

L'Ortica

SETTIMANALE

Anno XXII n°13 - 2019 | D E L V E N E R D Ì | Punge ma non fa male



Settimanale indipendente di cronaca, attualità, politica, sport - Fondato da Filippo Di Lorenzo - ANNO 22 - 29/03/2019

NON APRITE QUELLA PORTA!

A Cerveteri e Ladispoli occorre la massima attenzione per i falsi inviati di società elettriche che tentano di introdursi nelle case con cattive intenzioni

LADISPOLI

Nuovo look
per la stazione

CERVETERI

Necropoli del Sorbo,
una triste storia

I ragazzi
sono
L'INCHIESTA
i più esposti
al 5G

MAGAZZINI
Maurys
IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO
WWW.MAURYS.IT

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

IMMOBILIARE DONINI



La prima agenzia immobiliare di Ladispoli



LADISPOLI - CENTRALISSIMO PANORAMICO - APPARTAMENTO completamente e finemente ristrutturato, composto da ampio ingresso, soggiorno, cucina abitabile separata, camera matrimoniale, bagno, ampio balcone angolare abitabile con vista su mare e monti. Doppie finestre vetro camera, pavimentazione in parquet. Materiale edile di prima qualità, tende da sole, vista mozzafiato. Cl. En G

Cod. 44L/18A
Trattative Riservate



LADISPOLI - ZONA CLAUDIA In zona residenziale e tranquilla, proponiamo in vendita un appartamento in ottime condizioni al secondo ed ultimo piano di una piccola palazzina di recente costruzione. L'appartamento è composto da ingresso, soggiorno con angolo cottura, camera, cameretta, bagno, due balconi. Box di 18 mq. Riscaldamento autonomo. Condizioni ottime, ottima esposizione. Cl. En G.

Cod. 13L/19A € 140.000,00



LADISPOLI - CENTRALE A poca distanza da tutti i servizi, la Via Principale, ed il mare raggiungibile facilmente a piedi, proponiamo in vendita in piccolo palazzo, appartamento in buonissime condizioni, composto da soggiorno con angolo cottura, camera, cameretta, doppi servizi, balcone. Abitabile da subito, termo autonomo. Classe En G.

Cod. 05L/18A
€ 120.000,00 Trattabili



LADISPOLI A POCA DISTANZA DAL MARE Appartamento al secondo ed ultimo piano di una piccola palazzina in cortina composta da ingresso, soggiorno, cucina abitabile, camera matrimoniale, bagno appena ristrutturato, tre balconi a livello e solarium con una vista molto bella, aperta verso il mare, di proprietà esclusiva. Assolato, esposto su tre lati. Cl. En G.

Cod. 06L/19AT € 130.000,00



LADISPOLI - CENTRALISSIMO OTTIMO STATO Appartamento su due livelli, in palazzo con ascensore composto da ingresso su soggiorno e cucina a vista, bagno, terrazzo a livello, con tende da sole. Al piano superiore: camera matrimoniale, cameretta, bagno. Cantina al piano seminterrato. Assolato, termo autonomo. Porta blindata. Cl. En G.

Cod. 01L/19A
€ 165.000,00 Trattabili



LADISPOLI - CAMPO SPORTIVO A POCA DISTANZA DALLA STAZIONE Appartamento su due livelli in una piccola palazzina a poca distanza dalla stazione: al terzo piano è composto da ingresso su terrazzo verandato, a cui si accede tramite portoncino. Si entra quindi nel soggiorno con angolo cottura, camera da letto, bagno, terrazzo a livello fuori il soggiorno. Al piano superiore ci sono altre due camere e bagno. Possibilità di acquisto box, trattativa a parte. Predisposto per termo autonomo. Classe Energetica G.

Cod. 87L/17A € 160.000,00



VALCANNETO Villa in bifamiliare su tre livelli, composta da ampio salone con camino, cucina abitabile, camera, bagno al piano rialzato, porticato, ampio giardino di proprietà esclusiva. Al primo piano: tre camere da letto, doppi servizi (uno nella camera padronale), quattro balconi. Locale mansarda con cameretta e bagno. Al piano semi interrato appartamento completo con accesso anche indipendente attualmente adibito a B&B per 6 - 8 posti letto con regolare licenza ed il proprio pacchetto clienti. Box al piano seminterrato con cancello automatico, impianto fotovoltaico a produzione di Energia Elettrica con introiti su c/c., serbatoio acqua di 1000 litri circa, n. 2 pompe idrauliche, inferriate, tende da sole, climatizzatori, zanzariere. Buonissime condizioni. Cl. En G.

Cod. 08C/19V

€ 400.000,00 Trattabili



VILLA IN VIA BELVEDERE ZONA FURBARA-SASSO

Bellissima porzione in bifamiliare all'interno di un piccolo boschetto, con corpo dell'immobile interamente costituito da blocchetti in peperino. A livello terra l'ingresso è diretto nel salone triplo, con termo camino ad aria; dal salone si accede ad un'area esterna mattonata, attraverso una grande portafinestra scorrevole; cucina di considerevoli dimensioni con vetrata panoramica su giardino e campagna, comoda lavanderia e stanza da bagno con box doccia. Al primo piano si trova la zona notte: disimpegno con armadio a muro, due camere, bagno completo con box doccia. Inoltre, camera da letto padronale con bagno privato. Piano è pavimentato in parquet. Piano sottotetto: unico ambiente di ampia superficie ottimamente rifinito e fornito di finestre. Nella parte bassa del giardino, è presente il magazzino garage. Infissi in legno a vetrocamera, allarme, termoautonomo, condizionatori, persiane blindate, zanzariere. Cl. En F.

