

L'Ortica SETTIMANALE



Anno XXII n°10 - 2019

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

DONNA MODERNA

Da Miss Italia
ad attrice di successo,
Anna Valle
ci racconta,
in occasione della
Giornata Internazionale
della Donna,
la sua sfavillante carriera
ed il suo profondo
legame col nostro territorio

Settimanale indipendente di cronaca, attualità, politica, sport - Fondato da Filippo Di Lorenzo - ANNO 22 - 08/03/2019



un nome, una garanzia

Superal

2000

COSTRUISCE
LE FINESTRE
IN PVC
A PREZZI DI FABBRICA



FABBRICA
PORTE IN VETRO
MODELLO
TODOCRISTAL



NUOVO
SHOWROOM
400 MQ
AL PIANO SUPERIORE
CON ASCENSORE

PERGOTENDE - PERGOLE - TENDE - FRANGISOLE



S.O.S.

PRONTO INTERVENTO

Apertura porte blindate e sostituzione immediata della serratura
APERTURE FORZATE con Ufficiale Giudiziario
Attrezzato per aprire qualsiasi tipo di serratura

ZONA ARTIGIANALE VIA DON LORENZO MILANI 3

TEL. 06 99 22 03 34 - CELL. 339 69 12 444

WWW.SUPERALL2000.IT



LADISPOLI - ZONA CLAUDIA
PIANO TERRA - in complesso residenziale con piscina, campo da tennis e servizio di portierato, composto da ampio ingresso con ripostiglio, salone, cucina abitabile, camera da letto matrimoniale e bagno. Ampio giardino angolare con cancello per posto auto. Cl. En. G.
Cod. 66L/17T € 140.000,00



LADISPOLI - CENTRALISSIMO
ATTICO PANORAMICO
Ristrutturato ed arredato, composto da salone doppio, cucina abitabile, due camere matrimoniali, doppi servizi, uno con doccia ed uno con vasca, terrazzo perimetrale con ampia vista aperta verso il mare, solarium. Possibilità di box fuori terra con viale privato. Cl. En. G.
Cod. 74L/17AT
Trattative Riservate



LADISPOLI - CENTRALE
ADIACENTE MARE PANORAMICO
App. in vendita, a pochissima distanza dal mare. In buone condizioni, al sesto piano con ascensore, assottissimo e con vista panoramica mare e monti. È composto da ampio ingresso, salone, cucina, camera matrimoniale, bagno, balcone al livello e solarium di proprietà. La metratura permette di ricavare una seconda camera.
Cod. 72L/17A
€ 110.000,00 Trattabili



LADISPOLI - CENTRALE
PANORAMICO - ATTICO
ristrutturato composto da ingresso, soggiorno con angolo cottura, camera, cameretta, bagno, ripostiglio, terrazzo a livello con tende da sole già montate. Termoautonomo, finestre in alluminio, porte interne sostituite. Panoramica molto bella verso il mare e verso i monti. Cl. En. G.
Cod. 48L/18AT € 155.000,00



LADISPOLI - CENTRALISSIMO
Appartamento indipendente in villa con corte esclusiva e posto auto al piano terra e al primo piano: ingresso su terrazzo, soggiorno con caminetto ed angolo cottura, due camere matrimoniali alte 4 mt. e bagno con doccia. Nessun vincolo condominiale. Termoautonomo. Cl. En. G.
Cod. 48L/17A € 165.000,00



LADISPOLI - CENTRALE
VISTA MARE - Appartamento al secondo piano con ascensore, in zona fornita di servizi e negozi, composto da ampio ingresso con armadio a muro, salone, cucina, due camere, bagno, ampio balcone angolare che si allarga a terrazzo con BBQ e tende da sole. Termoautonomo. Posto auto. Classe energetica G.
Cod. 60L/18A € 145.000,00



LADISPOLI - ZONA CENTRALE
ATTICO semi ristrutturato, con vista PANORAMICA, vicino a tutti i servizi, stazione raggiungibile a piedi; l'attico è composto da ingresso e cucina a vista, due camere, bagno, terrazzo a livello, con tende da sole. Vista aperta, assolato, ben esposto. Cl. En. G.
Cod. 41L/18AT
€ 150.000,00 Trattabili



CAMPO DI MARE
Appartamento al piano terra NUOVA COSTRUZIONE. PRONTA CONSEGNA, a poca distanza dal mare, composto da soggiorno con angolo cottura, camera, bagno, ampio giardino angolare, esposto a sud. Ingresso indipendente. Predisposizione per riscaldamento autonomo. Cantina di proprietà. Cl. En. in corso di valutazione.
Cod. 56C/18T
€ 149.000,00 Trattabili



LADISPOLI - DOMITILLA
A POCA DISTANZA DAL MARE - Villa a schiera su tre livelli fuori terra. P.z. salotto con cucina a vista, bagno, corte anteriore di ingresso, terrazzo a livello fuori la cucina, corte posteriore di proprietà esclusiva. 1P: due camere da letto regolari, bagno con vasca terrazzo e balcone. 2P: unica grande camera mansardata e bagno con doccia, armadiature a muro, ampio ripostiglio sottotetto e balcone. Completa la proprietà un box al piano seminterrato. Cl. En. G.
Cod. 59L/18V
€ 195.000,00 Trattabili



LADISPOLI - ZONA CLAUDIA
RIFINITA PORZIONE VILLINO BILIVELLI con ampio spazio esterno e possibilità di parcheggio per due auto, composto al piano terra da giardino angolare con doppio accesso, ampio patio in legno, soggiorno, cucinotto, bagno. Al piano superiore camera matrimoniale, seconda camera comoda, bagno e grande veranda a vetri angolare, completamente e finemente ristrutturata, termo autonoma, impianto fotovoltaico, allarme. Cl. En. in corso di verifica.
Cod. 34L/18V
€ 200.000,00 Trattabili

ESPERIENZA E SERIETÀ AL VOSTRO SERVIZIO

Molte altre proposte immobiliari su www.immobiliaredonini.it

Valutazioni gratuite dell'immobile anche su Roma | Assistenza fino alla stipula notarile | Assistenza legale e notarile

Ladispoli - viale Italia, 33 - 06 9946940 - 06 9946954 - info@immobiliaredonini.it

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

Direttore editoriale: Cristiano Cimarelli
Direttore responsabile: Gianni Palmieri
Vice direttore: Felicia Caggianelli
Editor: Miriam Alborghetti

Responsabile scientifico:
Aldo Ercoli

Collaboratori:
Flavio Enei, Dario Gaggiottino,
Giovanni Zucconi, Barbara Civinini,
Paola Stefanucci, Emiliano Foglia,
Angelo Alfani, Antonio Calicchio.

Marketing:
Luciano Delollis
Vito Michelangelo Lius

Fotografi e collaboratori
Paolo Gennari, Claudia Cavallo,
Biagio Tamarazzo, Vincenzo Quondam,
Andrea Fenili, Alessia Moricci,
Massimiliano Magro, Marco Tanfi

Grafica e Stampa:
Universo Editoriale

Redazione
Piazza Risorgimento, 4
Cerveteri
Tel. 06 99 41 736

direttore@orticaweb.it
info@orticaweb.it
www.orticaweb.it



Colpiamo gli stolti nel portafoglio



Statue sacre distrutte, mura del Belvedere imbrattate, luoghi pubblici come piazza Gramsci danneggiati. Non è un bollettino di guerra, bensì la cronaca recentissima degli atti di teppismo commessi a Ladispoli e Cerveteri da bande di stolti che non sanno come passare il tempo. Una escalation di raid vandalici che confermano ancora una volta come fasce della popolazione giovanile siano pervase da una violenza che lascia senza parole. Qualcuno potrebbe ribadire la stantia teoria che ormai accade ovunque, una giustificazione che riteniamo obsoleta visto che migliaia di persone hanno scelto di venire ad abitare nel nostro territorio proprio per sfuggire alla crescente invivibilità e mancanza di sicurezza delle metropoli. E' una situazione quella del malessere e della stoltezza giovanile da non sottovalutare, quando si arriva a scardinare una teca della chiesa, come accaduto al Sacro Cuore di Gesù, per distruggere la statua di Cristo, rischiando anche una denuncia penale, beh significa che il giocattolo si sta rompendo anche dalle nostre parti. Così come non sono da sottovalutare i campanelli di allarme degli atti di teppismo commessi al Belvedere di Cerveteri ed in piazza Gramsci dove qualche demente ha scambiato gli arredi pubblici per lavagne dove lasciare i propri deliranti messaggi. Sinceramente non abbiamo la cura sociale al problema, però riteniamo che intensificare i controlli notturni, implementare ancora di più il numero delle telecamere di sorveglianza che permettano di identificare e denunciare gli idioti di turno siano una medicina efficace. Quando questi eroi della notte si vedranno arrivare a casa dei loro genitori le denunce e le salate richieste di risarcimento per danneggiamento, beh forse capiranno che la vita reale non è proprio un gioco dove fare i propri comodi. Del resto, gli stolti se non li tocchi sul portafoglio, difficilmente comprendono altri linguaggi.

Il Direttore
Gianni Palmieri

New Café Millenium
Viale Fregene Cerenova (Adiacente Poste)
Tel. 06 99 02 887 - 331 90 68 003

Tabaccheria CATALDI
DA OGGI È POSSIBILE GIOCARE AL **10^e LOTTO**
Vincere è un gioco.



ANNA VALLE: “MI MANCA TANTO IL MARE DI LADISPOLI”

CRESCIUTA NEL NOSTRO TERRITORIO
È DIVENTATA UNA STAR
DEL MONDO DELLO SPETTACOLO,
CI RACCONTA LA SUA SCALATA
VERSO IL SUCCESSO

di Giovanni Zucconi



6

Anna Valle è una di quelle attrici che mettono tutti d'accordo. E' quasi un'istituzione nazionale, per l'affetto e l'ammirazione che sempre ritroviamo nel giudizio di tutti quelli che la conoscono per uno dei suoi innumerevoli lavori televisivi o teatrali. Affetto è la parola giusta. Anna Valle è un'attrice molto amata dal suo pubblico. Per i suoi modi, e per la dolcezza che traspare dal suo bellissimo viso quando parla. Per il suo mostrarsi poco diva, e per il suo impegno nel sociale. La sua straordinaria bellezza è solo la dote più appariscente di questa donna che ha vissuto la sua adolescenza a Ladispoli. Pur avendo iniziato la sua carriera per caso, come ci ha raccontato in una lunga intervista che ci ha concesso, Anna Valle è un'attrice che riesce a calarsi con naturalezza nei personaggi che interpreta. Non solo nelle tante fiction che ha interpretato, "Commesse", "Le stagioni del cuore", "Atelier Fontana - Le sorelle della moda", tanto per fare pochi esempi, ma anche sulle impegnative tavole dei palcoscenici dei teatri. La miniserie sulle sorelle stiliste, trasmessa dalla RAI, ha raggiunto dei picchi di ascolto di più di 9 milioni e mezzo di spettatori, consacrandola tra le attrici più amate e seguite dagli Italiani. L'ho conosciuta personalmente qualche giorno fa, quando, anche grazie ai buoni uffici del nostro Direttore, suo amico personale da lunga data, sono riuscito a intervistarla dopo la deliziosa commedia "Cognate. Cena in famiglia", dove aveva appena finito di recitare al Teatro Traiano di Civitavecchia. Lei gentilissima e sorridente, e naturalmente bellissima, ha risposto alle mie domande seduti in platea di in un teatro praticamente deserto, mentre suo marito e i suoi amici aspettavano fuori al freddo di una piovosa serata invernale. **In genere mi capita di intervistare attori o attrici**

che fanno molto teatro. E sono naturalmente orgogliosi di farlo perché lo ritengono una forma di arte elevata, e che dà prestigio. Ma non nascondono il loro desiderio di fare anche delle fiction, perché queste ti fanno guadagnare di più, e con una sola serata ti danno più popolarità di anni di tournée. Per lei la situazione è opposta. Fa molta televisione, e ogni tanto fa delle cose molto belle in teatro. Quale è la sua motivazione simmetrica? Fa teatro perché solo così si può meglio dimostrare di essere una brava attrice?

"In realtà, la motivazione è che nel teatro ti puoi permettere di interpretare anche dei ruoli che probabilmente non ti verranno mai proposti in televisione. In teatro puoi anche scegliere un testo che ti piace. E se trovi anche chi te lo produce, e una compagnia con la quale lavori bene, diventa una grande soddisfazione. Nelle fiction, è di solito il produttore che arriva con una sceneggiatura, e ti propone un ruolo che per lui è adatto a te. Poi tu decidi se ti piace oppure no. Non sei tu che proponi un progetto e un ruolo da interpretare. In teatro funziona all'inverso. Ti innamori di un testo, e chiedi di poter fare quella parte. L'idea parte da te."

Poi c'è il pubblico in sala...

"E' vero. In teatro c'è uno scambio con il pubblico che un set, che sia cinematografico o televisivo, non ti potrà mai dare. Noi ogni sera facciamo la stessa cosa, ma ogni sera è una cosa diversa. Il pubblico risponde in ogni posto in cui andiamo in modo completamente diverso. Ma anche noi stessi siamo diversi ogni sera, perché la giornata è andata in un modo completamente diverso da quella precedente. Tu hai più o meno energia, e puoi spingere di più su certe cose. E percepisci che il pubblico risponde in un determinato modo, e quindi ogni sera ti moduli in

L'intervista

7

base a chi hai davanti. Questo straordinario rapporto con il pubblico, un set televisivo non te lo può dare." **Se lei fosse costretta a scegliere tra teatro e televisione?**

"Per un attore è bello poter fare entrambe le cose, credo. Se dovessi scegliere, sarebbe dura. Perché nel teatro ci sono delle cose che ti piacciono tantissimo, e alle quali non vorresti mai rinunciare. Ma mi piace lavorare anche su un set cinematografico, dove puoi permetterti di lavorare meglio su una scena particolarmente importante. In televisione o al cinema puoi iniziare a girare prima le scene più semplici, e poi dedicarti, insieme al regista, ad una scena particolare, e provare mille sfumature. La stessa cosa potresti farla anche in teatro, ma nelle varie serate in cui sei sul palcoscenico. Sono quindi due cose che fanno parte della stessa specie, ma sono due animali in qualche modo diversi."

