco



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.

della giornata, è in grado di ridurre sensibilmente la sintomatologia algica. Cefalea, dopo assunzione di birra, migliorata dal movimento solo nei pazienti che soffrono di dolori osteoarticolari. Disfonia al mattino che migliora durante il giorno, con il parlare. Triangolo rosso sulla punta della lingua (durante le malattie infettive).

Dermatosi vescicolare, in paziente agitato, con prurito, bruciore, arrossamento e sensazione come “aghi che pungono”. In **Apis** i dolori ossei sono associati a sensazione di trafitture brucianti (aghi caldi) ed idrartro (come nelle distorsioni della caviglia) con manifestazioni cutanee pruriginose con le stesse caratteristiche. Apis è il veleno che sta nel pungiglione dell’ape. E’ un prodotto del mondo animale non vegetale come R. Tox. Il mentale, ossia la sua psiche, del Sommacco velenoso è caratterizzato da un’agitazione costante, giorno e notte con bisogno impellente di cambiare posizione. Nelle malattie infettive presenta un delirio interiore, calmo, senza escandescenze, con borbottii continui. Di notte sta sempre peggio per i **suoi dolori osteoarticolari** che lo costringono a cambiare continuamente posizione nel letto. **Tutto il contrario di Bryonia, che migliora sempre con il riposo notturno, con l’immobilità assoluta, con la pressione della parte dolente e peggiora con il movimento.** Le malattie organiche che trovano beneficio dal rimedio sono l’artrosi degenerativa cronica e gli eczemi vescicolari pruriginosi. Herpes simplex e Zoster (solo nei primi giorni). Orticaria. A differenza di Apis i pazienti Rhus t. non sembrano avere una diatesi allergica. Le modalità reattive del rimedio? Aggrava con il tempo umido e piovoso, di notte. Migliora con il movimento (non ai primi movimenti) progressivo. Man mano che si muove e cammina durante la giornata i dolori osteoarticolari ne beneficiano. Migliora anche con il caldo secco, i massaggi e la frizione delle parti dolorose. Bryonia solo con la pressione forte delle mani. **In conclusione possiamo asserire che il Sommacco velenoso è, allo stato vegetale puro, particolarmente irritante per l’epidermide. In diluizione e dinamizzazione omeopatiche è in grado di guarire le stesse dermatosi vescicolari, quelle che provoca di norma.** Poi è un grande rimedio per l’apparato osteoarticolare con caratteristiche del tutto opposte a quelle di Bryonia. N.B. Come sempre in Omeopatia le alti diluizioni (200 CH) vanno prescritte quando il quadro clinico (specie mentale) è completo. E’ la dose che fa il veleno (Paracelso). Nel sistema ponderale. Quello stesso veleno che nel sistema infinitesimale omeopatico ci offre il ritratto psicofisico di uno specifico essere umano. In Natura i tre mondi (umano – animale; vegetale; minerale) sono strettamente connessi tra loro.



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



LA PREVENZIONE NASCE DALLO STILE DI VITA

ALIMENTAZIONE, MOVIMENTO ED EQUILIBRIO EMOTIVO: PRENDERSI CURA DEL PROPRIO "TERRENO" PER SOSTENERE LA SALUTE

Negli ultimi tempi si parla molto del concetto di prevenzione, inteso come una serie di esami e analisi mediche da fare per indagare il nostro stato di salute, se il corpo sta manifestando l'inizio di una patologia o di un disturbo. Spesso ci facciamo letteralmente rigirare come delle trottole, con l'idea di poter tirare un sospiro di sollievo: anche quest'anno è andata bene. Ma solo fino al prossimo anno, dove ci saranno nuovi esami o test diagnostici da sostenere. Ma siamo sicuri che la prevenzione sia solo questo? Non sarebbe meglio vivere nella certezza di essere in salute, occupandosi al meglio di noi stessi e del nostro benessere a 360 gradi, senza delegare tutto all'esterno? Secondo la Naturopatia, l'essere umano non è un insieme di tanti pezzi messi insieme, dove ognuno si occupa di una cosa come se fossimo delle macchine; bensì è un essere completo, dove ogni sua parte lavora in sinergia con tutte le altre. Per la Naturopatia il concetto di prevenzione si basa sulla cura del terreno di ciascuno di noi. Ma che cos'è il terreno di una persona? È l'insieme delle sue caratteristiche biologiche, psichiche, emozionali ed ereditarie, dove l'epigenetica (ovvero lo stile di vita e l'alimentazione) ha un impatto maggiore rispetto alla genetica (cioè alle caratteristiche che noi ereditiamo e quindi l'espressione di questi geni). In questo senso, avere una predisposizione genetica non vuol dire essere destinati ad ammalarsi di quella cosa; piuttosto significa avere la