Cod. 04C/19V

€ 400.000,00

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
L'Ortica
| DEL VENERDÌ |

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



Per non dimenticare



Mentre si susseguono i commenti a seguito della sentenza della Corte d'Appello, dopo la pubblicazione delle motivazioni del verdetto che ha derubricato il reato da omicidio volontario con dolo eventuale a omicidio colposo, con colpa cosciente, in molte guardano con speranza all'ultimo grado di giudizio. Sperando che la Corte di Cassazione possa restituire giustizia a Marco Vannini, ucciso a Ladispoli con un colpo di pistola. Nell'attesa, ci sono però numerose iniziative per tenere vivo il ricordo dello sfortunato ventenne di Cerveteri affinché non cada nel dimenticatoio una delle pagine più tragiche del nostro territorio e finora una delle vicende più inquietanti per la giustizia italiana. A Ladispoli l'iniziativa più significativa è arrivata dall'amministrazione che ha annunciato l'intitolazione del Polifunzionale di via Yvonne De Begnac a Marco Vannini. Un gesto dai molti significati, l'edificio è il simbolo della cultura e dello spirito di aggregazione di tutta la città, rappresenterà l'eterna memoria della tragica ed incomprensibile scomparsa di un ragazzo di soli venti anni.

E' un modo per ribadire che la città è stretta attorno alla famiglia Vannini, il Polifunzionale di via Yvon de Begnac è davanti al palazzetto comunale, il messaggio è forte e chiaro. Ed è un messaggio robusto che segue le tante iniziative attuate in questi anni a Ladispoli tra fiaccolate, manifestazioni di solidarietà, giardini pubblici come quello del quartiere Miami con targhe che portano il nome di Marco. Senza dimenticare la targa posizionata proprio in via Alcide De Gasperi, davanti casa dove Vannini fu ucciso. Tante iniziative in attesa che il terzo grado di giudizio possa restituire agli italiani quel senso di fiducia nella giustizia che le prime due sentenze hanno duramente picconato.

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.



CELLULARI E CANCRO: "I RAGAZZI I PIÙ ESPOSTI. IL 5G È MOLTO PIÙ PERICOLOSO"

**"CHIEDEVAMO TUTELA PER LA SALUTE, CI ACCUSARONO
DI ROVINARGLI IL BUSINESS" INTERVISTA ALL'ARCH. LAURA MASIERO,
LA SUA ASSOCIAZIONE HA VINTO AL TAR LAZIO SULLO 'STATO INERTE'**

Uso compulsivo di telefoni cellulari, bambini e adolescenti i soggetti più vulnerabili, pericolosissime irradiazioni elettromagnetiche, onde non ionizzanti con collaterali conseguenze da *effetti nocivi sulla salute umana*: l'inerzia serbata dalle *Autorità* non è più ammissibile, **lo Stato torni al ruolo del buon padre di famiglia** e informi i cittadini sui pericoli (ampiamente) documentati dall'evidenza scientifica più aggiornata, senza più delegare all'industria del *wireless* che tergiversa sugli effetti dell'elettromog, confondendo profitto e salute, privato e pubblico. Così non si può più continuare. E lo faccia subito, lo Stato, promuovendo **entro Giugno un'adeguata campagna informativa** avente ad oggetto l'*individuazione delle corrette modalità d'uso degli apparecchi di telefonia mobile*. **Ne avevamo accennato su L'Ortica, la notizia ha**

fatto il giro del mondo. In piena corsa 5G, i giudici del Tar del Lazio hanno condannato i ministeri di Sanità (Giulia Grillo), Ambiente (Sergio Costa) e Pubblica Istruzione (Marco Bussetti) per non proteggere adeguatamente i cittadini nel godimento del diritto costituzionale (art. 32) di tutela della salute. Non c'è informazione per un uso consapevole dei telefoni cellulari, possibili agenti cancerogeni dal 2011 per l'Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro. Il cellulare non è un disimpegno, non è come bere un bicchiere d'acqua. "Quando ho appreso la notizia della sentenza, mi è venuto da piangere!" Laura Masiero fa l'architetto e presiede APPLE, la battagliera Associazione Per la Protezione e la Lotta all'Elettromog ("tra noi professionisti, ma siamo semplici cittadini comuni") che, uno dopo l'altro, incasella successi nelle aule di

6

tribunale. Nei giorni scorsi, manifestando a Vicenza in difesa del clima contro la devastazione ambientale, gli attivisti sono scesi in piazza con l'emblematico striscione **'SI ALLA VITA, STOP 5G'**. "In Italia non c'è consapevolezza, molte mamme pensano che siano come giocattoli e danno il cellulare pure ai loro figli, ignorare del pericolo". Ecco la sua versione, raccolta a Padova.

Masiero, se l'aspettava questa vittoria?

"No, affatto, non ci speravo, se non altro perché davanti avevamo le istituzioni, lo Stato."

Che significa, allora, che i ministeri devono informare correttamente del pericolo tutti i cittadini?

"Che non si può più continuare a far finta di niente. Erano gli anni della storica sentenza Marcolini (Cassazione 2012, il manager bresciano a cui per primo è stato riconosciuto il nesso telefonino=cancro, NdA), ricordo una copertina del Times, diceva che il cellulare deve stare almeno a 2,5 cm. dalla testa, non vicino all'addome, non vicino al grembo di donne incinte, non in mano ad adolescenti. Forse i dicasteri soccombenti potrebbero iniziare a dire questo, non sarebbe male."