Si potrebbe pensare che quando si raggiunge la popolarità, le proprie scelte artistiche siano poi fortemente influenzate dal legittimo desiderio di volere mantenere questa popolarità. E che, per esempio, tra una fiction mediocre che può garantirti molti spettatori e una pièce teatrale importante, poi alla fine si sceglie il lavoro che più ti garantisce la popolarità

"In realtà, no. Si sceglie sempre in base a quello che ti piace veramente. Si valuta soprattutto il personaggio che dovrai interpretare. Se il ruolo che ti propongono ti appassiona, non importa se la produzione è con un basso budget. Viceversa se il personaggio non ti piace, anche se avresti recitato con una compagnia teatrale importante, cerchi di non farlo."

Quindi la popolarità non è una droga...

"No, non è una droga. Per noi attori la droga è il palcoscenico o il set. Quando non siamo su un

palcoscenico o un set, questi ci mancano. Per quanto la tua vita possa essere piena di cose bellissime, ci mancano sempre."

Quindi non ci sono solo i soldi e la popolarità

"No, no. La popolarità è una cosa che viene dopo. Non vai a fare teatro o l'attore per la popolarità. Parlo per me stessa, e per gli attori che conosco. E' un'esigenza diversa che ti spinge a fare l'attore. E' una cosa che, nel momento in cui la provi, tu poi la vuoi rifare sempre. Non so. E' come quando mangi un cibo buonissimo per la prima volta. Tu lo vorresti rimangiare subito, e lo cerchi tutte le volte."

Questo è successo anche per lei? Non credo che lei avesse in programma di fare l'attrice

"No, è vero. Dopo Miss Italia ho avuto l'occasione di provare a fare l'attrice, e ho capito, anche se non lo sapevo, che questa era la passione della mia vita. Passione non solo lavorativa. L'ho capito quando l'ho provata. Non lo sapevo prima."

Lo so di non dire nulla di nuovo, dicendo che lei è bellissima. Non le chiederò se la sua avvenenza l'ha aiutata nella sua carriera, ma ai nostri lettori piacerebbe sapere se lei ha paura di invecchiare e di perdere la sua bellezza, più di una donna che non fa il suo mestiere

"Conosco tante donne che non fanno le attrici, o un lavoro che non ha che fare con l'aspetto fisico, e hanno più paura di me. Io credo che faccia parte di ogni donna la paura di invecchiare. Una volta Sandra Mondaini disse che la bellezza è un dono che prima o poi devi restituire. Non è un dono duraturo. Io sono d'accordo con lei, ma penso anche che la luce che ognuno ha dentro di noi, è un dono che non va restituito. Questa luce va al di là della bellezza esteriore. Ma anche quella va nutrita nel tempo. E secondo me la nutrono le esperienze, e gli anni che

www.orticaweb.it



passano. Poi non è che devi sempre interpretare ruoli in cui devi essere bellissima, anche se per un attore uomo probabilmente è meno complicato. Poi sì, sicuramente la bellezza è un biglietto da visita. Ma serve, a volte, solo per fare il provino o per entrare a fare parte del cast. Poi devi dimostrare quello che sai fare.”

Quando esce dal set o dal palcoscenico, le rimane attaccato il personaggio che sta recitando?

“Sì, mi rimane attaccato, soprattutto nel modo di parlare, o nell’atteggiamento del personaggio. E’ una cosa anche un po’ scherzosa, che ti viene istintivo di fare. Ma lo fai in modo scherzoso. A volte, quando fai dei personaggi molto drammatici, quella sensazione ti può rimanere anche a lungo.”

Lo trova piacevole questo prolungamento dei personaggi nella sua vita?

“Sì, a volte sì. A volte invece non vorresti che ti rimanessero addosso, perché magari quella sensazione è troppo forte e pesante. E quindi trovi il modo di mandarla via. Però è evidente che non è

che tu chiudi la porta del camerino, te ne vai, e tutto finisce lì. Hai sempre a che fare con delle emozioni, con qualcosa di molto fluido. Non è una cosa che ingabbi in un barattolo, e te ne liberi.”

Un personaggio non è solo recitare a memoria una parte...

“Naturalmente no. Poi più tu lo interpreti, e più tu diventi quel personaggio. Che poi, piano piano, con il tempo, perderai. Così come per tanto tempo hai dovuto indossare quei panni, così ci metterai un po’ a lasciare quel personaggio per qualcun’altro.”

Come tutti i nostri lettori sanno, lei ha vissuto a Ladispoli per tanto tempo. Ci torna ancora, qualche volta?

“Ci sono tornata anche oggi, perché sono stata a pranzo con il mio papà. Ho portato anche le mie amiche. Mio papà abita ancora a Ladispoli, mentre mia mamma è in Sicilia.”

Cosa le manca di più di Ladispoli?

“Sicuramente il mare. A Ladispoli non abbiamo il mare delle Maldive, però oggi ci siamo andati per

fare una passeggiata. Era tempestoso e c’era vento. Noi possediamo una casa abbastanza vicina al mare, dove abbiamo abitato per tantissimi anni. E l’idea di avere il profumo del mare così vicino, mi manca sinceramente molto.”

Ha qualche ricordo particolare di quando abitava a Ladispoli?

“Ho dei bei ricordi dell’infanzia. Io sono stata molto bene a Ladispoli.

La scuola materna, le elementari e le medie le ho fatte lì, e quindi ho meravigliosi ricordi delle amiche e degli amici di quel periodo. Ma soprattutto io ricordo il tempo vissuto a Ladispoli come il momento in cui eravamo tutti insieme.

Mio fratello era ancora con noi. Poi io e mia sorella ci siamo trasferiti in Sicilia, e lui è sì è arruolato in Marina.

Diciamo che per me Ladispoli è il ricordo della mia famiglia di origine, quando era ancora unita. Il mio ricordo dell’infanzia, è tutto fondamentalmente racchiuso in questa città.”

Un’ultima domanda. Lei si occupa molto di sociale. Pensa che qualcosa sia cambiato nell’atteggiamento degli Italiani nei confronti della solidarietà? Non crede che ci sia entrata troppa politica in questo tema così delicato? Ormai si ragiona per schieramenti, e ogni parte politica ha la sua idea di solidarietà.

“Ha ragione. Purtroppo si sta perdendo l’essenza dell’essere solidali. Per quanto mi riguarda, ovviamente no, ma a guardare bene, effettivamente c’è questa interferenza della politica. Però io dico sempre che alla fine l’importante è che si faccia qualcosa per chi ha bisogno.

Poi che si faccia da una parte, o che si faccia dall’altra, l’importante è che si faccia. Ma c’è effettivamente il rischio che non si faccia qualcosa per non correre il rischio di essere associato ad una parte politica, o per rientrare nella propria.

No, dimentichiamoci di questa cosa, perché il fine ultimo della solidarietà è un altro. Non perdiamolo di vista.”



IL NUOVO CALENDARIO DELL'ARTISTA

CARLO GRECHI

IN OCCASIONE DELLA

GIORNATA INTERNAZIONALE DELLA DONNA

VENERDÌ 8 MARZO

AULA CONSILIARE DEL GRANARONE
ORE 18.00

In questo giorno si ricordano le conquiste sociali, economiche e politiche e sia le discriminazioni e le violenze di cui le donne sono state e sono ancora oggetto in quasi tutte le parti del mondo. Anche il Comune di Cerveteri, attraverso l’Assessorato alle Politiche Culturali, insieme alla Biblioteca comunale e realtà artistiche e culturali locali, celebra tale ricorrenza.

Come tradizione, si comincia con la presentazione del Calendario della Donna realizzato dall’artista di Cerveteri Carlo Grechi. “Carlo Grechi è uno tra gli artisti più conosciuti, stimati e apprezzati della nostra città” la sua vasta produzione artistica ispirata alla figura della donna è sovente protagonista di importanti manifestazioni. Anche quest’anno, come tradizione, presenterà il calendario da lui realizzato. A far da cornice la presentazione del libro ‘Cuore Agro’, di Nina Quarenghi e le letture e le poesie recitate da Anna Mariani dell’Accademia Nazionale Santa Cecilia.

Le iniziative per la Giornata Internazionale della Donna proseguono:

Sabato 9 marzo alle ore 16.00

Convegno medico-sanitario “Endo ... che? Endometriosi impariamo a informarci per prenderci cura di noi stesse”

promosso da A.P.E. Onlus – Associazione Progetto Endometriosi.

Domenica 10 marzo alle ore 17.00

Presentazione del libro sul tema del femminicidio ‘Vite Interrotte’, di Sandro Serafini.

Martedì 12 marzo alle ore 17.00

Incontro – dibattito
"Uomini e Donne, Umani diversi"
promosso dall’AUSER.

L’ingresso a tutte le iniziative è libero e gratuito.

5G LE CAVIE SIAMO NOI

GLI ITALIANI COME TOPI DI LABORATORIO? IL MEETING NAZIONALE STOP 5G SI È CONCLUSO CON UNA RISOLUZIONE CHE ILLUSTRÀ I RISCHI DI UNA TECNOLOGIA MAI SPERIMENTATA IN PRECEDENZA

di Giovanni Zucconi

10

Premetto che noi tutti tifiamo per il 5G. Noi tutti non vediamo l'ora di utilizzare questa nuova tecnologia nella vita di tutti i giorni. Perché è evidente che il 5G è una tecnologia che porterà enormi benefici a tutti noi, e che sarà il motore di un progresso significativo.

Ma nessuno di noi vuole ammalarsi o morire di 5G. Perché diciamo questo? Semplicemente perché nessuno, ma proprio nessuno, conosce i rischi che correremo adottando questa tecnologia. Fino ad oggi non è stato fatto nessuno studio, né sugli animali né sugli uomini, per valutare i rischi che correrà la popolazione una volta che i milioni di antenne previste solo in Italia cominceranno ad irradiare le nuove frequenze. Curioso vero? Eppure, il nostro Governo ha già incassato 6,5 miliardi di licenze dagli operatori telefonici che si spartiranno le frequenze in Italia, dove è prevista una copertura di più del 98% su tutto il territorio nazionale. Per non parlare dei nuovi modelli di telefonini 5G, già pronti ad invadere il mercato. Tutto pronto. Peccato che tutti si sono dimenticati, Governo in primis, di pretendere, prima di partire, uno studio

preliminare degli effetti di queste nuove frequenze sull'organismo umano. Per la telefonia mobile è così da sempre. E vale solo per loro. Non è così, per esempio, per l'industria automobilistica o per quella chimica. Non è che tutti quelli che abitano in città muoiono di cancro ai polmoni, ma ci sono leggi severissime che regolano le emissioni delle polveri sottili da parte delle automobili, e i livelli di inquinamento nelle nostre città. Quando questi ultimi superano una certa soglia si ferma, per legge, tutto il traffico automobilistico per intere giornate. Le industrie chimiche o farmaceutiche, prima di immettere sul mercato un loro prodotto, spendono milioni di euro per individuare tutti i possibili rischi. Lo stesso non accade per l'industria della telefonia mobile. Questa si può permettere di immettere sul mercato una tecnologia che verrà usata, letteralmente giorno e notte, da miliardi di persone, senza uno straccio di studio sui rischi che correrà la popolazione. Questo non vuole dire che poi il 5G sarà necessariamente causa di tumori o di altre malattie nelle persone. Ma non lo possiamo escludere fino a quando uno studio ci toglierà

ogni dubbio. Ma perché abbiamo questa paranoia che il 5G possa fare male? Se non ci sono studi, su cosa basiamo questo timore? Lo basiamo su precedenti studi sulle radiazioni elettromagnetiche, e in particolari quelle generate dal vecchio, ma ancora presente, 3G. Senza entrare nei particolari, già descritti in precedenti articoli, i campi elettromagnetici, che ormai pervadono tutto il nostro ambiente, sono stati classificati dallo IARC, l'Agenzia Internazionale di Ricerca sul Cancro, come una "possibile" fonte di tumori. E' stata classificata "possibile" e non "probabile" o "certa", perché nel 2011 mancavano ancora degli studi degli effetti delle radiazioni su animali di laboratorio. Studi che sono stati recentemente conclusi da due prestigiosi istituti di ricerca, l'americano National Toxicology Program, e il nostro Istituto Ramazzini di Bologna, che hanno dimostrato "chiare evidenze di cancerogenità negli animali di laboratorio esposti a radiazioni elettromagnetiche (frequenze del 3G)". Ce ne è abbastanza per preoccuparsi, e per chiedere alle nostre Istituzioni di garantire la nostra salute con uno studio preliminare che elimini ogni dubbio su possibili problematiche sanitarie nella popolazione esposta alle radiazioni del 5G. Tutto questo, dovrebbe essere ragionevolmente accompagnato da uno stop temporaneo all'adozione di questa tecnologia, fino al termine degli studi. E' quello che sta chiedendo da tempo l'"Alleanza Stop 5G", in particolare il suo portavoce nazionale, Maurizio Martucci, in tutte le

sedi istituzionali. Una petizione, firmata da 11.000 persone, con richiesta di moratoria per fermare la sperimentazione 5G su tutto il territorio italiano, è stata recentemente presentata al Governo e ai nostri Parlamentari. Contemporaneamente l'Alleanza Stop 5G ha avviato una campagna di informazione e di sensibilizzazione coinvolgendo tutti i media a sua disposizione: giornali, radio o affissioni pubblicitarie. Anche il nostro giornale ha fatto la sua parte, pubblicando numerosi articoli su questo tema, e dedicando almeno tre copertine ai potenziali pericoli del 5G.

Sicuramente L'Ortica si può annoverare tra i giornali più attivi, in Italia, in questa campagna informativa. Anche per questo, per la sensibilità dimostrata sul tema, L'Ortica è stata una "media sponsor" del primo meeting nazionale "#Stop 5G", che si è svolto sabato 2 marzo a Vicovaro. Le sue copertine erano esposte un po' dappertutto nelle varie aree del complesso dove si è svolta la manifestazione. E devo dire che, anche per questo, ho provato un comprensibile orgoglio nel partecipare ai lavori. Il meeting è stato molto partecipato. La sala dove si sono svolti tutti gli interventi era strapiena, e moltissime persone sono dovute rimanere fuori, perché dentro non c'era più posto neanche in piedi. L'interesse dei partecipanti è stato abbondantemente ripagato dalla qualità e dallo spessore degli interventi dei relatori, che hanno descritto benissimo l'inquietante scenario verso cui ci sta portando una classe politica

11



ingorda di ricchi finanziamenti provenienti dalle vendite delle licenze alle compagnie telefoniche, e che ignora, più o meno incoscientemente, i pericoli di una tecnologia di cui non sono stati mai studiati gli effetti sulla popolazione.