Dr.ssa Camilla Corcione
Biologa Nutrizionista - Naturopata

possibilità e l'opportunità di scegliere con consapevolezza di occuparci della nostra salute, ponendo maggiore attenzione a quegli aspetti. Ad esempio, se in famiglia ho una certa familiarità per il diabete alimentare, è mia responsabilità occuparmi della mia alimentazione, affinché io non dia la possibilità ai miei geni di attivarsi e manifestare la malattia. Tralasciando il fatto che anche a cinquant'anni il diabete alimentare, a mio parere, è una patologia del tutto reversibile se iniziassimo ad occuparci del nostro stile di vita e della nostra alimentazione, io potrei anche non svilupparlo proprio se iniziassi una vera prevenzione anni prima. Che cosa si intende per prevenzione secondo la Naturopatia? Si intende occuparsi con responsabilità e cura della propria alimentazione: mangiare secondo natura, scegliere cibi semplici, non industriali e non confezionati, mangiare di stagione, possibilmente locale e biologico, mantenere un buon stato di idratazione, fare movimento o attività fisica in base alle proprie esigenze e ai propri gusti. Ricordatevi sempre che anche l'attività fisica può essere un piacere. È bene muoversi facendo le cose che più ci piacciono. Il corpo è fatto per muoversi, e dove si muove l'energia scorre la vita. Dove invece c'è ristagno si andranno necessariamente a creare degli squilibri che precedono la comparsa delle patologie. Oltre a questi aspetti più pratici, bisogna occuparsi anche del nostro terreno psichico, quindi della parte emozionale, evitando o risolvendo conflitti in famiglia e nelle relazioni e cercando di essere il più possibile felici nelle attività che svolgiamo. Se una condizione ci crea disagio o infelicità, il corpo ne risentirà sicuramente ed è nostra responsabilità cambiare quella situazione. Con questo non vi sto invitando a rinunciare agli esami diagnostici; significa semplicemente che, quando un esame risulta positivo, la patologia è spesso presente da molto tempo. Il disequilibrio dell'organismo si manifesta molto prima della comparsa della malattia a livello dell'organo. Quindi, in concomitanza con tutti gli esami e le analisi che ritenete necessarie, vi invito ad occuparvi veramente del vostro stile di vita e della vostra alimentazione e ricordate: ciò che fate ogni giorno, in dosi omeopatiche, può essere la chiave per il vostro benessere.



NUOVA SEDE

**CERENOVA
LARGO TUSCOLO,1
(ACCANTO AL TIGRE)**

**SIAMO APERTI
— ANCHE LA —
DOMENICA
POMERIGGIO!**

Dalle 15:30 alle 19:00

06 6401 4671

benessere

UN MONDO MIGLIORE? DIPENDE DA NOI



Tutti, almeno a parole, desideriamo un mondo migliore. Una città più pulita, più giusta, più vivibile. Lo diciamo nelle conversazioni quotidiane, lo scriviamo sui social, lo pretendiamo dalle istituzioni. Eppure, quando si tratta di tradurre queste aspirazioni in comportamenti concreti, l'impegno spesso si affievolisce. Il cambiamento, quello vero, non può essere delegato: parte inevitabilmente da ciascuno di noi.

La solidarietà, ad esempio, è un valore che tutti riconosciamo come fondamentale. Ma quanto siamo davvero disposti a praticarla? Non servono gesti eclatanti: basta poco, come dedicare tempo a chi è in difficoltà, sostenere le realtà del territorio, partecipare attivamente alla vita della comunità. Una città cresce quando i suoi cittadini smettono di essere semplici spettatori e diventano protagonisti.