Nella sentenza si legge che il Ministero della Salute si è difeso producendo studi negazionisti dell'Istituto Superiore di Sanità, roba da soli effetti termici, effetti biologici negati, come sostiene l'associazione privata ICNIRP, che per il mondo traccia le linee guida sulla protezione. Ma sappiamo che un ex dirigente di quell'istituto è poi passato ad una multinazionale della telefonia mobile e che l'ICNIRP è piena di figure bifronte, a metà tra industria e ricerca. Conflitti d'interessi....

"Ah... la questione non è affatto nuova. In un altro procedimento intentato da APPLE sempre per una richiesta di informazione corretta verso i cittadini, la difesa del ministero portò in tribunale documenti per sostenere come noi stessimo rovinando il business della telefonia mobile."

Chiedevamo solo tutela della salute, e loro ci risposero come fossero un'azienda e non lo Stato. Questo le

dice tutto. Ci saremmo aspettati studi, ricerche, dati epidemiologici, riscontri medico-sanitari, invece ci risposero come se fossero una cosa sola con l'industria..."

Il Tar Lazio parla esplicitamente di una campagna di informazione sul corretto utilizzo dei cellulari, rivolta per lo più ai giovani. Che vi aspettate?

"Non so, no so nemmeno come e cosa faranno..."

... beh... qualcosa di diverso dalla riduttiva paginetta sul sito internet del dicastero, chissà... pubblicità negli stadi, ai concerti, nelle discoteche. C'è tempo fino a Giugno ...

"Magari! Forse spot televisivi tipo pubblicità progresso, sarebbe una gran risultato."

O forse, come migliore cosa, un'azione tipo pacchetto di sigarette, cioè un'etichettatura da apporre sui cellulari al momento dell'acquisto, dove si spiegano correttamente i pericoli nell'uso disinvolto e compulsivo."

Oppure un'azione nelle scuole, dove noi, come associazione, andiamo spesso per educare i ragazzi all'uso vigile della tecnologia. Come dicono i giudici, i ragazzi sono i più esposti al rischio..."

Ma non le pare in contro tendenza? Nelle scuole c'è ovunque Wi-Fi e in fondo siamo in piena corsa 5G: uno tsunami elettromagnetico senza precedenti nella storia dell'umanità ci sommergerà....

"Il 5G è diverso, molto, molto più pericoloso del singolo cellulare."

Qui si parla di casa domotica, di automobili guidate da remoto, di radiofrequenze inesplorate, di microonde millimetriche che colpiscono la pelle e penetrano nei tessuti. Mi viene da pensare agli elettrosensibili, loro sono come antenne umane... che succederà? Non lo sappiamo, ma il 5G è il peggio di tutto. Sicuramente ricorremo in tribunale."

Le multinazionali pensano solo ai guadagni, non alla salute...". **Messaggio ricevuto, forte e chiaro: contro il pericolo invisibile, contro l'inerzia della politica governativa di Stato, ci si difende da soli. Anche nelle aule di tribunale!**

7



STOP 5G a CERVETERI, MARTUCCI PRESENTA IL LIBRO INCHIESTA

Giovedì 11 Aprile 2019 ore 17.30 presso l'Erboristeria in Sole (Via Paolo Borsellino 16 Cerveteri) il giornalista e scrittore Maurizio Martucci presenta il libro d'inchiesta sull'elettromog e i pericoli del 5G dal titolo 'Manuale di autodifesa per elettrosensibili' (Terra Nuova).

Ingresso libero 06.9943.281 www.erboristeriainsole.com. Su L'Ortica, Martucci è autore della rubrica settimanale 'Il pericolo invisibile'.

RIA Show Room Porte e Finestre
SUPER OFFERTE per tutto il mese di Marzo
-25% su tutti i prodotti
Via Settevene Palo, 91/93 - CERVETERI (RM) - Tel. 06.83088606 - Cell. 324.6049163

LA DIMENTICATA NECROPOLI DEL SORBO

di Giovanni Zucconi

VI RACCONTIAMO L'INCREDIBILE STORIA DI UNA IMPORTANTE TESTIMONIANZA ARCHEOLOGICA RIMASTA SEPOLTA DALLE COSTRUZIONI MODERNE

Cosa può spingere una città a volere distruggere una grande e prestigiosa necropoli presente sul proprio territorio? Trovate strana questa domanda? Alla fine di questo articolo la troverete un po' meno strana. E avrete delle sorprese.

Per contestualizzare la nostra storia, cominciando dalla fine, leggiamo cosa c'era scritto sul sito Internet del Comune di Cerveteri:

"Ben poche presenze rimangono della necropoli del Sorbo, quasi interamente sepolta con le costruzioni moderne. Si sono conservate solamente alcune tombe a dado e la famosa Tomba Regolini-Galassi". Credo che pochi ormai conoscano la non più visibile Necropoli del Sorbo. Facciamo quindi un piccolo richiamo. Il grande Raniero Mengarelli, negli anni 20 del Novecento, aveva portato alla luce, con scavi sistematici, una grande necropoli utilizzata per secoli dagli abitanti di Caere, soprattutto nel periodo villanoviano. Una necropoli non monumentale come quella della Banditaccia, ma molto estesa e articolata, con centinaia di tombe e cinerari, come possiamo vedere nella pianta disegnata dallo stesso Mengarelli. Una necropoli che raccontava, con le sue tombe e i corredi che esse avevano restituito, un pezzo di storia della Caere più antica. Una necropoli studiata da grandi archeologi e oggetto di conferenze e pubblicazioni fin dal 1913. Premesso questo, tutti conoscono la storia di come la Necropoli del Sorbo

sia stata seppellita da un moderno quartiere di alti palazzi. Una storia incredibile e vergognosa. Un vero e proprio crimine contro l'Umanità, rimasto impunito. Uno degli atti più gravi perpetrati, in tempo di pace, contro il patrimonio archeologico e contro la memoria storica di un popolo. Solo l'ISIS ha saputo fare di meglio.