Alla fine del meeting è stata approvata una risoluzione, molto articolata, che espone una serie di richieste che riportiamo integralmente:

1) GOVERNO

- Rinnovo della richiesta di moratoria per fermare la sperimentazione 5G su tutto il territorio italiano
- Non innalzare i valori limite di legge nella soglia d'irradiazione elettromagnetica
- Minimizzare il rischio sanitario promuovendo uno studio epidemiologico sui campi elettromagnetici
- Integrare i contratti d'asta da stipulare e/o già stipulati con l'industria aggiudicataria delle nuove bande 5G con l'inserimento di una clausola per un'accisa risarcitoria da eventuali danni cagionati sulla salute della popolazione.

2) MINISTRO DELLA SALUTE

- Promuovere uno studio preliminare nazionale sugli effetti biologici delle radiofrequenze 4G e 5G presso un ente indipendente e privo di conflitti d'interessi con l'industria, valutata la disponibilità dell'Istituto Ramazzini
- Istituire una commissione di vigilanza permanente per il monitoraggio degli effetti dei campi elettromagnetici, individuando membri della scienza e medicina indipendente, un coordinamento tra le associazioni dei malati

3) PARLAMENTO

- Invito alle Commissioni preposte di calendarizzare la discussione di disegni di legge sulle malattie ambientali

- Invito alla Commissione Vigilanza Rai di valutare il livello d'informazione sinora offerto nei servizi di radiotelevisione pubblica circa i pericoli sanitari del 5G
- Di dare piena attuazione alla Legge Quadro del 2001 con l'applicazione dei decreti attuativi, valorizzando una delle leggi più cautelative d'Europa in difesa della salute pubblica

4) REGIONI e PROVINCE AUTONOME

- Promuovere una inter/commissione sanità/ambiente per monitorare le ripercussioni dei campi elettromagnetici su popolazione ed ecosistema, individuando membri della scienza e medicina indipendente e un coordinamento locale tra le associazioni dei malati e cittadinanza attiva

5) COMUNI

- Invito al Sindaco in qualità di massima Autorità Sanitaria e ufficiale di Governo e, in subordine, al Prefetto in caso d'inerzia del primo, di adottare un'ordinanza contingibile e urgente per sospendere la sperimentazione del 5G sul territorio amministrato in attesa di quanto ai punti 1), 2), 3), 4)

6) ASSOCIAZIONI e CITTADINI

- Sostenere la cittadinanza più esposta, in particolare modo i soggetti più a rischio come malati, donne in gravidanza, anziani e bambini in chi ne esercita la patria potestà, nelle diffide legali, anche individuali, da inoltrare ai ministri della salute, dello sviluppo economico e al Sindaco del proprio comune di residenza, rivendicando il diritto costituzionale per la tutela alla salute di cui all'art. 32
- Sostenere l'associazionismo nell'intraprendere un percorso legale di autotutela pubblica anche per mezzo di un ricorso d'urgenza da presentare alla Procura della Repubblica, Tribunale civile ex art. 700 per 'periculum in mora'.



Cantina Cerveteri

Dal 1961
la nostra passione
per la vite ed il vino



Tutto il carattere
del nostro territorio

VIA AURELIA KM 42,700 - CERVETERI
TEL . 06 99 444 201 - FAX 06 99 444 217 - info@cantinacerveteri.it

www.cantinacerveteri.it

CALA LA TASSA SULLA NETTEZZA URBANA

APPROVATO IL NUOVO REGOLAMENTO CHE PREVEDE RIDUZIONI DELLA TARI PER LE ATTIVITÀ DI SOMMINISTRAZIONE E PER CHI DECIDERÀ DI DONARE I GENERI ALIMENTARI AVANZATI



Le attività commerciali di somministrazione di Ladispoli possono sorridere, nel 2019 pagheranno di meno la tassa Tari. E' questa la connotazione più importante del nuovo regolamento sulla tassa per la raccolta dei rifiuti approvato dal Consiglio comunale che prevede agevolazioni per bar, ristoranti, negozi di ortofrutta e fiorai. Tutti esercenti che si vedranno arrivare una bolletta meno salata rispetto gli anni precedenti, allorchè la Tari era stata motivo di rovente proteste da parte dei commercianti. Accadeva infatti che le attività di somministrazione si ritrovassero a pagare importi importanti e più alti rispetto a quelli pagate da attività simili ma situate in altri comuni. Questo sgravio fiscale è stato reso possibile dalla legge finanziaria che ha regalato la possibilità quest'anno di poter ridurre o aumentare fino al 50% il coefficiente. Ma non è tutto, tra le righe del nuovo regolamento sulla Tari compare anche una decisione dalla forte valenza sociale. Il Consiglio comunale ha infatti deciso di premiare quelle attività che si avvarranno dello strumento della riduzione dello spreco alimentare. Ovvero, se bar, ristoranti, negozi di ortofrutta decideranno di donare i generi alimentari avanzati durante la giornata ad associazioni di volontariato o a cooperative sociali che si occupano della redistribuzione di questi

prodotti tra i più bisognosi, allora si potrà contare su uno sconto in bolletta. Considerando che molti esercenti hanno spesso rimanenze alimentari che vengono scartate, siamo certi che un aiuto importante potrà arrivare alle persone meno abbienti di Ladispoli. Agevolazioni sono arrivate anche per altre categorie, come gli stabilimenti balneari che per la Tari avranno uno sconto del 30% per il 2019 che sarà portato al 40% nel 2020. I residenti della zona nota come Case Sparse invece otterranno lo sconto in bolletta se accetteranno di effettuare il compostaggio. Da ricordare che nelle frazioni di Olmetto, Boietto e Monteroni non sarà più effettuata la raccolta porta a porta dell'umido che sarà sostituito dal compostaggio. Il ritiro degli altri rifiuti sarà effettuata ogni quindici giorni, anziché settimanalmente. Questo cambiamento comporterà uno sconto in bolletta, sia nella parte fissa che nella parte variabile, del 50%. Qualora però, i residenti dovessero decidere di non voler perdere il ritiro dell'umido da parte della ditta incaricata, dovranno rinunciare allo sconto in bolletta ma fare comunque i conti con il ritiro quindicinale delle altre frazioni dei rifiuti. I residenti potranno comunque contare su delle stazioni mobili, dove sarà possibile conferire le frazioni dei rifiuti compreso l'umido per due volte a settimana: il martedì dalle 13 alle 19 e il sabato dalle 8 alle 14. Le stazioni mobili, che saranno presidiate da personale preposto, saranno attivate nelle traverse principali delle frazioni, ovvero via dell'Olmo, via Rimessa Nuova, Castellaccio-Monteroni, via Antica Aurelia ingresso Aurelia e via dell'Infernaccio. Non tutti possono però sorridere per l'approvazione del nuovo regolamento sulla Tari. Che sarà più cara per istituti bancari ed uffici professionali. Nel primo caso, con il nuovo regolamento, sarà applicato un aumento del 50%, mentre nel secondo caso l'aumento sarà di un terzo rispetto a quanto pagato attualmente.

CAMBIA TUTTO PER I RIFIUTI A "CASE SPARSE"



Cambia tutto per la raccolta dei rifiuti nella zona rurale di Ladispoli conosciuta come "case sparse". La nuova impostazione del servizio di igiene urbana è stata illustrata in questi giorni dall'amministrazione comunale nel corso di un incontro organizzato dal sindaco Alessandro Grando e dal consigliere comunale delegato, Carmelo Augello. Molte le novità che entreranno in vigore dal primo giorno di marzo. "Con le modifiche apportate, che avranno inizio in questi giorni - spiega Grando - sarà modificato il calendario della raccolta porta a porta, tutte le frazioni verranno raccolte con cadenza 1/14, con l'esclusione della raccolta della frazione organica. A fronte di questa diversa modulazione del servizio i cittadini riceveranno una riduzione del 50% sulla Tari e potranno fare richiesta di mastelli aggiuntivi. Sarà comunque possibile rinunciare alla riduzione e ricevere il servizio completo previsto per la zona case sparse. Nella fase transitoria saranno previste delle stazioni mobili in diversi punti strategici tra i quali via Rimessa Nuova, Castellaccio Monteroni, via dell'Olmo in località Olmetto e altre, in cui sarà possibile continuare a conferire la frazione organica".



VENERDÌ 8 MARZO

IL DOLCE DELLE DONNE

SABATO 9 MARZO

SALSA & BACHATA

POSSIBILITÀ DI LEZIONE INTENSIVA DALLE 21 ALLE 22 AL COSTO DI €10.00. DALLE 22.00 - CENA SU PRENOTAZIONE. DALLE 23.00 CORNETTI CALDI BOMBE E PANGOCCHIOLI

INGRESSO LIBERO

DOMENICA 10 MARZO

TORNEO DI BURRACO

NEXT WEEKEND

VENERDÌ 15: TRIO BIRD IN CONCERTO - ARYA DEL RIO
SABATO 16: SERATA KARAOKE CON ANIMAZIONE BEATPERMUSIC

f LA FENICE BISTROT



INFOLINE: 348 6532701
CERVETERI - VIA CERETANA (PRESSO I GIARDINI)

crema & cioccolato

RIAL Show Room Porte e Finestre
Via Settevene Palo, 91/93 - CERVETERI (RM) - Tel. 06.83088606 - Cell. 324.6049163

SUPER OFFERTE per tutto il mese di Marzo

-25% su tutti i prodotti



CONTAINER, GAZEBO E CHIOSCHI IN LEGNO SULLA COSTA

IN ATTESA CHE LA REGIONE SI PRONUNCI SULLE AREE TURISTICHE,
EMESSO UN PROVVEDIMENTO PER SALVARE
LA STAGIONE TURISTICA RICETTIVA

Si rimette in moto l'economia turistica e ricettiva di Ladispoli. E questa volta nel pieno rispetto delle regole. E' notizia di questi giorni che il comune, in attesa di sbrogliare definitivamente la matassa delle autorizzazioni all'apertura dei campeggi lungo la costa, abbia deciso di autorizzare l'apertura di strutture ricettive removibili sulle spiagge che vanno da via San Remo a Torre Flavia. Un atto che pone paletti molto precisi, stabilendo limiti e disposizioni alle quali dovranno attenersi gli operatori turistici che decideranno di cogliere questa concessione. La delibera della Giunta è molto chiara, previa la presentazione di tutta la documentazione, le attività turistiche temporanee non potranno rimanere aperte oltre il 30 ottobre 2019 ed inoltre potranno essere operative per un periodo massimo di sei mesi. Non potranno inoltre essere realizzate strutture fisse e per quanto riguarda la possibilità di installare bagni, questi non dovranno essere collegati ad alcuna rete fognaria, dovranno essere quindi chimici. E' un primo passo per mettere pace in un settore travagliato ma vitale per l'economia turistica di Ladispoli, in attesa del pronunciamento della Regione Lazio in merito alla documentazione relativa alle aree turistiche della zona nord di Ladispoli, al fine di dare la possibilità agli operatori economici di aprire i camping. Vicenda complicata per la quale è ancora in atto l'iter giudiziario alla Procura della repubblica di Civitavecchia. Gran parte delle strutture infatti sarebbe posta sotto sequestro e, aldilà della decisione che adotterà la Regione Lazio, attualmente

sarebbe vietato riaprire le attività su terreni sequestrati. Nel dettaglio, tra l'altro, le disposizioni previste dal comune impongono che le attività potranno essere aperte dietro presentazione di apposito modello telematico S.C.I.A., i titolari dei terreni privati posti a monte del confine del demanio, nel tratto di costa ricompreso tra la via San Remo, via Primo Mantovani, la palude di Torre Flavia ed il demanio marittimo, possono installare strutture temporanee, come container, gazebo, chioschi, in legno o in altro materiale leggero removibile. I proprietari delle aree si debbono impegnare, a propria cura e spese, alla pulizia della zona interessata dalle strutture temporanee, alla pulizia dell'arenile antistante l'area di proprietà, al posizionamento degli appositi contenitori per la raccolta differenziata ed allo smaltimento dei relativi rifiuti. Dovrà essere garantito ed assicurato il servizio di assistenza ai bagnanti mediante personale qualificato e sistemi di sicurezza adeguati. E' importante ricordare che non saranno permessi lavori di scavo di qualsiasi genere, di riporto terra, sabbia, ghiaia, non si potranno realizzare strutture ed opere in cemento, laterizio, ferro, alluminio, di qualsiasi tipo e misura ancorati stabilmente al suolo, sarà vietato modificare in qualsiasi modo lo stato dei luoghi, di posizionare o realizzare impianti interrati elettrici, idrici, fognari. E' sicuramente un primo passo, in attesa che sia risolta definitivamente, e nel rispetto delle regole e dell'ambiente, l'annosa questione dei campeggi sulla costa di Ladispoli.