Lo stesso vale per la partecipazione. Lamentarsi del degrado o dei servizi che non funzionano è facile; più difficile è prendere parte alle iniziative, informarsi, contribuire con idee e presenza. La partecipazione è il cuore della democrazia, ma richiede responsabilità e costanza. Senza

SALUTE E BENESSERE



Alfonso Lustrino
Fisioterapista
Educatore alimentare

Socio del negozio
"BEN DI BIO"
Prodotti biologici e articoli ecologici
Via Ancona, 170 - Ladispoli

il coinvolgimento diretto dei cittadini, ogni progetto di miglioramento rischia di restare incompiuto.

Tra gli aspetti più urgenti c'è poi il rispetto dell'ambiente. Viviamo in un'epoca in cui le conseguenze dell'inquinamento e dello sfruttamento indiscriminato delle risorse sono sotto gli occhi di tutti. Eppure, anche qui, le buone intenzioni spesso non si traducono in azioni quotidiane. Gettare un rifiuto a terra, sprecare acqua, usare l'auto per ogni piccolo spostamento: sono comportamenti apparentemente insignificanti, ma che, sommati, hanno un impatto enorme. Prendersi cura dell'ambiente significa modificare le proprie abitudini, scegliere soluzioni più sostenibili, pensare al bene collettivo prima che alla comodità personale.

Un altro pilastro fondamentale è la legalità. Il rispetto delle regole non dovrebbe essere vissuto come un'imposizione, ma come una forma di tutela reciproca. Piccole infrazioni quotidiane, spesso giustificate con superficialità, contribuiscono invece a creare un clima di disordine e ingiustizia. Essere cittadini responsabili significa anche questo: fare la propria parte, sempre, anche quando nessuno guarda.

Infine, c'è il tema della spesa consapevole. Ogni acquisto è una scelta che ha conseguenze non solo sulla nostra salute, ma anche sull'ambiente e sui diritti dei lavoratori. Privilegiare prodotti biologici, locali, stagionali, realizzati nel rispetto delle persone e dell'ecosistema significa contribuire a un'economia più equa e sostenibile. Spendere meno, ma meglio, è una forma concreta di responsabilità.

La verità è che non possiamo continuare ad aspettare che siano sempre gli altri a cambiare le cose. Il mondo che desideriamo costruire dipende dalle nostre azioni quotidiane. Serve più coerenza tra ciò che diciamo e ciò che facciamo, più attenzione agli altri, più rispetto per ciò che ci circonda.

Per cambiare il mondo, dobbiamo cambiare prima di tutto noi stessi. Nelle piccole scelte di ogni giorno, nei gesti più semplici, si nasconde la possibilità di fare la differenza. Essere più altruisti, più consapevoli, più responsabili: è da qui che può nascere, davvero, una città — e un futuro — migliori.

naturasi
BEN DI BIO



ALIMENTI FRESCHI E CONFEZIONATI



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



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



➤ **FITOTERAPIA,
INTEGRATORI
OLI ESSENZIALI**

➤ **INCENSI E LAMPADE DI SALE**

www.bendibio.it



BEN DI BIO



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

BUONI O CATTIVI?



Mi permetto, come ho fatto già in passato, di prendere a prestito il titolo di una nota canzone, in questo caso di Vasco Rossi, per introdurre un tema che mi sta molto a cuore: *l'uscire dalla logica binaria e dicotomica del "buono/cattivo", "giusto/sbagliato"... del ragionare per opposti, per fazioni, per tifoserie, così tipico della nostra cultura Occidentale e così estraneo ad altre culture, come ad esempio a quella Orientale. Ciò acquista molto valore in psicologia perché è direttamente connesso con tanta parte del senso di colpa che proviamo nella vita. Che gli esseri umani provino e conoscano il senso di colpa è cosa molto buona in realtà, infatti il non provare mai vergogna e colpa per le proprie azioni è tipico della sociopatia (o psicopatia) che è uno dei disturbi mentali più gravi e più difficilmente trattabili. Tuttavia se avere la capacità di provare senso di colpa è adattivo ed anche utile, il provarlo in misura esagerata è fonte di problemi relazionali e disagio psicologico. Motivo per cui ritengo utile parlare di questo tema. Vorrei spiegarlo meglio attraverso la narrazione di un breve racconto: "c'era una volta una rana che doveva attraversare un fiume con molta corrente. Essendo sempre vissuta in uno stagno la rana aveva paura di non potercela fare ad attraversare questo fiume e temeva che la corrente l'avrebbe portata via. Per questo motivo saltellava su e giù sulla riva del fiume cercando di pensare ad una soluzione; fino a che passò di lì uno scorpione che doveva anche lui andare dall'altra parte del fiume. A questo punto la rana chiese allo scorpione se la potesse aiutare e lui si prestò volentieri dicendole: "certamente,*