Siamo nel 1966. Una bella mattina, chi percorreva la via Settevene Palo, notò che, proprio nell'area della Necropoli del Sorbo, era stata eretta un'alta recinzione provvisoria che impediva l'accesso e la vista su quello che accadeva al suo interno. Solo dopo si seppe che era stata eretta dal costruttore ceretano Paolucci, e che, al coperto da occhi indiscreti, stava aprendo un cantiere per la costruzione delle diverse palazzine che avrebbero poi dato origine all'attuale quartiere del Sorbo. Questa storia la conosciamo tutti, soprattutto perché lo scempio ce lo abbiamo ancora sotto gli occhi Tutti i giorni. Ma quanti sanno che questo è stato solo il terzo tentativo, riuscito, di distruggere la Necropoli del Sorbo? La volontà di demolire il sito archeologico si era manifestata a Cerveteri almeno altre due volte negli anni 20 del secolo scorso. Furono una specie di prova generale, che testimoniano il distacco e l'indifferenza della comunità cerveterana nei confronti del suo patrimonio archeologico. Quello che vi racconteremo adesso sembra quasi incredibile, ma purtroppo è storia vera.

Siamo nel 1927, il Prefetto di Roma ordina a tutti i Comuni di creare un "Bosco del Littorio" a uso e beneficio dell'opera dei Balilla. Anche il Podestà di Cerveteri, tale Giuseppe Staffa, risponde alla richiesta, proponendo a Raniero Mengarelli di realizzare questo bosco su un'area detta "Vocabolo Sorbo" ("Vocabolo" è un'unità della toponomastica più piccola di una "frazione"). Siamo proprio parlando del nostro Sorbo. Ma l'illuminato Podestà, antesignano di tanti nostri illuminati Sindaci, anticipa al Mengarelli che, purtroppo, ci sarebbe un problema. È che su quell'area c'è un vincolo archeologico (mannaggia). Ma aggiunge che sicuramente il Ministero della Pubblica Istruzione potrà facilmente togliere il vincolo, sia per la nobiltà del fine e, soprattutto, perché "riteneva" che nel passato fossero stati eseguiti su questo terreno alcuni saggi di scavo, che non fecero emergere nessun reperto archeologico. Non saprei dire se questo signor Staffa fosse più un cialtrone, un ignorante o un bandito. Lui "riteneva" che ci fossero stati dei saggi di scavo che avevano dimostrato che lì, proprio nella Necropoli del Sorbo, riportata alla luce diversi anni prima, non ci fossero reperti o strutture archeologiche. E lo scrive al Mengarelli... Divertente vero? Adesso sappiamo chi sono stati i maestri dei nostri amministratori del dopoguerra. Posso immaginare la faccia di Raniero Mengarelli quando lesse la proposta del Podestà. Lui che, naturalmente, aveva partecipato personalmente agli scavi effettuati nella Necropoli. La sua risposta è bellissima, e va letta tutta integralmente. Ricordiamo che, in quegli anni, il Mengarelli è il Direttore dell'Ufficio per gli Scavi dei mandamenti di Civitavecchia e Tolfa, che comprendeva anche Cerveteri e Tarquinia.

Le parti più significative verranno sottolineate in grassetto.

"Sarei ben lieto se potessi dare parere favorevole per l'impianto del "Bosco del Littorio" nel terreno di proprietà dell'Università Agraria di Cerveteri in contrada "Sorbo", nelle immediate vicinanze dell'abitato di Cerveteri. Ma tale parere favorevole non posso dare per le seguenti ragioni:

1 - nel detto terreno si estende la Necropoli arcaica di Caere, a mezzogiorno dell'antica città. Tale necropoli arcaica già diede importantissimi risultati nell'esplorazione metodica che io stesso ne feci entro il fondo di Rosa Chiani sino al confine del terreno della Università Agraria ove il "Bosco del Littorio" dovrebbe sorgere. I materiali provenienti dallo scavo hanno grandissimo valore archeologico, e sono depositati nel Museo di Villa Giulia. Al Congresso Etrusco di Firenze dello scorso anno io resi nota al mondo scientifico la "Necropoli del Sorbo", la cui illustrazione costituì una rivelazione notevolissima. Il mio rapporto, fortemente condensato, sulla "Necropoli del Sorbo" è pubblicato negli atti del Congresso, ove son destinate ad essa ben 7 tavole;

2 - nell'area ove il Comune di Cerveteri vorrebbe creare il "Bosco del Littorio" aprì alcune Tombe



1968
crida



CENTRO RECUPERI INDUSTRIALI

DEMOLIZIONI AUTO

RICAMBI AUTO NUOVI E USATI

tel: **06.9912110** fax: **06.99272064**

Pasquale **335.1419426**

Nicola **335.1419424**

Ladispoli (Rm)
via Procoio di Ceri 430
email: **cridasas@libero.it**
www.demolizionicrida.it



PIANTA DEL SEPOLCRETO ARCAICO DI CAERE

arcaiche a fossa e a pozzetto in occasione della visita del Congresso Internazionale di Archeologia nel 1913; e quelle tombe furono visitate da molti congressisti. Ma il sepolcro ivi si estende denso, e fra le tombe a inumazione e a incinerazione vi sono anche delle tombe a camera di varie età. Negli anni successivi al 1913 io feci in quel luogo, a intervalli, compatibilmente con lo svolgimento del programma di scavo nella parte monumentale della necropoli etrusca, poche altre esplorazioni, le quali diedero risultati notevoli, sebbene effettuate sopra una superficie piccolissima. Ma l'imbarazzante risposta non termina qui, e riserva un'altra bacchettata al Podestà e ai suoi predecessori: "Io smisi ogni ulteriore scavo per gli ostacoli che incontrai da parte degli amministratori del Comune in quel tempo, e che non ridondano a onore di essi. Per la quarta parte del valore dei materiali archeologici rinvenuti nella limitatissima esplorazione, parte che spettava alla pro-prietaria Università Agraria, furono a questa liquidate L. 400.