PNEUS CAR di Giacobbe

CENTRO REVISIONI e AUTOFFICINA



Puoi prenotare la tua revisione attraverso il nostro numero di telefono 06/99551289 o l'indirizzo e-mail pneuscarsnc@gmail.com

OFFERTA MONTAGGIO **4** PNEUMATICI

ESTIVO GOODYEAR
205/55/16 € 320,00
175/65/14 € 270,00
185/65/15 € 280,00
225/45/17 € 400,00



ALL SEASON KLEBER
205/55/16 € 380,00
195/55/16 € 420,00
185/65/15 € 310,00
175/65/15 € 260,00

CONVERGENZA - EQUILIBRATURA - IVA COMPRESA

LA NUOVA STAGIONE E' ALLE PORTE PROMOZIONE LIMITATA

Con la sostituzione dei 4 PNEUMATICI + la REVISIONE,
IN OMAGGIO per la tua auto la ricarica dell'ARIA CONDIZIONATA



TAGLIANDO AUTO

A PARTIRE DA € 120,00 + IVA



COMPRESIVO DI OLIO MOTORE, FILTRO OLIO FILTRO ARIA E MANODOPERA
Citroen C1/C2/C3 - Ford Fiesta 1.4 Turbo diesel - Grande Punto Multijet

VISITA IL NUOVO SITO WEB: WWW.GIACOBBE-AUTOFFICINA.IT

ORARIO APERTURA: LUN - VEN 08:00/13:00 - 14:30/19:30 | SABATO 08:00/13:00 - 15:00/18:00
CERVETERI (RM) VIA FONTANA MORELLA, 66/B - TEL./FAX 06/99551289
MOBILE 339.3687944 - 338.2271713 SOCCORSO STRADALE H24

UN NUOVO COCKTAIL PER LA SAGRA DEL CARCIOFO



SI CHIAMA "LADISPOLI SWEET HEARTH" LA BEVANDA INVENTATA DAL PROFESSOR BRUNO MAZZEO DELL'ISTITUTO ALBERGHIERO

Si chiama "Ladispoli Sweet Hearth" ed è il nuovo cocktail per la prossima edizione della Sagra del Carciofo, ideato dal Prof. Bruno Mazzeo, Insegnante di Sala dell'Istituto Alberghiero. "All'Istituto Alberghiero di Ladispoli, la creatività si sposa sempre alla competenza e alla preparazione professionale dei nostri Docenti, senza dimenticare mai l'identità del territorio, la storia e le radici della

cultura locale": con queste parole la Dirigente Scolastica dell'Alberghiero Prof.ssa Vincenza La Rosa ha commentato la nascita del nuovo cocktail dedicato al carciofo ed ideato dal Prof. Bruno Mazzeo, Docente di Sala dell'Istituto di via Federici. "Nel nostro Istituto puntiamo da sempre a promuovere la conoscenza dei prodotti tipici del territorio, al fine di riscoprire e difendere quella "cucina identitaria"

che aiuta a preservare le proprie radici - hanno dichiarato il Prof. Mazzeo e la Prof.ssa Donatella Di Matteo, Docenti di Sala dell'Alberghiero di via Federici - E' un modo per insegnare agli studenti il valore storico del cibo, il legame con il territorio, il rapporto fra la cucina e i suoi luoghi di origine. Le comunità si fondano sulla condivisione, sulla convivialità ed è anche dalla storia che nasce il senso di appartenenza. L'Italia è ricchissima di tradizioni gastronomiche. Il nostro nuovo cocktail avrà il sapore di un prodotto tipico del territorio, il carciofo, e rappresenta una delle novità che caratterizzeranno la 69^a Sagra, che si svolgerà dal 12 al 14 aprile". A spiegare gli ingredienti del cocktail all'Assessore al Commercio Francesca Lazzeri e ai cittadini di Ladispoli, davanti alle telecamere di Canale Dieci, è stata oggi Giulia Rasicci, allieva della Classe III Sala, insieme al Prof. Bruno Mazzeo e al Prof. Fulvio Papagallo: "Il Cocktail si chiama 'Ladispoli Sweet Hearth'. Si tratta di un 'before dinner'. Abbiamo inserito del Vermouth rosso che è un vino italiano aromatizzato con artemisia, nato a Torino nel 1786. Abbiamo aggiunto Cointreau, liquore francese aromatizzato all'arancia, e tequila, distillato messicano ottenuto dalla fermentazione e distillazione dell'agave blu. Per riprendere la nostra tradizione italiana, abbiamo aggiunto il Cynar, il liquore dolce-amaro a base di carciofo creato nel 1948 dall'imprenditore veneziano Angelo Dalle Molle e prodotto inizialmente dall'azienda 'Pezziol' di Padova. E, per finire, una punta di succo di lime". Il cocktail sarà accompagnato da una sfera di carciofi e tonno su mousse di bufala al limone, preparata dal Prof. Fulvio Papagallo. Una sintesi suprema di colori, sapori, storia e geografia che parte dal litorale tirrenico, arriva al Veneto e al Piemonte, attraversa le Alpi per toccare la Francia e sorvola l'Oceano, per approdare al Messico. Il mondo in un bicchiere. La 69^a Sagra del Carciofo può cominciare.

18

Fabio Di Pietro
COSTRUZIONI IN LEGNO

Gazebo
Casette
Grigliati
Pergolati
Staccionate
Tettoie in castagno

* TETTOIA IN LAMELLARE CON GRONDAIA E TEGOLE A PARTIRE DA EURO 99,00 AL MQ
* PER I MESI DI AGOSTO E SETTEMBRE IN OMAGGIO ANTIFURTO WIRELESS
* MANUTENZIONE E REVISIONE TETTOIE

Tutto su misura Tel. 06 9949003 - 393 2514428

Ladispoli

NIGRO IMMOBILIARE



LADISPOLI - VIA PESCARA
Appartamento 2° Piano
in piccola palazzina
Soggiorno con angolo cottura,
camera, bagno, 2 balconi.
Termoautonomo
Cl. Energ. G
Rif. 3/222 - € 85.000,00



LADISPOLI - CERRETO
Villa 3 livelli.
P.T.: salone, studio/cucina, bagno,
portico e giardino di 150 mq
1.P.: 3 camere di cui una adibita a
cabina armadio, disimpegno con
armadio a muro e bagno -P.S.: ampia
sala hobby con camino, cucina in
muratura con penisola e bagno.
Cl. Energ. G
Rif. 1/84 - € 269.000,00



LADISPOLI - CERRETO
Villino su 2 livelli
P.T.: soggiorno con angolo cottura,
2 camere bagno portico
e giardino di 180 mq.
P.S.: ampia sala hobby con cucina,
camino, ripostiglio e bagno.
Cl. Energ. G
Rif. 1/83 - € 189.000,00



LADISPOLI - VIA TRIESTE
Box auto
Vendesi box auto di circa 15 mq in
via Trieste con acqua e luce.
Cl.Energ.G
Rif. B/36 - € 17.900,00

Via Livorno 27 B/C - Ladispoli (RM)
Tel: 06.9946335 - 329 5309128
email: nigroimmobiliare@live.it
Pagina facebook: Nigro Immobiliare
www.nigroimmobiliare.it

**VALUTIAMO GRATUITAMENTE
IL VOSTRO IMMOBILE**

DEPURATORI D'ACQUA



SISTEMI PER USO DOMESTICO

OSMOSI NATURALE
MACCHINA SOTTOZOCOLO



EROGATORE D'ACQUA OSMOTIZZATA
LISCIA E FRIZZANTE A TEMPERATURA AMBIENTE



SISTEMI PROFESSIONALI

Soluzioni su misura per la tua attività,
ristoranti, bar, uffici
SODASTREAM RICARICABILE

SERVIZIO RICARICA A DOMICILIO

vuoto per pieno



Bombola:

- Sodastream 450 gr (vuoto per pieno) €11.90
- Sodastream 450 gr (senza vuoto) €21.90
- Usa e Getta 600 gr €15
- Ricaricabile 2 kg (vuoto per pieno) €20
- Ricaricabile 4 kg (vuoto per pieno) €25

Tutte le bombole trattano anidride carbonica alimentare CO2 E290

FILTRI, RICAMBI, ASSISTENZA SU TUTTE LE MARCHE

Riparazioni in sede su impianti di tutte le marche, si eseguono sopralluoghi e preventivi senza impegno e/o obbligo d'acquisto.

LADISPOLI - Via Livorno 27/D
339.3904634 - 349.5275373

info@globalwatersolution.it

Global Water Solution di Daniele Posa

BENTORNATA GARDENSIA

CERVETERI

SABATO 9 E DOMENICA 10 MARZO
VOLONTARI IN PIAZZA ALDO MORO



Cronica, imprevedibile e invalidante, la sclerosi multipla è una delle più gravi malattie del sistema nervoso centrale. La ricerca scientifica è uno strumento fondamentale in questo campo.

Anche per questo è importante continuare a sostenerla. Con questo scopo, sabato 9 e domenica 10 marzo torna nelle piazze italiane l'iniziativa 'Bentornata Gardensia', la campagna di AISM, Associazione Italiana Sclerosi Multipla, dedicata alle donne con sclerosi multipla, nata per sostenere l'attività di ricerca sulle forme progressive e più servizi sul territorio per le donne con Sclerosi Multipla. Oltre 5 mila piazze in tutta Italia, 100 punti di solidarietà tra Roma e provincia e come sempre anche Cerveteri, con un punto solidarietà allestito in Piazza Aldo Moro, si colora di solidarietà, per ricordarci che ci sono donne che hanno bisogno che ciascuno di noi scelga una pianta di Gardenia o di Ortensia, o magari entrambe: due fiori che sottolineano lo stretto legame tra le donne e la sclerosi multipla che colpisce la popolazione femminile in misura doppia rispetto agli uomini.gni giorno, in Italia, 6 donne ricevono una diagnosi di sclerosi multipla. Numeri sui quali è necessario riflettere, ed impossibile essere indifferenti. Il 50% delle persone con Sclerosi Multipla è giovane e non ha ancora 40 anni. Colpisce le donne due volte più degli uomini. In Italia sono 118 mila le persone colpite da sclerosi multipla, 3.400 nuovi casi ogni anno: 1 ogni 3 ore. La causa e la cura risolutiva non sono ancora state trovate ma grazie ai progressi compiuti dalla ricerca scientifica, esistono terapie e trattamenti in grado di rallentare il decorso della sclerosi multipla e di migliorare la qualità di vita delle persone con SM.



E' NATO LO SPORTELLO CONSUMATORE AMICO

Un nuovo servizio per il cittadino è stato attivato a Cerveteri. E' stato inaugurato infatti lo 'Sportello Consumatore Amico', un servizio di consulenza gratuita pronto ad ascoltare i problemi della cittadinanza e ad indirizzarli verso la soluzione più giusta e rapida.

Lo sportello del Consumatore Amico si occuperà di svariate questioni, dalle più semplici a quelle più complesse, legate a tutti quei possibili problemi che il cittadino può affrontare nella sua quotidianità. Offrirà assistenza su utenze e servizi domestici, come telefono, acqua, gas ed energia elettrica, contratti e clausole vessatorie, questioni bancarie, assicurazioni, garanzie sui prodotti, questioni condominiali e sulle multiproprietà. Assistenza garantita anche su questioni legate alla pubblica amministrazione e sulle segnalazioni in generale, su problematiche legate alla sanità, all'ambiente e alla sicurezza.

Lo sportello è ubicato in piazza Risorgimento numero 1, nei locali dove fino a poco tempo fa c'era l'Ufficio dei Messi Comunali.

Lo sportello, fortemente voluto dall'Amministrazione comunale e dal Delegato Virginio Volpe, è realizzato da A.E.C.I. Lazio - Associazione Consumatori, in collaborazione con la Città Metropolitana di Roma Capitale.

Sarà aperto il lunedì e mercoledì dalle 10.00 alle 18.00 e il Sabato dalle 10.00 alle 13.00.

"Ringrazio il nostro Delegato Virginio Volpe, che ha seguito tutto l'iter necessario all'istituzione di questo nuovo ed utile servizio per il cittadino - dice il sindaco Pascucci - avrà per l'ente costo zero, neanche un centesimo. Così come il nostro URP, rappresenterà un importante punto di riferimento per il cittadino, che avrà a disposizione, anche di sabato, delle persone che potranno ascoltare le necessità e le segnalazioni".

Elite Hair Style

NUMERI 1 DEL colore



TEL. 329 20 39 144

Elite Hair Style

LADISPOLI - VIA NAPOLI 114
CERVETERI - VIA SETTEVENE PALO 157 - 350.5869952
SANTA SEVERA - VIA DELLA MONACELLA 33

NASCE LA CICLOVIA TIRRENICA A TORRE FLAVIA

I COMUNI DI CERVETERI E LADISPOLI HANNO ADERITO AL PROGETTO DELLA REGIONE LAZIO CHE PREVEDE UN PERCORSO ECOLOGISTA DA CIVITAVECCHIA A FIUMICINO

Un progetto ambizioso. Legato dal filo comune della mobilità sostenibile e della riscoperta dei tesori naturali e storici del nostro litorale da Civitavecchia a Fiumicino. Passando ovviamente per Ladispoli dove il comune ha lanciato una grande sfida per invitare i cittadini a viaggiare sulle due ruote in tutta sicurezza e senza ostacoli sul proprio cammino. Stiamo parlando ovviamente della Ciclovia Tirrenica che l'amministrazione di Ladispoli, insieme a Cerveteri, sta provando ad allestire anche nel nostro comprensorio, aderendo al progetto varato dalla Regione Lazio che ha stanziato corposi fondi per la realizzazione dell'opera. Il progetto si estende su oltre 40 km di pista ciclabile che attraversando i vari comuni permetterà agli amanti delle due ruote di viaggiare solo grazie alla bicicletta. Tra i comuni che hanno aderito al progetto c'è anche Ladispoli che ha approvato la delibera di Giunta per la partecipazione al bando regionale. Il tutto per un costo complessivo di circa un milione di euro. La pista ciclabile partirà dalla Palude di Torre Flavia, andando a congiungere in via Roma per poi proseguire verso i giardini pubblici di via Claudia. Il percorso ciclabile si snoderà lungo via del Porto, il ponte sul fosso Vaccina, fino ai giardini di via Odescalchi, arrivando fino alla pista ciclabile di via Palo Laziale che, attraversando il bosco di Palo condurrà a Marina di San Nicola fino al confine con Fiumicino. Globamente, la Ciclovia Tirrenica partirà da Civitavecchia nella zona del lungomare, arriveranno fino a Santa Marinella lungo la via Aurelia per poi entrare in via Nino Bixio e raggiungere il lungomare Marconi. Alla fine del tratto che costeggia il mare si arriverà fino al confine tra Santa Severa e Cerveteri. Qui il percorso ciclopedonale si collegherà alla ciclovia Tirrenica da Marina di Cerveteri sul percorso già esistente per poi costeggiare il fiume Zambra e arrivare a Ladispoli passando per il lungomare e la Palude di Torre Flavia. Sebbene i comuni abbiano partecipato con delibere differenti, alla richiesta di accesso al contributo messo a disposizione tramite bando dalla Regione Lazio, a motivare la loro richiesta c'è la lettera di intenti sottoscritta durante i tavoli di lavoro effettuati nei mesi scorsi e che hanno portato alla realizzazione dei progetti finali. "Si tratta di un progetto molto ambizioso - ha detto ai mass media l'assessore ai lavori pubblici, Veronica De Santis - innovativo

e che consente di mettere in relazione diversi territori. In questo modo non solo si andrà a incentivare l'uso delle due ruote per gli spostamenti da un luogo all'altro in città, contribuendo alla tutela dell'ambiente e all'abbattimento dell'inquinamento, ma si avrà anche la possibilità di andare a intervenire sul paesaggio urbano perché là dove passerà la ciclovia verranno realizzati ulteriori interventi di riqualificazione del territorio". Anche a Cerveteri si segue con attenzione la vicenda. La Giunta ha approvato due importanti progetti per la valorizzazione di percorsi ciclopedonali d'alto valore ambientale, paesaggistico e culturale del territorio con l'obiettivo è di intercettare la ciclovia tirrenica collegando la Palude di Torre Flavia a Cerveteri. "Sono stati presentati due progetti di fattibilità tecnico economica - ha illustrato alla stampa il vice sindaco Giuseppe Zito - finalizzati alla partecipazione ad una «Manifestazione d'interesse per la realizzazione di piste ciclabili sul territorio regionale, nell'ambito delle disposizioni finalizzate a favorire la Mobilità Nuova» promossa dalla Regione Lazio. Il primo progetto, con un costo stimato in 923 mila euro, prevede un percorso ciclopedonale che dal Km 61 della via Aurelia si innesta su viale Campo di Mare e attraversa Marina di Cerveteri mediante il percorso ciclopedonale esistente. Dal parco di Viale dei Tirreni scende lungo il fianco destro del fiume Zambra, per poi costeggiare tutto il tratto della zona costiera lungo la pista ciclabile prevista nel progetto del Lungomare. Dal lungomare la pista ciclabile attraverserà l'Oasi di Torre Flavia per poi ricollegarsi a quella di Via Roma, nel Comune di Ladispoli. Il secondo percorso ciclabile stimato in 777 mila euro, è invece pensato per collegare la frazione marina al centro storico di Cerveteri, partendo dalla via Aurelia, percorre la via Fontana Morella, prosegue su via Amedeo Marconi, per poi ricollegarsi sulla carreggiata di via Chirieletti. Al termine della strada la pista ciclabile si immette sulla via Settevene Palo Nuova concludendo il percorso ciclabile presso l'impianto sportivo Galli che diventerà un nodo principale di connessione intermodale. Da questo punto la pista ciclabile diventa un percorso ciclo-pedonale passando per la via Passo di Palo, che condurrà al centro Storico della città passando all'interno del Parco della Legnara per raggiungere la Necropoli attraverso il Sentiero di Lawrence".