sali pure sulla mia schiena, ti porto io, per me non è difficile vincere questa corrente". E così la rana fiduciosa saltò sulla schiena dello scorpione ed insieme attraversarono il fiume. Una volta giunti dall'altra parte del fiume lo scorpione però punse la rana e questa stupita disse allo scorpione: "perché mi hai punta? Non ti ho fatto niente..." e lo scorpione dispiaciuto le disse: "scusami, mi dispiace tanto, ma è nella mia natura pungere". Ogni storia come questa ha una sua morale (e spesso anche più di una), in questo caso io ne ho parlato perché sono convinto che ognuno di noi abbia in sé sia la rana che lo scorpione. Accettare di avere in sé la rana è facile, lei è "la buona" della storia, la vittima, ma accettare di avere in sé "il cattivo", il traditore, il potenziale assassino scorpione non è affatto facile. Eppure riuscirci è un importante traguardo di ogni psicoterapia, perché questa consapevolezza ti fa sentire libero, umanamente imperfetto; ma non giudicarsi per questo quando sei vissuto per una vita con il giudizio addosso è faticoso e richiede tempo, impegno e pazienza. Uscire dalla logica del buono-cattivo richiede di disapprendere ciò che ci hanno insegnato fin da piccoli ed apprendere a vivere fuori dalla logica del giudizio, ma se ci si riesce si vive molto meglio. Si può accettare e tollerare di essere potenzialmente a volte cinici, avidi, egoisti, infimi e altre volte invece degli individui teneri, amorevoli, gentili, rispettosi. Queste due parti coesistono in noi, ma sta a noi – e questo è il vero, grande potere che abbiamo - decidere a quale dare ascolto, a quale dare credito, a quale dare ... "da mangiare".



Dottor **Riccardo Coco**
Psicologo - Psicoterapeuta

Psicoterapie individuali,
di coppia e familiari

RICEVE PER APPUNTAMENTO

Cell. 3384970924

Studio professionale:

Via Palermo 123, Ladispoli

www.riccardococo.net



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**



PER QUEL FIBROMA OGNI CICLO È UN PROBLEMA...



I fibromiomi uterini, o fibromi, colpiscono il tessuto muscolare dell'utero, soprattutto nella donna in età fertile. Sono silenziosi quando sono piccoli o esterni all'utero ma possono causare sintomi in circa il 30-50% delle donne. Nel tempo crescono di dimensioni, in particolare tra i quaranta e i cinquant'anni. In Italia, circa tre milioni di donne in età fertile ne sono affette. Dopo la menopausa tendono a regredire, se la donna non effettua alcuna terapia ormonale sostitutiva. Spesso l'approccio risolutivo è chirurgico, possibilità che fortunatamente non viene considerata in prima battuta. Nel frattempo i fibromi, anche se piccoli, possono causare emorragie importanti, determinando anemia da carenza di ferro, difficoltà di concentrazione, depressione, stanchezza. In questa fase la medicina utilizza farmaci che inibiscono l'ovulazione, come la spirale intrauterina o l'uso di contraccettivi orali e progestinici.

Nonostante le varie terapie il ciclo rimane comunque un momento "difficile", per le abbondanti perdite ematiche. In questo ambito, in supporto alle terapie convenzionali sarà di grande supporto la medicina omeopatica. Utilizzeremo durante il mese THUYA OCCIDENTALIS 30 ch granuli, tre granuli al risveglio e tre granuli prima di coricarsi. Granuli da sciogliere sotto la lingua.

Nei giorni del ciclo, fino alla fine della mestruazione, useremo il NATRUM MURIATICUM NATRONATUM 30 ch. Tre granuli al risveglio, a metà mattina, a metà pomeriggio e prima di coricarsi. Faremo un primo ciclo di sei mesi per poi monitorare i risultati ottenuti strumentalmente. La Thuya occidentalis, che avremo usato, avrà svolto un'azione di contenimento e di riduzione del volume del fibroma mentre l'Aurum metallicum natronatum svolgerà una preziosa attività antiemorragica.

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

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