La stima odierna di tale parte sarebbe molto più elevata. Pertanto il Podestà di Cerveteri è stato molto male informato quando ha scritto nella sua deliberazione del 16/7/1927 n. 134 che i "saggi eseguiti in quel terreno non diedero alcun risultato". Né è da dimenticare che negli scavi di sepolcreti arcaici i risultati scientifici hanno un valore di gran lunga maggiore di quelli economici;" Diciamo che il Mengarelli si diverte a ridicolizzare l'inetto Podestà di Cerveteri. E con esso un'intera classe dirigente espressa negli anni dal nostro Comune. Parlavamo di un terzo tentativo di costruire sopra la Necropoli del Sorbo. Ce lo rivela sempre il nostro amato ingegnere, nella sua risposta al Podestà: "Nell'occasione mi permetto far presente a cotesto On. Ministero che già il precedente Podestà, Colonnello Mazza, aveva fatta a me domanda per togliere il vincolo archeologico al terreno del "Sorbo" della Università Agraria, a fine di stabilirvi il nuovo cimitero. Io risposi negativamente, con lettera d'ufficio, esponendo le ragioni predette.

La "pratica" relativa, molto recente, non può essere ignota al nuovo podestà, il quale, in questa nuova occasione, ha fatto mostra di non conoscerla, e di non conoscere nemmeno me."

Appare chiaro che la Necropoli del Sorbo sia sempre stata considerata dai Cerveterani, amministratori o no, come una semplice area su cui costruire qualcosa. E alla fine ci sono riusciti a sotterrare tutta la memoria storica in essa custodita. Una specie di maledizione che, nel 1966, ha finalmente avuto compimento. Purtroppo, come dico sempre, i grandi mali di Cerveteri vengono da lontano, ma sono sempre stati a Cerveteri. All'interno della stessa comunità. Scrive sempre il Mengarelli al Ministero:

"...Credo che sarebbe utile se cotesto On. Ministero volesse ricordare al Podestà e al Prefetto che, per i grandi lavori di esplorazione che hanno ormai reso celebre Cerveteri, e nei quali s'impiegano notevoli somme con annui stanziamenti, mentre io dò ad essi un'attività intensa, il Comune di Cerveteri, che trae da tutto ciò utile e decoro, non dovrebbe mai creare difficoltà all'azione di tutela archeologica, e dovrebbe anzi adoperarsi per rimuovere quelle sollevate da enti e da privati." Concludiamo dicendo che, se nel 1966 ci fosse stato Raniero Mengarelli al posto dell'allora Soprintendente Mario Moretti, lo scempio del Sorbo non sarebbe sicuramente mai avvenuto. Ma la Comunità di Cerveteri non ha mai amato i personaggi che hanno osato cercare di trasformare il proprio Paese in una prestigiosa e ordinata area archeologica, anche dal punto di vista turistico.

A ulteriore dimostrazione di questo, voglio ricordare che a Mario Moretti è stata dedicata la prestigiosa piazza davanti l'ingresso della Necropoli della Banditaccia. Mentre a Raniero Mengarelli, solo nel 1992, gli è stata dedicata una piccolissima via, seminascosta, quasi un parcheggio, sita in un recente complesso residenziale. Costruito proprio sulla collina del Sorbo.

La vendetta e la beffa finale al solerte e onesto, troppo onesto, ing. Mengarelli, è stata così servita...



Immobiliare Ciavarella

"LA TUA NUOVA CASA"
se non "ORA" quando?

www.immobiliareciavarella.com



LADISPOLI - CENTRO
BILOCALE IN PICCOLA PALAZZINA
SENZA CONDOMINIO
A 200 METRI DAL MARE
OTTIMO INVESTIMENTO
€ 65.000,00 TRATTABILI
Classe Energetica G



LADISPOLI - DOMITILLA
TRILOCALE CON ESPOSIZIONE
PANORAMICA
FINEMENTE RISTRUTTURATO
CON DUE GRANDI CAMERE
DA LETTO, TERRAZZI
CON TRIPLA ESPOSIZIONE
€ 133.000,00 TRATTABILI
Classe Energetica G



LADISPOLI
ADIACENTE STAZIONE
ATTICO RISTRUTTURATO
AMPIA METRATURA
2 GRANDI CAMERE DA LETTO
PICCOLA PALAZZINA
SENZA CONDOMINIO
€ 133.000,00
Classe Energetica G



LADISPOLI - DOMITILLA
TRILOCALE TOTALMENTE
RISTRUTTURATO CON
2 GRANDI CAMERE DA LETTO
PRIMO PIANO CON ASCENSORE
DUE AMPI BALCONI ABITABILI
POCO DISTANTE DAL MARE
€ 135.000,00 TRATTABILI
Classe Energetica G