**SU TUTTI I PRODOTTI
A MARCHIO
MAURY'S**



**OGNI 30 EURO DI SPESA*
CON IL CONTRIBUTO DI 1 EURO
RICEVERAI UNO
SCHIUMATORE ELETTRICO**

*SCONTRINO UNICO



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

SCONTO

33%

3 Litri
PIATTI
 Ricarica sgrassante piatti ass. L.2 - #1.538 **1.20**
 Cura lavastoviglie ml 250 - L.410 **1.00**
 Detergente lavastoviglie gel - ml 600 - #1.328 **2.00**
 Brillante fresco-limone ml 500 - L.1.18 **0.93**

2 Litri
 Liquido piatti super concentrato ass. L.2 - #1.334 **1.33**
 Lavastoviglie 200 conf. 40 pezzi **2.54**
 Lavapavimenti ass. L.2 - #1.533 **0.66**
 Sgrassatore universale ass. ml 750 - #1.127 **0.80**

DETERGENTE sciogli calcare ml 750 - #1.135 **0.86**
 CANDEGGINA gel L.1 - #1.111 **0.80**
 DISORGANANTE candeggina gel L.1 - #1.127 **1.07**
 AMMORBIDENTE concentrato ass. ml 750 - #1.538 **0.66**
 IVC GEL disinfectante con candeggina ml 750 - L.1.038 **0.66**

KAL igienizzante regolare L.1 - #1.538 **0.66**
 ANTICALCARE gel lavatrice ml 750 - L.1.177 **1.33**
 SPLENDI ACCIAIO SPRAY ATTIVO ml 750 - L.1.133 **1.00**
 DEODORANTE per ambiente ass. ml 250 - #1.410 **1.00**

Essential Oils
 0.99 **0.66**

4 Litri
 LIQUIDO lavatrice ass. L.4 - #1.530 **2.00**
 Ammorbidente profumato ass. L.4 - #1.533 **1.33**
 SACCHETTI Cielo misure ass. **1.33**
 MAURY'S lavaggio 2 vel. cm 40x40 140 pz **1.33**
 MAURY'S Big Carta cucina 2 tosti **1.13**
 Tovaglioli colorati ass. 2 vel. cm 35x35 conf. 45 pz **0.66**
 ASCIUGATUTTO Tropic 3 rotoli **1.33**
 PIATTI super quadri pari-fondi g. 700 **1.33**

Vieni a scoprire i **NUOVI** prodotti a marchio **Maurys**
LINEA PROFESSIONALE

MAURY'S ammorbidente ass. L.5 - #1.530 **2.00**
MAURY'S pavimenti asciutto rapido L.5 - #1.538 **2.95**
MAURY'S pavimenti ass. L.5 - #1.534 **2.21**
MAURY'S lavatrice ass. L.5 - #1.530 **3.28**
MAURY'S lavaggio ass. L.5 - #1.535 **2.95**
MAURY'S sapone liquido a latte L.5 - #1.533 **2.67**
MAURY'S sgrassante ass. L.5 - #1.530 **2.67**

MAURY'S liquido nano-lana e delicata maniglia-cap. colorati L.2 - #1.537 **1.33**
MAURY'S MAST ammorbidente ass. L.4 - #1.530 **1.00**
MAURY'S Pate Scrub limone mandorla #1.400 - #1.126 **0.66**
MAURY'S Guanti monouso in lattice misure assortite conf. 100 pz **2.95**
MAURY'S Guanti monouso in nitrile misure ass. conf. 100 pz **3.34**
MAURY'S Sacchetti piumiera colori ass. cm 55x65 conf. 25 pz **1.33**
MAURY'S liquido lavatrice maniglia 35 misure **2.00**

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

Offerte valide dal 28 Febbraio al 14 Marzo 2019
 salvo esaurimento scorte

SCONTO 33%

10 KO

5.90 DOG CROCCHETTE ass. kg 10 al kg 0.59

1.25 KO

0.73

1.09 33

1.26

1.13

1.67

2.00

1.33

1.33

1.67

2.00

2.00

1.33

5.90

2.00

1.33

1.67

2.67

3.34

4.68

0.66

0.66

1.33

4.01

0.35 33

0.24

0.45 33

0.30

1.26

4.01

8.70

10.07

1.26

4.01

“NON MI CANDIDO ALLE ELEZIONI EUROPEE”

INTERVISTA A TUTTO CAMPO COL SINDACO PASCUCCI SUL FUTURO DI ITALIA IN COMUNE E SULLA VITTORIA DI NICOLA ZINGARETTI ALLE PRIMARIE DEL PARTITO DEMOCRATICO

di Gianni Palmieri

Era da qualche tempo che non intervistavamo il sindaco Alessio Pascucci. A distanza di oltre un anno e mezzo dalla riconferma a primo cittadino di Cerveteri, gli abbiamo rivolto alcune domande anche alla luce delle importanti novità politiche del panorama nazionale dopo la vittoria di Zingaretti alle primarie del Partito democratico. E tutti sappiamo il forte legame di stima ed amicizia tra il sindaco di Cerveteri ed il Governatore della Regione Lazio. Lei è reduce dal viaggio in Sardegna per le elezioni regionali. Perché il vostro movimento ha deciso di scendere in campo a livello elettorale sia nazionale che europeo?

“Il percorso di Italia in Comune - dice Pascucci - nasce qualche anno fa dall'esigenza di tanti sindaci che sentendosi abbandonati dallo Stato centrale hanno deciso di aiutarsi tra loro scambiandosi best practice per risolvere i problemi dei cittadini. Da questa rete è emersa la volontà di fondarsi come partito politico e, dopo la presentazione ufficiale avvenuta il 3 dicembre 2017, nell'aprile 2018 ci siamo costituiti ufficialmente come partito politico perché siamo convinti che soltanto portando in Parlamento e in Europa le capacità e l'esperienza di chi ha amministrato nei territori si possa rilanciare il nostro Paese. I primi risultati sono stati incoraggianti, in Abruzzo stiamo dialogando con la Lista “Abruzzo in Comune” che ha eletto un Consigliere regionale e in Sardegna abbiamo eletto due Consiglieri regionali all'interno della Lista “Sardegna in Comune”.

Lei si candiderà alle elezioni europee o darà soltanto un sostegno in campagna elettorale?

“Quasi certamente non sarò candidato alle europee di maggio 2019 perché la mia più grande ambizione al momento è quella di continuare a fare il Sindaco della mia città. Abbiamo una serie di importanti e ambiziosi progetti sul territorio da portare a termine. Ovviamente sosterrò con il mio partito la lista che stiamo costruendo insieme ai Verdi e ad altri soggetti dell'area progressista con i quali stiamo dialogando per ricostruire un polo ecologista e civico in grado di bloccare la deriva populista anche in Europa”.

In molti si domandano perché in Consiglio comunale a Cerveteri non è stato costituito il gruppo di Italia in Comune?

“Italia in Comune nasce con la prerogativa di non



pretendere annessioni dalle liste civiche locali, ma di condividere il progetto politico contenuto nella Carta dei Valori del partito. Vogliamo rispettare l'autonomia delle Liste civiche che, in tutta Italia, hanno una storia e un'identità riconoscibili sul territorio. A Cerveteri, così come in decine di altre realtà italiane, il dialogo con i movimenti civici locali già esistenti è aperto e stiamo costituendo la sezione sia a Ladispoli che a Cerveteri. Non è però escluso che presto possa essere costituito nella nostra città anche un gruppo consiliare di Italia in Comune”.

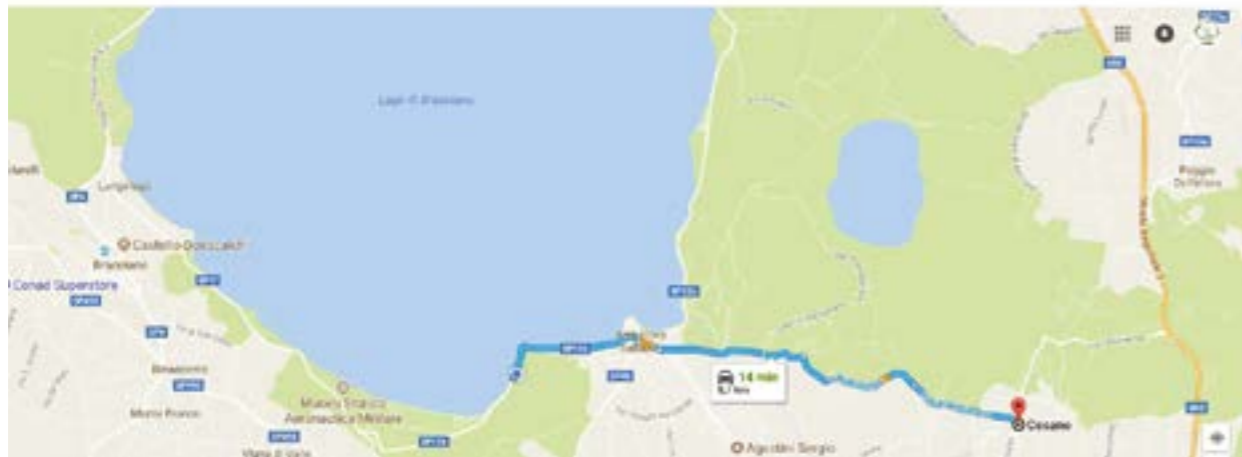
Ultima domanda. Cosa cambia per il futuro politico di Pascucci con Zingaretti segretario politico del Partito democratico?

“Ho espresso pubblicamente la mia stima per Nicola Zingaretti per tutto ciò che ha fatto per il nostro territorio e per la Regione Lazio come presidente in questi anni. La sfida che oggi ha di fronte è durissima e gli auguro di cuore di riuscire a risollevarne le sorti del più grande partito del centro sinistra. L'esempio della Regione Lazio ci fa sperare che la sua gestione sarà il più possibile inclusiva per tutto il centro sinistra. Per quanto mi riguarda non ho mai avuto tessere del Pd o di altro partito, al di fuori di Italia in Comune del quale con grande orgoglio sono coordinatore nazionale. Il nostro progetto politico va avanti con principi distinti dal Pd ma certamente Nicola Zingaretti sarà un interlocutore importante per ricostruire un'alternativa seria, competente e alternativa al populismo della destra e dei Cinque stelle che sta devastando il Paese”.

LADISPOLI - Via Glasgow, 60 - ANGUILLARA - Via Giolitti, 3
 CERVETERI - Via Largo Almunecar, 20 - BRACCIANO - Via Arturo Perugini snc
 Offerte valide dal 28 Febbraio al 14 Marzo 2019
 salvo esaurimento scorte

COLLEGAMENTO ANGUILLARA – CESANO, QUALCOSA SI MUOVE

L'AMMINISTRAZIONE COMUNALE TENTA DI SBROGLIARE UNA MATASSA
BUROCRATICA INGARBUGLIATA DA DICHIOTTO ANNI



Arrivano notizie importanti per il collegamento tra Anguillara e Cesano. Ad comunicarlo è stata l'amministrazione che aveva provveduto all'apertura della Conferenza dei Servizi a dicembre 2017 ma l'aveva dovuta sospendere giusto un anno fa a causa di ulteriori mancanze riscontrate in merito alle procedure ed ai pareri degli enti preposti, da integrare nonostante le rassicurazioni dell'allora assessore all'urbanistica, poi dimessosi.

Parliamo di un'opera pubblica è entrata nel suo 18° anno di limbo.

“La nostra amministrazione – spiega il sindaco Sabrina Anselmo – non ha mai promesso in campagna elettorale l'esecuzione dell'opera come fatto da tutti i precedenti sindaci ma che avremmo analizzato i perché dei ritardi delle grandi

opere, abbiamo sbloccato e realizzato il 2° stralcio della messa in sicurezza dell'Anguillarese ed il prossimo sarà lo sblocco dell'iter della piscina comunale, recuperando tutte le carte e cercando obiettivamente di trovare le soluzioni mettendo da parte la componente politica che poco ha a che fare con le dinamiche tecnico-gestionali. Siamo entrati in Comune con lo stanziamento insufficiente per il completamento dell'opera poiché una parte cospicua di esso era stata utilizzata per opere inizialmente impreviste.