LADISPOLI - CENTRO
PIANO TERRA DI 100 MQ
TOTALMENTE RISTRUTTURATO
TRE CAMERE DA LETTO
E DOPPI SERVIZI
GIARDINO PERIMETRALE
CONTESTO SIGNORILE
€ 229.000,00
Classe Energetica G



LADISPOLI - CERRETO
VILLA BILIVELLI CON BELLISSIMA
ESPOSIZIONE
IN PERFETTE CONDIZIONI
3 CAMERE AL PRIMO PIANO
GIARDINO ANGOLARE
CON POSTO AUTO INTERNO
€ 239.000,00 TRATTABILI
Classe Energetica G



LADISPOLI - CERRETO
VILLA TOTALMENTE RISTRUTTURATA
SALA HOBBY COMPOSTA DA
APPARTAMENTO INDIPENDENTE
AMPIO GIARDINO CON POSTO AUTO
INTERNO
ADIACENTE AL CENTRO COMMERCIALE
€ 269.000,00 TRATTABILI
Classe Energetica G



LADISPOLI
SPLENDIDA VILLA
DI GRANDE METRATURA
DIVISA IN DUE UNITÀ ABITATIVE
GIARDINO DI OLTRE 200 MQ
CON PISCINA
CONTESTO SIGNORILE E CURATISSIMO
PERFETTA PER DUE FAMIGLIE
€ 320.000,00 TRATTABILI
Classe Energetica G

CONTATTACI PER LA VALUTAZIONE GRATUITA DEL TUO IMMOBILE

VIA LADISLAO ODESCALCHI, 109 - LADISPOLI (RM)
TEL: 06 99 13 797 - 349 66 33 199 - immobiliareciavarella@alice.it



C'ERA UNA VOLTA IL FRANCOBOLLO

FU LA REGINA VITTORIA AD INTRODURLO
PER SANARE L'ECONOMIA MESSA IN GINOCCHIO
DALL'IMPORTAZIONE DI TÈ DALLA CINA

di Adriano Botta

Questo piccolo quadratino di carta colorata da un lato e unto da un leggero strato di colla sul retro e che veniva applicato su ogni tipo di busta, lettera o pacco postale per oltre cento cinquant'anni in quasi tutte le parti del mondo come una tassa per il servizio che veniva fornito, iniziò ad andare in disuso con l'avvento delle macchine che hanno sostituito con delle stampanti elettroniche una marcatura all'inchiostro nero, quasi insignificante rispetto a quei graziosi quadratini colorati che allietavano buste e pacchi per tanti anni e che davano un leggero piacere ai destinatari.

Naturalmente, come ogni oggetto a questo mondo c'è sempre un'origine. Fino all'inizio del novecento lettere, missive, certificati e quant'altro erano scritti su carta pecora, o pergamene, su fogli ricavati dai papiri ed in ultimo Marco Polo scoprì in Cina l'uso di carta fatta da pasta di riso. Quel lontano popolo usava la carta di riso anche per emettere banconote di vario valore, molto più facile e leggere da trasportare, comprese le cambiali...si proprio così. Di ritorno a Venezia, Marco Polo, oltre a narrare alcune sue

esperienze in Cina, mostrò alla Corte del Doge una cambiale. Venne esaminata tra i presenti, e quando giunse nelle mani del Patriarca di Venezia, questi dopo averla esaminata la stracciò definendola "opera di Infedeli!". Al che lo zio di Marco Polo disse al Patriarca "Eminenza, avete appena stracciato dieci libbre d'argento!"

Ma veniamo a tempi più recenti. Tra il seicento e l'inizio del settecento gli inglesi avevano scoperto il tè. Queste foglioline della pianta del tè messe in acqua calda, davano una bevanda aromatica, ed il tè entrò a far parte dell'usanza quotidiana in Inghilterra e di seguito anche in Europa. Anche se gli inglesi avevano trapiantato il tè in alcune zone dell'India, la gran parte del tè era importato dalla Cina. I Cinesi esigevano il pagamento del tè in argento, e dato il largo consumo che ne facevano i commercianti inglesi, il governo britannico notò con preoccupazione il calo delle riserve d'argento. Bisognava porre ai ripari questo flusso d'argento verso la Cina. Nel 1837 salì sul trono d'Inghilterra la **Regina Vittoria**. Giovannissima ed intraprendente trovò in **Lord Melbourne**, un

valido Primo Ministro, che oltre a farle da padre e precettore, le insegnò vari spunti della politica inglese, e suggerì alla Regina di porre una leggera tassa sulla corrispondenza!

In quel tempo la posta in Inghilterra era recapitata a mano. Le lettere piegate e sigillate o arrotolate da un nastro venivano trasportate a cavallo o sulle carrozze da viaggio assieme a passeggeri e merci; ma per l'estero? Lord Melbourne si servì di un certo **Rowland Hill**, pittore e disegnatore di quel tempo, al quale era stato ordinato un ritratto della Regina, e che era stato anche lo spunto per coniare delle monete d'oro del valore di una sterlina, e che per tutta l'era vittoriana erano conosciute con il nome di "Sovrane". Il signor Hill suggerì di ridurre il dipinto della Regina alla dimensione di un quadratino di carta con l'effigie della sovrana da un lato ed un leggero strato di colla sul verso, e applicato sulle buste o pacchi sopra il nome ed indirizzo del destinatario. Questo quadratino avrebbe avuto un valore differente a seconda delle dimensioni della lettera, del peso e della distanza, e sarebbe stato chiamato Postage Stamp in inglese, francobollo in italiano, timbre poste in Francese e così via. I primi francobolli con l'effigie della Regina erano colorati di un rosa pallido e dal valore di "Due Pence". **Dal 1840 tutta la corrispondenza doveva essere affrancata, e questo sistema venne adattato praticamente in tutto il mondo.** Con questo sistema economico l'Inghilterra, risanò una parte della propria economia. In India oltre al cotone, l'indaco, la canapa ed altri prodotti gli inglesi iniziarono a produrre il tè sugli altipiani collinari del nord, dal clima temperato...e non dimentichiamo che essi iniziarono a coltivare le piante di papavero dalle quali si estrae l'oppio ... ma questa è un'altra storia!