Da qui la decisione di stralciare l'opera con l'obiettivo di realizzare il tratto da Cesano al ponticello di via Mainella al fine di evitare la perdita del finanziamento. In questi ultimi 12 mesi è stata messa a punto la variante urbanistica rettificativa poiché ancora non si era tenuto conto

dell'inserimento di diverse rotonde nel progetto e per adeguamento della conformità del tracciato. Inoltre, l'Autorità di Bacino dell'Appennino Centrale ha richiesto una integrazione al parere idraulico dell'Ardis precedentemente acquisito, e nello specifico il perfezionamento della Relazione idrologico/idraulica interferenze idrografiche esplicitando in particolare i dati relativi ai bacini imbriferi di competenza del fiume Arrone, Fosso Fedele e Fosso Pratoviale ed il calcolo idraulico degli scarichi delle acque meteoriche. Completato anche questo, a questo punto il Comune di Anguillara Sabazia ha completato il suo iter e rimarrà in attesa di capire se gli enti sovracomunali daranno il loro supporto all'avvio della reale cantierizzazione dell'opera.

Non si tratta solo di arrivare a Cesano con minore tempo – prosegue Anselmo – vanno ricordati anche gli ingenti danni economici causati ai cittadini che hanno perso molti soldi in investimenti che non hanno visto successo a causa proprio della mancata realizzazione della strada menzionata. Qualcuno ancora ha il coraggio di dichiarare come inconcepibile il fatto di lasciare il ponticello fuori da questo stralcio ma di fronte alla mancanza economica può solo aspirare a fare una pessima figura davanti ai cittadini. Avremmo potuto aspettare 2 anni durante i quali chiedere continuamente i soldi mancanti alla Regione col rischio di perdere il finanziamento oppure stralciare la parte di opera che si poteva realizzare con i soldi rimanenti, ottenere i permessi come abbiamo fatto e di fronte al fatto che l'ingegneria fa passi da gigante, valutare poi se il costo di 1,2 milioni di euro per realizzare un ponte progettato oramai 10 anni fa può essere ridotto oggi con nuove tecnologie e dunque potremo lavorare per chiedere comunque un ulteriore finanziamento ma più contenuto, quindi con maggiori possibilità di ottenerlo. Questa amministrazione ha infatti già dimostrato di essere stata in grado di finanziare la variante urbanistica rettificativa ed il parere idraulico senza intaccare il finanziamento per l'opera ma reperendo le somme dal bilancio comunale”.

TIEFFE

La qualità del prodotto
MADE IN ITALY



PRODUZIONE INFISSI

LAVORAZIONI IN FERRO

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



LAVORAZIONI IN FERRO

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

**La casa
del Pane**

Via Fiume, 67 Ladispoli - Tel. 06 9914 4577





Farmacia Dott.
LUIGI DE MICHELIS



PILLOLE DI **SALUTE**

Dott.ssa
Caterina Tramontana

VITAMINA E

Tocoferolo o più comunemente
conosciuta come **Vitamina E**

Questa vitamina liposolubile utilizzata nei prodotti commerciali come sostanza di sintesi è presente in natura in alimenti come le mandorle, le noci, diversi oli vegetali ad esempio olio di oliva, girasole e germe di grano. Spesso la ritroviamo in prodotti cosmetici e per l'igiene del corpo. È uno dei maggiori fattori coinvolti nel sistema difensivo antiossidante del nostro organismo.



A livello cardiaco combatte la formazione di coaguli sanguigni migliorando la circolazione, ostacola l'ossidazione del colesterolo LDL, rinforzando le pareti dei capillari ed inibendo la formazione della placca aterosclerotica. Ostacola anche la progressione di danni cerebrali dovuto a patologie neurodegenerative causate dall'invecchiamento cellulare. A livello cutaneo possiede azione foto-protettiva e stabilizzante la barriera epidermica. Nei cosmetici viene utilizzato sotto forma di tocoferolo acetato, convertito nella forma libera una volta assorbito dalla pelle. La sua azione è dovuta al contrasto dell'eccesso dei radicali liberi che causano danni alle cellule, ciò dovuto ai raggi UV, fumo e inquinamento. I radicali liberi infatti degradano gli acidi grassi della pelle con progressiva riduzione del collagene ne consegue perdita di elasticità, rughe ed invecchiamento precoce, quindi in prodotti contro il photoaging diviene fattore essenziale; è tuttavia utile anche nella dermatite atopica e seborroica. La sua azione emolliente, riparatrice, elasticizzante si esplica in quantità dello 0.01-0.1 % nelle creme, fino ad arrivare a 3% dell'intera preparazione; la medesima sostanza viene spesso utilizzata nelle preparazioni per impedire di fatto la stessa degradazione dei componenti della formulazione. Oltre all'attenzione del corpo nella cura quotidiana e nei prodotti pre e doposolari può essere riscontrata efficacemente in prodotti per capelli come spray, proprio per contrastare l'azione estiva dei raggi UV e della salsedine marina. Essa è presente in diversi preparati multivitaminici o in prodotti in associazione con la vitamina A, oppure da sola. Spesso nella concentrazione di 400 UI, dove 1mg corrisponde in 1 UI. Utile in pazienti con malassorbimento come ad esempio nella mucoviscidosi, nelle persone con basso introito alimentare che potrebbero avere maggiore necessità di assunzione addizionale di vitamina E, persone con un'età maggiore di 55 anni, chi ha dipendenza da alcool e droghe. Valido nelle persone affette da malattie croniche e logoranti o sottoposti ad uno stress prolungato, che hanno subito da poco un intervento chirurgico. A coloro a cui è stata rimossa una porzione del tratto gastrointestinale, nei soggetti ipertiroidei e nelle gravi ustioni o lesioni. Interagisce con farmaci anticoagulanti, cumarina, pertanto può aggravare l'emorragia; aumenta l'azione dell'insulina. L'assorbimento della vitamina E è diminuita dall'assunzione di antiacidi, colestipolo, colestiramina, sucralfato, il fumo e l'alcolismo cronico che riduce le riserve nel fegato. La vitamina A ne facilita l'assorbimento.

Questo un accenno di una vitamina essenziale, la E, fonte di giovinezza.

**NEI PROSSIMI ARTICOLI CONTINUEREMO AD ILLUSTRARVI
UNA PER UNA TUTTE LE VITAMINE.**

APERTI TUTTI I GIORNI



FARMACIA
Dott. Luigi Demichelis
DAL 1934



**Con te dal 1934
ogni volta che vuoi
noi ci siamo!**



La farmacia
del dott. Demichelis
è rinomata per la continua
innovazione dei prodotti
e dei servizi.



Prodotti per la prima infanzia,
omeopatici, dietetici, fitoterapici,
dermocosmetici,
integratori alimentari,
laboratorio galenico,
medicinali e articoli veterinari.



Via Ancona, 76 - Ladispoli

tel. 06 99 477 46 - fax 06 99 470 85 - www.farmaciademichelis.com



Ortica

Salute Benessere

A cura del
Dottor Professor **ALDO ERCOLI**

QUANDO SI DIMAGRISCE E NON SI SA IL PERCHE'

(IL CALO PONDERALE)



Penso che sia una nozione comune il sospetto di una malattia sistemica sottostante quando un soggetto presenti un significativo calo ponderale non intenzionale, ossia quando non si sia dovuto ad una dieta dimagrante.

Qual è, a mio avviso, l'approccio più razionale da parte del medico curante?

L'anamnesi, vale a dire l'interrogatorio anamnestico, costituisce la base, il piedistallo, da cui partire.

Quanti chili ha perso negli ultimi 6-12 mesi?

Ora se il calo ponderale è stato modesto, e vi è stato una sua fluttuazione nell'arco di pochi giorni, è molto probabile che dipenda da una ritenzione idrica (fattori ormonali, psichici etc) oppure da una loro deplezione (vomito, diarrea, sudorazione eccessiva etc). Se invece il dimagrimento è più rilevante e si sia verificato in un arco di tempo più lungo, ciò, di norma, è da imputare ad una perdita della massa dei tessuti corporei.

Quali le cause?

L'elenco è molto lungo. Nei soggetti più anziani l'eziologia più comune è rappresentata, in ordine di frequenza, da: 1) Cause psichiatriche comportamentali (stati depressivi, ansia, luttu, alcolismo etc); 2) Neoplasie; 3) Patologie gastrointestinali benigne (es. malassorbimento); 4) Cause neurologiche (ictus cerebri, morbo di Parkinson, malattie neuromuscolari, demenza etc); 5) Insufficienza renale; 6) Malattie del cavo orale e dei denti; 7) Malattie reumatologiche; 8) Cause cardiologiche (cardiopatía ischemica, scompenso cardia-

co congestizio); 9) Farmaci (Fans, antibiotici, metformina, ace-inibitori, levodopa etc); 10) Malattie respiratorie (broncopneumopatia ostruttiva cronica, enfisema etc).

Quale eziologie sono invece più frequenti nei soggetti più giovani?

1) Malattie endocrine (specie il diabete mellito tipo I, l'ipertiroidismo); 2) l'anoressia nervosa; 3) le malattie infettive (HIV, TBC, malattie parassitarie etc); 4) Neoplasie; 5) Cause su base psichica (depressione, alcolismo, disordini dell'alimentazione).

Nell' anamnesi, in assenza di una certa documentazione relativa al peso, dobbiamo chiedere al paziente se ha "dovuto tirare la cinghia" (restringere la cintura) oppure se ha dovuto cambiare la misura dei suoi abiti.

L'interrogatorio anamnestico va poi indirizzato nella raccolta di eventuali sintomi e segni. Ha dolore? Dove? Ha avuto o ha febbre? Ha dispnea (affanno), tosse, palpitazioni? Ha difficoltà ad alimentarsi, ha disfagia, anoressia (mancanza di appetito), nausea, voglia di vomitare? E' importante evidenziare eventuali malattie dermatologiche, sintomi di pertinenza neurologica oppure gastroenterologica quali ad esempio modificazioni dell'alvo. E poi altresì altrettanto utile raccogliere dettagliate notizie relative al fumo di sigaretta, al consumo di alcol, ai farmaci che si assumono (abbiamo visto quali). L'anamnesi deve indagare su eventuali patologie e interventi chirurgici pregressi (anamnesi patologica remota) nonché su malattie dei familiari (la tenenza alle neoplasie, per alcune di esse, e su base genetico-familiare).



STRUTTURE SANITARIE ASSOCIATE

NUOVA APERTURA

VISITE MEDICHE SPECIALISTICHE



AUTORIZZAZIONE
REGIONE LAZIO
N. G15135 DEL 26/11/2018

Poliambulatorio Specialistico
G.I.F.A.

DIRETTORE SANITARIO
DR.SSA ELEONORA FICARRA
SPECIALISTA IN CARDIOLOGIA

**VIA E. SALOMONE, 18 - CERVETERI
(ZONA MADONNA DEI CANNETI)
06.99552602 - 06.9949944
WWW.GRUPPOSALUS.NET**

ARRIVA L'INIMITABILE

CANNABIS
STORE AMSTERDAM

LADISPOLI



Negozi di prodotti alla cannabis con alta percentuale di CBD

- moltissime varietà di inflorescenze
- infusi, tisane, cioccolate, biscotti e bevande
- oli al CBD
- abbigliamento

Vieni a scoprire gli effetti benefici di tutti i nostri prodotti

VIENI A TROVARCI IN:

VIA ANCONA, 38 - 00055 LADISPOLI (RM)

f Instagram storeamsterdamladispoli



Anche le abitudini sessuali vanno indagate. Non sempre (anzi quasi mai) il paziente su queste ultime, ma anche su alcol e fumo, è sincero o almeno non del tutto veritiero. Chi ammette di fumare più di un pacchetto di sigaretta o di bere più di un litro di vino al giorno? Il paziente tende a ridurre il quantitativo, lo fa per autodifesa, per non sentirsi in colpa. Un buon medico, con la giusta esperienza e pari motivazioni, sa come comportarsi. Se poi è medico di famiglia conosce già lui i suoi familiari. Comprende e vede i segnali di depressione, i fattori socioeconomici che sono in grado di modificare il normale rapporto che si ha con il cibo.

Altrettanto importante è l'esame obiettivo. La bilancia in uno studio medico (così come il centimetro per misurare la circonferenza addominale) è indispensabile. La pelle va esaminata con particolare attenzione. E' pallida, cianotica (bluastro), itterica (giallastro), edematosa (rigonfia)? Presenta nevi cutanei sospetti (melanoma), cicatrici chirurgiche, segni di malattie sistemiche? E' poi necessario osservare il cavo orale alla ricerca di afte, candidosi, rigonfiamenti, patologie odontoiatriche. Idem la palpazione del collo per valutare la ghiandola tiroidea ed eventuali linfonodi. Questi vanno anche ricercati a livello ascellare e inguinale così dove ogni altra parte del corpo ove è possibile. Sovente è lo stesso paziente che si accorge di un aumento di dimensioni di una o più ghiandole linfatiche o di una patologia cutanea.

Una radiografia del torace, recente di almeno tre mesi, è indispensabile al fine di valutare i polmoni, il cuore, gli emidiaframmi. Si procede quindi alla palpazione dell'addome per esaminare, con la relativa percussione, le dimensioni di fegato, milza, le fosse iliache e l'area ipogastrica (colon, vescica, utero e tube nella donna). **Nell'uomo** non va mai evitata l'esplorazione rettale (i guanti servono a questo) che riguarda sia la palpazione della prostata che eventuali tumefazioni più molli (emorroidi) o meno molli, talvolta dure (cicatrice, neoplasie etc).

Nella donna è bene richiedere sempre una visita ginecologica più pap test.

Quali esami di laboratorio richiedere? Quali sono quelli indispensabili?

Inizialmente richiederei: emocromo completo formula, sideremia, ves, elettroliti, glicemia, quadro proteico elettroforetico, indici di funzionalità epatica (transaminasi, bilirubinemia, LDH, gamma gt, fosfatasi alcalina) e renale (azotemia, creatininemia), esame completo delle urine, ricerca del sangue occulto nelle feci, TSH (esame tiroideo di base). Lo screening oncologico, (diverso nell'uomo e nella donna) è doverosamente richiesto nei casi sospetti. A tutto ciò si può aggiungere, in un secondo momento, la gastroduodenoscopia, la colonscopia, l'ecografia addominale, il test per HIV. Per ultima Tc o Rm addome, Tc del torace.

Checkup Donna

Tariffa valida dal 1° marzo al 30 aprile 2019

70€
~~99€~~

life
brain
Eccellenza per
la tua salute



Le vere supereroine
si prendono cura
della propria salute.

Fai il Checkup Donna!