I FRANCOBOLLI FIRMATI

da Biagio Tamarazzo, il fotografo dei Papi

Un prestigioso riconoscimento è stato assegnato a Biagio Tamarazzo, il noto fotografo di Ladispoli. Conosciuto in tutto il territorio per essere il fotografo ufficiale dell'ufficio Servizi Tecnici del Governatorato della Città del Vaticano. Nel 2017, per i suoi 35 anni di carriera fotografica, l'ufficio filatelico numismatico lo premia con l'emissione di due francobolli a sua firma.

I due francobolli emessi riproducono la residenza Papale estiva di Castel Gandolfo e Palazzo Innocenzo VIII. Ebbene, la sue foto sono ora diventate splendidi francobolli.

Serie Europa 2017: I Castelli

Dalla nostra redazione un grande elogio all'amico Biagio Tamarazzo.



HAIR & BODY
BOUTIQUE
FRANCHISING ITALIANO

Elite Hair Style

PACCHETTO 30
COLORE - RICOSTRUZIONE
CAPELLI - PIEGA
SEMIPERMANENTE MANI

€ 30,00



MECHES
45,00 €



SHATUSCH
BALAYAGE
50,00 €



RICOSTRUZIONE
MOLECOLARE
30,00 €

PIEGA
DA 10 €

TAGLIO
10 €

COLORE
DA 13 €

TEL. 329 20 39 144

LADISPOLI - VIA NAPOLI 114

CERVETERI - VIA SETTEVENE PALO 157

SANTA SEVERA - VIA DELLA MONACELLA 33

f Elite Hair Style



OCCHIO A CHI BUSSA ALLE VOSTRE PORTE

OCCORRE LA MASSIMA ATTENZIONE PER I FALSI INVIATI DI SOCIETÀ ELETTRICHE CHE TENTANO DI INTRODURSI NELLE ABITAZIONI CON CATTIVE INTENZIONI

È allarme a Ladispoli, ma anche in altre località del nostro territorio, per la presenza di inquietanti personaggi che tentano di introdursi nelle abitazioni della gente con intenzioni non proprio amichevoli. La storia, peraltro non inedita, è quella di persone che bussano alle porte soprattutto di anziani e si qualificano come inviati dell'Enel o di altre aziende elettriche. Con la scusa di dover modificare ipotetici contratti per la fornitura di energia per uso domestico, questi personaggi non mostrano alcun cartellino della società per cui affermano di lavorare e assumono un atteggiamento particolarmente insistente. Sovente anche spaventando le persone più impressionabili.

Anche quando i malcapitati utenti spiegano di non essere clienti dell'Enel ma di altre aziende elettriche, i malintenzionati farfugliano motivazioni assurde e tentano lo stesso di entrare nelle case per far firmare presunti moduli per l'aggiornamento dei dati. La gente è comprensibilmente allarmata, in molti hanno segnalato la situazione all'amministrazione comunale di Ladispoli che ha lanciato un invito ai cittadini a prestare la massima attenzione qualora bussassero alla loro porta ipotetici venditori di corrente elettrica.

“Abbiamo avuto varie segnalazioni – spiega il sindaco Alessandro Grando – che da alcuni giorni

sedicenti inviati dell'Enel e di altre aziende elettriche stanno insistentemente tentando di entrare nelle abitazioni di Ladispoli con il pretesto di dover aggiornare le schede dei clienti delle società che vendono energia elettrica.

Abbiamo avuto anche notizia che in alcuni casi i cittadini hanno dovuto faticare non poco per allontanare questi personaggi che presumibilmente potrebbero avere intenzioni pericolose. Invitiamo la popolazione a contattare immediatamente le forze dell'ordine nel caso queste persone tornassero a bussare alle loro porte. L'amministrazione raccomanda ai cittadini di prestare la massima attenzione”.

Occhi bene aperti amici lettori, ci sono troppi malintenzionati in giro che tentano di carpire la malafede delle persone oneste per commettere reati.

Sono principalmente gli anziani e le donne sole le vittime preferite dei mascalzoni, le cronache nazionali sono purtroppo ricche di episodi di questo genere.

Se avete il minimo sospetto telefonate subito alle forze dell'ordine ed iniziate a parlare a voce alta in modo da richiamare l'attenzione dei vicini di casa. Ladispoli ed il nostro territorio non sono purtroppo immuni dai birbaccioni, mai abbassare la guardia.