Checkup Donna, gli esami:

EMOCROMO, ALT/GPT, AST/GOT, GAMMA GT, GLICEMIA, TRIGLICERIDI, COLESTEROLO HDL, COLESTEROLO LDL, COLESTEROLO TOTALE, AZOTEMIA, CREATININA EMATICA, URICEMIA, BILIRUBINA TOTALE, ELETTROFORESI SIERICA, PROTEINE TOTALI, PROTEINA C REATTIVA, AMILASI EMATICA, FOSFATASI ALCALINA, CALCIO, SODIO, POTASSIO, SIDEREMIA, PROLATTINA, LH, FSH, TSH, CK, OMOCISTEINA, PTT, VITAMINA D3, ACIDO FOLICO, SANGUE OCCULTO NELLE FECI, ESAME DELLE URINE.

ANALISI
SALUS
CLINICHE

Laboratorio Analisi Salus Ladispoli
Via Ancona 94 • 00055 Ladispoli

06 837 80971

www.lifebrain.it/laboratoriosalusladispoli

life
brain
Eccellenza per
la tua salute

UNA MALATTIA CRONICA CHE RIGUARDA 3 MILIONI DI DONNE

**AL GRANARONE SABATO 9 MARZO IL CONVEGNO SULL'ENDOMETRIOSI
PER SENSIBILIZZARE ED INFORMARE LA CITTADINANZA**

Si terrà sabato 9 marzo alle ore 16.00 presso l'Aula Consiliare del Granarone a Cerveteri una conferenza pubblica dal titolo Endo ... Che? Endometriosi impariamo a informarci per prenderci cura di noi stesse".

Il convegno, promosso dall'Associazione Progetto Endometriosi e patrocinato dall'Assessorato alle Politiche Culturali del Comune di Cerveteri, rientra nell'ambito delle iniziative che l'Amministrazione comunale intende promuovere in occasione della Giornata Internazionale della Donna.

"Un appuntamento importante che sensibilizza e informa la cittadinanza su una malattia cronica e complessa come l'endometriosi che ad oggi, secondo stime, interessa circa 3 milioni di Donne e che vede il suo picco massimo nelle giovani Donne, di età compresa tra i 25 e i 35 anni - dice Federica Battafarano, assessore alle Politiche Culturali- per questo, nell'invitare tutta la cittadinanza, in particolar modo le ragazze, a partecipare a questo incontro, colgo l'occasione per ringraziare A.P.E. Onlus per aver scelto Cerveteri per affrontare una tematica così delicata e di così grande interesse, in una giornata così importante e significativa come quella del 9 marzo, nell'ambito della Giornata Internazionale della Donna".

Previsti autorevoli interventi, tra i quali quello di Chiara Ceccarelli, Referente del gruppo Roma di A.P.E. Onlus, che parlerà dell'importanza di un'associazione di pazienti; della Prof.ssa Donatella Caserta - M.D. PhD. Ordinario di Ginecologia e Ostetricia, Direttore

della Scuola di Specializzazione in Ginecologia e Ostetricia e Presidente del Corso di Laurea in Ostetricia Università degli Studi di Roma "La Sapienza" Az. Ospedaliera Sant'Andrea, che affronterà il tema "Endometriosi: il dolore come spia di un problema profondo" e della psicologa e psicoterapeuta Dott.ssa Caterina Bruni parlerà di Endometriosi: impatto psicologico ed emotivo.

Infine Alessia Menegatti, referente del gruppo Roma di A.P.E. Onlus spiegherà l'importanza di fare informazione per creare consapevolezza.

Modererà il dibattito, il Dottor Riccardo Dionisi, Giornalista. L'evento è realizzato in collaborazione con ASCOM - Associazione Commercianti.

Dal 2005 l'A.P.E. Onlus - un gruppo di donne affette da endometriosi che si basa sul reciproco sostegno, conforto e aiuto - è impegnata in un'importante campagna di sensibilizzazione per informare e aiutare le donne ad affrontare una malattia dolorosa e invalidante, che può occludere le tube, creare aderenze, distorcere gli organi riproduttivi; provocare dolori forti durante il ciclo e l'ovulazione, dolori durante o dopo i rapporti sessuali, dolore pelvico cronico, cistiti ricorrenti, perdite intermestruali e colon irritabile.

Per questo le volontarie dell'Associazione organizzano in tutta Italia incontri di sostegno, conferenze pubbliche, cene sociali, formazione nelle scuole e tavoli informativi per creare consapevolezza e favorire una migliore qualità di vita a chi ne soffre.

La conferenza è gratuita e aperta a tutti.

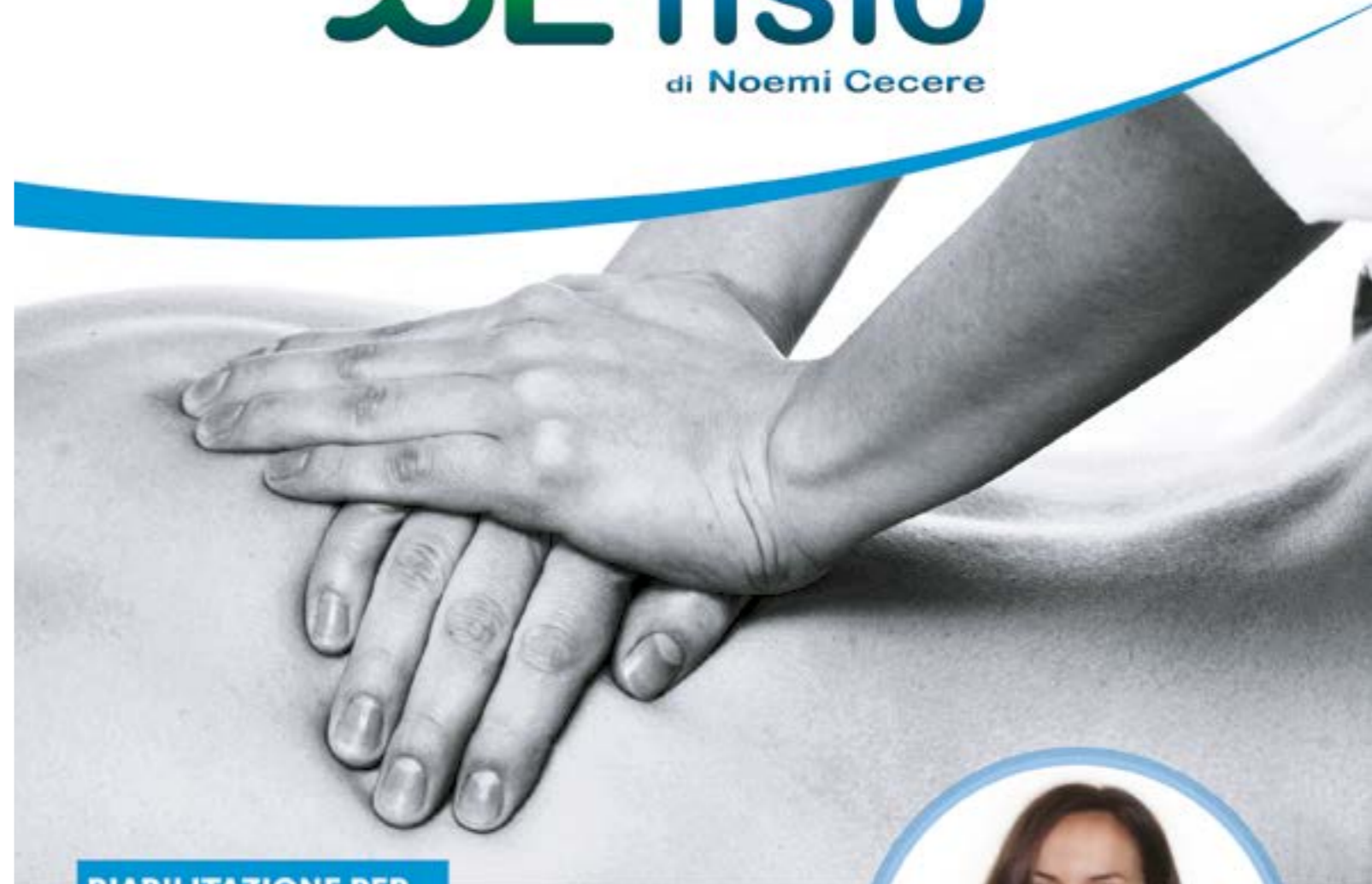
38

Cerveteri



OPERATORE SOCIO SANITARIO
Assistenza anziani
PER INFO **329 1315396**
vincenzomezzullo@gmail.com

Studio di Fisioterapia
E fisio
di Noemi Cecere



RIABILITAZIONE PER

**Patologie Neurologiche
Patologie Ortopediche**

(lombalgia, cervicalgia, dolori muscolari, tendiniti..)

TECAR terapia

Rieducazione posturale Mézières

Riabilitazione post intervento chirurgico

Riabilitazione domiciliare



PACCHETTO RIABILITAZIONE
posturale
individuale
8 SEDUTE

€ 250

PACCHETTO MASSAGGIO
5 massaggi decontratturanti
fisioterapici
total body

€ 150

RIABILITAZIONE SPECIALISTICA

€ 35 a seduta

INFO E CONTATTI:

via La Spezia 112 - Ladispoli - Cell.338.5758014

E-mail: noemi.cecere@live.it - FB @studiodifisioterapiacecere

www.cefisio-ladispoli.it



Veduta Casale del Castellaccio

AGRICOLTURA BIOLOGICA

Cosa vuol dire agricoltura biologica

L'agricoltura Biologica è un metodo nato parecchi anni fa per impulso di persone che hanno creduto si potesse avere una produzione rispettosa della natura e dell'uomo e sostenibile dal punto di vista ecologico.

Oggi l'agricoltura Biologica è regolamentata da una legge a livello comunitario (Regolamento Cee n. 2092 /91), che si basa su alcune linee guida:

- I prodotti ed i mangimi devono essere coltivati su terreni su cui per almeno due anni è stato sospeso l'uso di concimi chimici. Gli animali devono essere allevati con modalità che ne garantiscano il benessere e gli spazi necessari.
- La fertilità del suolo è garantita attraverso la rotazione delle colture e l'uso di concime animale o di altro materiale organico consentito.
- Le malattie delle piante e gli insetti dannosi si combattono con metodi naturali; la salute degli animali si tutela mantenendo un ambiente sano e utilizzando prevalentemente la medicina omeopatica fa ricorso.
- Ogni fase di lavorazione e del prodotto è sottoposta a controlli molto rigorosi da parte di organismi di controllo autorizzati dal Ministero delle politiche agricole.

Perché acquistare carne Biologica?

Le modalità di allevamento rispettano i cicli naturali e non prevedono l'uso di sostanze ormonali che facilitano l'accrescimento del bovino.

L'intera filiera è sottoposta a controlli che garantiscano la qualità del prodotto finale. Nelle carni, per esempio, non è consentito aggiungere additivi che

ne alterino il sapore o la consistenza.

I cibi Biologici sono suggeriti dai pediatri perchè i bambini, a causa dell'imaturità di alcuni enzimi, non hanno le stesse capacità degli adulti di smaltire i pesticidi e i residui chimici.

È ormai noto che molte intolleranze alimentari sono causate proprio dalla presenza di pesticidi.

I cibi biologici inoltre, presentano una maggiore percentuale di sali minerali e di vitamine, fondamentali nella fase di crescita.

Quando un bambino si affaccia alla pubertà, gli alimenti biologici sono ancora più raccomandati per l'assenza di estrogeni che, è ormai noto a tutti, accelerano notevolmente lo sviluppo.

Pro e contro

È necessario accostarsi al biologico con lo spirito giusto, con la voglia di riscoprire gusti e sapori di una volta ed avendo coscienza che molto di ciò che oggi siamo abituati a mangiare è il risultato di manipolazioni industriali che fanno arrivare sulle nostre tavole cibi solo in apparenza perfetti.

Le carni in particolare spesso presentano colori pallidi e innaturali e si tagliano senza l'uso del coltello; questo è il risultato di trattamenti che spesso prevedono infiltrazioni di liquidi aromatizzati e di coloranti che ne ammorbidiscono le fibre rendendo la carne piacevole all'occhio e veloce da cuocere.

Ma non si deve scegliere il cibo come si sceglie un abito. Questa è la scommessa!

La carne è di un sapore più deciso e non si taglia con la sola forchetta.

La cottura prevede tempi giusti. Ogni taglio ha le sue ricette e i suoi tempi di cottura.

L'AGRITURISMO

L'azienda agrituristica biologica, estesa per circa 200 ettari nella tipica campagna romana tra suggestive rovine archeologiche, è il luogo ideale per gli amanti delle passeggiate a cavallo, del trekking e della mountain bike.

L'ospitalità agrituristica viene offerta in un casale di fine '800 completamente ristrutturato ed arredato con originalità esponendo attrezzature del passato.

Nella sala ristoro, antica stalla, si possono gustare, in un'atmosfera familiare, tipiche ricette regionali elaborate con prodotti aziendali biologici, acquistabili anche nel punto vendita e macelleria aziendale.

LA STORIA

La fattoria del tardo XIX secolo, è diventato un agriturismo nel 1997 per volere della famiglia Lauteri che conservando le tradizioni delle famiglie rurali si dedica all'allevamento degli animali (bovini di razza Charolaise e Limousine, pecore di razza Merinizzata italiana e cavalli) e alla cura dell'orto e dei terreni a seminativi e oliveti.

Fiore all'occhiello dell'azienda sono la qualità e genuinità dei prodotti bio.

Gli animali vengono allevati in ampi pascoli e sono nutriti in modo naturale. Le colture seguono il metodo biologico.

Presso il punto vendita è possibile acquistare i prodotti freschi quali frutta e verdura, e le carni degli allevamenti di vacche, pecore, capre, oche, conigli ecc.



MONICA BERTOLETTI
Naturopata

EDUCATIONAL WEEKEND 2019: LA VIA DEL BENESSERE

PERCORSI EDUCATIVI PER RITROVARE LA NATURALE CAPACITÀ DI GUARIRE



42

N.B: per qualsiasi problema di salute e prima di assumere qualsivoglia rimedio, bisogna consultare il proprio medico.

Salute Benessere

Dopo i successi conseguiti lo scorso anno, a grande richiesta ritornano gli Educational Weekend (EW): percorsi educativi di benessere, in un'ottica olistica, per riaccendere ed accrescere l'energia vitale e, soprattutto, per riscoprire la naturale capacità di guarire insita in ognuno di noi. Weekend residenziali, organizzati in luoghi piacevoli in esclusiva per i membri di due gruppi fb che vantano migliaia di iscritti: *Medicina Evolutiva Naturopatia Detox (MEND)* e *Tiroide approccio Evolutivo (TAE)*.

A Bresso (Milano), il 2 e 3 marzo, ha avuto luogo il primo Educational Weekend del 2019. "E' stato stimolante e formativo. EW dopo EW penso e spero di essere riuscita ad acquisire sempre più conoscenze e strumenti per star bene." è stato il primo commento a caldo di una delle partecipanti. A condurre i percorsi educativi, distinti in EW MEND e EW TAE di primo e secondo livello, una équipe integrata di terapeuti, medici e naturopati, di grande spessore umano e professionale: in tutti i percorsi è presente la 'nostra' Monique, (al secolo **Monica Bertoletti**, alias *Monique Bert* per il web), conosciuta e molto apprezzata dai lettori de L'Ortica; la ginecologa olistica dr.ssa **Roberta Raffelli** e la naturopata **Lorena Pompa** per gli EW MEND; il dr **Andrea Luchi**, medico internista esperto di nutrizione e patologie della tiroide, per gli EW TAE.

L'universo EW è vasto e spazia dall'alimentazione, alla detox mente e corpo, dalla gestione dello stress alla Biotipologia Morfologica Funzionale, dalla fitoterapia all'aromaterapia, dai trattamenti energetici ai Workshop esperienziali, dalle tecniche esclusive insegnate all'Istituto Riza all'ANTIAGE ALL BODY, avendo come obiettivo il benessere della persona a 360gradi e la sua rinascita a livello fisico, ormonale, energetico ed emozionale.

"Negli Educational Weekend - spiega Monica Bertoletti - vengono proposti argomenti proficui per ristabilire il benessere, incluse spiegazioni fondamentali sul funzionamento endocrino in chiave scientifica ma fruibile da tutti, con le possibilità di sanare situazioni squilibrate in modo sicuro e personalizzato, una sana dieta ricca di vegetali e dei giusti nutrienti, rilassamento, tecniche energetiche, esercizio fisico e l'uso di integratori naturali che sostengano la salute a un livello sistematico, con strumenti non invasivi che agiscono in maniera proattiva per gestire le nostre vite".

A quando i prossimi EW?: "Tra il 15 ed il 17 Marzo si svolgerà l'EW I livello MEND, nella cornice suggestiva di Vallio Terme, vicino al lago di Garda, mentre le date per il II livello, saranno 24- 26 Maggio sempre a Vallio Terme per MEND, ed 1- 2 giugno a Bresso per TAE", quest'ultimo

aperto a tutti, anche a coloro che non hanno seguito il percorso precedente.

Un'anteprima sugli EW di II livello? "I temi saranno ANTIAGING E LONGEVITÀ, e quindi tutto ciò che riguarda gli strumenti e le tecniche per rinforzare l'organismo, per migliorare la qualità e la durata della vita in salute e in bellezza, in chiave scientifica e secondo l'antica tradizione della Medicina Naturale, con un livello di competenza difficilmente eguagliabile.

Longevità intesa anche come salute e giovinezza del cervello, per cui si porrà l'accento sulla prevenzione delle malattie neuro degenerative, come l'Alzheimer, che purtroppo affliggono sempre più l'uomo moderno, per una serie di cause complesse, tra cui l'enorme carico di tossine ambientali che un organismo deve riuscire a gestire e smaltire. Gli strumenti antiaging, non invasivi e naturali, rispettosi della fisiologia umana, esistono. Noi ve li insegneremo. *Maturare è inevitabile, invecchiare è opzionale*, ha scritto la dr Raffelli, ricordando che i nostri geni influiscono per un 20-30% e che tutto il resto è epigenetica: ossia stile di vita, alimentazione, attività fisica, le nostre relazioni, ciò che noi crediamo e pensiamo. Se noi pensiamo che la menopausa sia la fine della vita sessuale e della nostra bellezza e l'inizio della decrepitezza, questo succederà. Tutti questi argomenti faranno parte degli Educational Weekend di II livello, nei quali insegneremo anche come scardinare le credenze negative che vi impediscono di vivere sani, lucidi e in forma fino a tarda età."

Che differenza c'è tra i due percorsi educativi, TAE E MEND?

"I due EW si differenziano per le competenze dei medici presenti, un taglio endocrino al weekend TAE e un taglio medico olistico in chiave femminile, per il gruppo MEND.

I programmi precisi, che anticiperemo di volta in volta, forniranno ulteriori elementi discriminanti le argomentazioni".

Come si accede agli EW? "Il primo passo è iscriversi ad almeno uno dei due gruppi fb su citati, il secondo passo è quello di inviare una mail, che non comporta alcun impegno a educationalweekend@gmail.com, indicando come oggetto TAE oppure MEND specificando il nome con cui è iscritto nel gruppo, il nome di battesimo, indirizzo, codice fiscale e numero di telefono, la sintesi della sua storia di salute, con specifica di età e problematica da focalizzare, una foto intera per valutazione morfologia personale. Siccome gli aspiranti sono tanti, noi vaglieremo in base ai requisiti. Noi risponderemo ed informeremo in maniera che si possa valutare se confermare la presenza, alle condizioni offerte almeno un mese prima dell'incontro".

BEN DI BIO

vasta gamma di
PRODOTTI BIOLOGICI



ALIMENTI FRESCHI E CONFEZIONATI

PRODOTTI A KM 0



ECODETERGENZA

COSMESI PER TUTTA LA FAMIGLIA



PRODOTTI PER L'INFANZIA



PANE FRESCO BIO

DETERSIVI ALLA SPINA

100%
ECO

Via Ancona 170 - Ladispoli (RM)
Tel. 06.99222248 - Cell. 347.5215221
www.bendibio.net - bendibioladispoli@gmail.com
Facebook e Instagram **Ben di Bio**



Dottor **RICCARDO COCO**
Psicologo - Psicoterapeuta

RELAZIONI DISTACCATE E DISTANZIANTI

2° PARTE

Nella prima parte di questo articolo ho accennato a come le esperienze emotive con i caregivers (coloro che si prendono cura del bambino) strutturano, fin dall'età neonatale, il modo tipico con cui il bambino e poi il futuro adulto si porranno nei confronti delle relazioni intime: quello che in psicologia viene chiamato "lo stile di attaccamento". Vi sono diversi "stili tipici" che sono stati delineati dalla ricerca psicologica sul tema sull'attaccamento e qui affronto quello "distanziante". Questa scelta è legata al fatto che, anche se nella pratica clinica non è frequente la richiesta di aiuto da parte di queste persone, esse riescono a trarre ottimi benefici e profondi cambiamenti da "quell'esperienza emotiva correttiva" (Alexander) che è la psicoterapia. E questa considerazione mi aiuta ad introdurre quello che è l'aspetto centrale di questo stile relazionale: l'ostentazione dell'indipendenza emotiva, il "fare da soli", il "contare solo sulle proprie forze" e dunque il non chiedere aiuto nei momenti di difficoltà (motivo per cui è difficile che chiedano aiuto ad uno psicoterapeuta per le loro sofferenze emotive). Dietro questa immagine di sicurezza e forza che prospettano a chi gli sta vicino ed anche a se stessi, in realtà si cela una grande insicurezza ed un terrore della dipendenza affettiva da un altro essere umano (con altri esseri viventi è diverso, poiché le loro esperienze di rifiuto e trascuratezza le hanno sperimentate con gli esseri umani e sono questi che temono). Insomma, temono (inconsciamente) che "avvicinarsi" troppo ad una persona, cioè "attaccarsi", possa essere pericoloso poiché hanno un'aspettativa inconscia che si ripeteranno le esperienze dolorose



dell'infanzia in cui la dipendenza affettiva dai genitori (inevitabile per un bambino) è stata fonte di angoscia e sofferenza. È lì, nella primissima infanzia, che, per via del processo di adattamento alla realtà, hanno strutturato dei meccanismi di difesa "evitanti" rispetto ai legami affettivi. E ciò che funziona nell'infanzia è restio ad essere abbandonato dopo, anche se poi non è più utile: per il modo in cui funziona la psiche, il bisogno di protezione, mosso dalla paura del dolore emotivo, è decisamente più forte del desiderio di essere felici. Le conseguenze più frequenti di questo modo di stare al mondo sono: un'accentuata vulnerabilità ad episodi depressivi nel corso della vita, una grande quota di rabbia più o meno inconscia, una fatica a tollerare per lungo tempo stati di intimità con altri, una tendenza a "costruire" il proprio quotidiano escludendo la presenza di altre persone e un generale atteggiamento diffidente e di allerta che li porta a "staccarsi" rapidamente dagli altri, come se non si fossero mai legati a loro. D'altronde dalle persone hanno imparato a loro spese che non ne vengono "cose buone", per cui si aspettano solo il peggio. E il fatto che non sono venute cose buone e che non si sono sentiti amati li lascia anche con un'immagine negativa di sé stessi: si sentono cioè colpevoli e responsabili del trattamento ricevuto, "cattivi" e in un certo qual modo "difettosi". Da qui la vergogna e la rabbia (più o meno inconscia) che dunque è rivolta anche contro se stessi.

Cell. 3384970924
www.riccardococo.net

studio professionale: via Livorno 63, Ladispoli

Studio Medico Oculistico

Professor **G. GAROFALO**



Ladispoli Via La Spezia 38
Tel 338/3996983 - 06/9949518
Roma Via Merulana 88
Tel 06/70453612

www.gioacchino-garofalo.docvadis.it
gioacchino.garofalo@uniroma1.it

La TRIACA ERBORISTERIA

FITOCOSMETICA
FIORI DI BACH
CAMELLE SENZA ZUCCHERO
ALIMENTAZIONE NATURALE
LAMPADE DI CRISTALLI DI SALE
PRODOTTI SPARGIRICI
VASTA SCELTA DI:
INFUSI DI FRUTTA
TISANIERE
DIFFUSORI PER AMBIENTE

Ladispoli
Via Bari, 39 - Tel. 06 9911137



VISITA OCULISTICA COMPLETA

CHIRURGIA DELLA MIOPIA
CON LASER AD ECCIMERI

TERAPIA LASER DELLA RETINA

CHIRURGIA AMBULATORIALE
DELLA CATARATTA

DIAGNOSI PRECOCE GLAUCOMA

Curva tonometrica - Pachimetria
Topografia corneale - Campo visivo

DIAGNOSI PRECOCE MACULOPATIE

Foto fondo oculare - Oct
Fluorangiografia - Retinografia



AMBULATORIO VETERINARIO

Dir. Sanitario Dott. De Angelis Pio

Cerveteri (Rm)
Via Soprani Fratelli, 50
Tel./Fax 06 99 43 155 - Cell. 360 24 00 02

Dottor

RICCARDO COCO

Psicologo - Psicoterapeuta

Psicoterapie individuali,
di coppia e familiari

RICEVE PER APPUNTAMENTO
Studio Professionale:
Via Livorno, 63 - Ladispoli (RM)

www.riccardococo.net
Cell. 338.4970924

 DERMOCOSMESI
 GALENICA

 OMEOPATIA E FITOTERAPIA
 VETERINARIA

 CELIACHIA E ALIMENTI BIO
 SPORT



DIFFICOLTÀ GASTRO-INTESTINALI?

Alterazione della risposta immunitaria

MICROBIOCHECK l'analisi del DNA del tuo intestino

- > HOLTER PRESSORIO
- > HOLTER CARDIACO
- > ELETTROCARDIOGRAMMA (ECG)
- > CONTROLLO NEI IN TELEDERMOSCOPIA
- > AUTOANALISI DEL SANGUE
INR | Colesterolo totale | HDL | LDL | Trigliceridi | Glicemia
AST / GOT / ALT / GPT / GGT / Creatinina
- > AUTOANALISI DELLE URINE
- > MISURAZIONE PRESSIONE
- > BIOTRICOTEST

CHECK-UP VISO E CUIOIO CAPELLUTO

NOLEGGIO AEROSOL - TIRALATTE - STAMPILLE
BILANCIA PESO NEONATI



SERVIZI

ORARIO CONTINUATO

LUN/SAB
8:30/20:00

DOMENICA
APERTI
9:00/13:00

VIA PELAGALLI 81 - CERVETERI (RM) TEL: 06 99551302 - FAX: 06 99551302


farma.pratocavalieri@tiscali.it - www.farmaciapratocavalieri.it


 Farmacia PratoCavalieri Dr.ssa T. Morabito



Scarica subito l'app da
carepy.com/download per ricevere
promemoria, consigli e promozioni e
interagire quotidianamente con noi.

È gratis!

Scarica su
 App Store

DISPONIBILE SU
 Google Play



Carepy è l'assistente digitale che gestisce i farmaci e le terapie tue e della tua famiglia. Ti mette in contatto con i tuoi caregiver, il tuo medico di base e specialistico e il tuo farmacista di fiducia: una vera e propria squadra della salute che migliora la tua aderenza terapeutica!



Cassetta dei medicinali

In ogni momento potrai avere informazioni sulla data di scadenza, sulle dosi rimanenti e sulle caratteristiche di ogni prodotto da te acquistato.



Ricordo delle attività

Un sistema di notifiche personalizzate ti aiuta quotidianamente ad assumere tutti i farmaci e a tenere sotto controllo tutti i parametri.



Caregiver

Se ti occupi di familiari o pazienti, l'App è dotata di una funzionalità che ti permette di seguire in modo efficace le terapie della famiglia risparmiando tempo.



Squadra della salute

L'app non ti farà sentire più solo: nella gestione delle terapie avrai il supporto della tua famiglia e del tuo farmacista di fiducia.



Consigli e News

Nelle sezioni Consigli e News sarai costantemente aggiornato sulle informazioni accuratamente scelte per te dal tuo farmacista e sulle notizie riguardanti la salute ed il benessere.



Programma MiCuroBene

Più utilizzi l'App, più ti curi bene, più guadagni punti e più ricevi voucher promozionali da spendere nella tua farmacia di fiducia.

Da oggi la Farmacia PratoCavalieri è ancora più vicina ai suoi pazienti

OTTICA **GRILLI**

★ ★ ★
**1 SU 100
VINCE
SUBITO**

Offerta valida nei mesi
di Febbraio e Marzo

OGNI **99** CONFEZIONI DI LENTI A CONTATTO VENDUTE

LA **100^a** E' IN OMAGGIO

E POTREBBE ESSERE LA TUA!

LADISPOLI

VIALE ITALIA, 137 - TEL. 06.9911152
PIAZZA MARESCOTTI, 7 - TEL. 06.89520322

CERENOVA

LARGO TUSCOLO, 1 - TEL. 06.9904740

☎ 338.8560115

SHOP ON LINE  otticagrilli.com

  OTTICAGRILLI