12 INCONTRI DI

FILOSOFIA D'ORIENTE E D'OccIDENTE

ATTIVA



**Sii il cambiamento
che vorresti vedere
nel mondo**

Gandhi

I Temi del corso:

Miti e simboli

Il Karma e come modificarlo

Il Buddha e il dominio della mente

Il Mito della Caverna di Platone

Confucio e l'Uomo Nuovo

Essere stoico oggi

**Ingresso
Libero!**

seguici su: facebook Instagram YouTube

Sabato 6 Aprile h. 18:00

Via Fiume, 108 - LADISPOLI

Tel. 06 9913772 - Cell. 348 5656113

ladispoli@nuovaacropoli.it

orario segreteria: dal martedì al venerdì dalle 17:30 alle 21

nuovaacropoli.it



“LA ASL HA RISPOSTO, MA ANCORA NON BASTA”

L'AZIENDA SANITARIA DI CIVITAVECCHIA ASSICURA CHE I CONSULTORI
NON SARANNO CHIUSI MA I CITTADINI CHIEDONO ALTRE GARANZIE



“Grazie alla Asl Roma 4 per la risposta alle nostre segnalazioni sui consultori familiari, segnalazioni che proprio in questi giorni sono accompagnate da una raccolta di firme ancora in corso e da noi promossa. Le nostre preoccupazioni non riguardano la chiusura dei consultori, speriamo che nessuno l'abbia paventata da nessuna parte, ma la graduale grave riduzione del personale in dotazione. D'altro canto se anche la Asl afferma la necessità di rilanciarli significa che quanto meno sono in sofferenza”.

La presa di posizione è del Coordinamento donne resistenti che non molla la presa sulle battaglie per il potenziamento dei presidi sanitari del nostro territorio. “Abbiamo capito che pur di non chiuderli – scrive il Coordinamento - il personale e' stato ridistribuito e

che, anche se con estrema difficoltà, si e' cercato di mantenere una parte della complessa varietà di interventi che il consultorio è chiamato a realizzare. Ma, malgrado l'impegno profuso dagli operatori, quello che emerge è la mancanza di una programmazione delle attività all'altezza dei bisogni del nostro territorio. Un esempio per tutti: quanti e dove sono stati realizzati gli interventi nelle scuole? Quanti ragazzi sono stati contattati rispetto alla platea degli iscritti? Pensiamo che gli interventi nelle scuole siano una priorità e vadano garantiti in tutti gli istituti scolastici. Non possiamo che essere soddisfatte anche della individuazione concreta del personale che manca allo stato attuale e che va integrato dopo il nulla osta della Regione: 41 unità, con vari profili professionali, servono alla nostra Asl per completare gli organici secondo le linee guida regionali! 41 unità di cui la asl chiederà il nulla osta alla Regione per le assunzioni.

Stante le ultime notizie pervenute, la Regione finanzia a breve per l'intera Regione n.100 assunzioni. la strada è ancora in salita e noi pensiamo che si possa fare di più da parte di tutti. e per questo il 5 aprile alle ore 18 a Ladispoli il “Coordinamento donne resistenti” invita la Asl a partecipare e a confrontarsi con noi, in un tavolo di lavoro aperto alla cittadinanza. A presto arriveranno gli inviti per i rappresentanti dei due Comuni, della Asl, della Regione Lazio. I consultori sono un servizio talmente importante per le nostre comunità che crediamo fermamente che il 5 aprile non mancherà la partecipazione, l'approfondimento e l'individuazione delle soluzioni più idonee per rilanciarli veramente”.

La casa del Pane

Via Fiume, 67 Ladispoli - Tel. 06 9914 4577

EDA

Elettro Distribuzione Aurelia
La tua soluzione. In un lampo.

Presso il nostro punto vendita e sul nostro e-commerce:
le migliori marche di materiale elettrico.

bticino **Beghelli** **HIKVISION** **SYLVANIA**
finder **less** **LEDVANCE** **OSRAM** **FANON** **DEWALT** **BOCCHIOTTI**
VIMAR **FAAC** **urmet** **BPE** **fischer**

www.edaurelia.it

Via Aurelia Km. 40 - 00055 Ladispoli (RM)
Tel. 069947405 - Email: info@edaurelia.it

Seguici su **facebook**

Ormai basta un clic.
Scopri tutte le nostre offerte | prezzi netti ed i nuovi prodotti.
Li trovi sul nostro e-commerce. O sulla pagina Facebook.

“COME ERA IL CERRETO”

VI RACCONTIAMO COME SI VIVEVA ALLA PERIFERIA DI LADISPOLI DURANTE GLI ANNI OTTANTA TRA PITTORI E PASTORI

di Aldo Ercoli



Un fantasma che aleggia nell'aria: il Cerreto dei primi anni 80.

Ben pochi lo riconoscerebbero oggi a distanza di quasi trenta anni.

Le radici di questo bel centro residenziale affondano in una terra vergine, una lussureggiante, selvaggia compagna romana ove anche un circo, più volte, mise le tende.

Ove anche un pastore, Antonino Buccellato con sua moglie Giuseppa di Bartolo e famiglia, aveva un bel gregge con tante pecore. Sembra incredibile eppure il Cerreto era così ... io l'ho visto ... io c'ero ... l'ho vissuto. Oggi le strade portano tutti i nomi di capitali europee a far da contraltare a quelle “stelle a strisce” degli stati Usa del Miami, suo dirimpettaio al di là della via Settevene Palo Laziale ... quello dalla parte del Cimitero ove riposano i miei cari ... quelli che mi hanno dato vita. Da Roma li ho voluti qui. Vorrei ricordarvi il Cerreto attraverso gli occhi di Angelo Petrozzi un pittore non divenuto famoso che, affetto da una grave malattia polmonare e cardiaca, si spense nel 1982 all'ospedale di Bracciano.

Lui viveva lì ed era allora molto stimato (vedi la foto del Maestro che mostra una sua tela all' On. Palmitessa e ad un giovanissimo De Caro, divenuto ben più celebre di lui). <<Lasciava “via degli Artisti” quella strada dal nome provvisorio (come del resto tutte quelle “politiche”) che lui stesso aveva denominato ... aveva inciso quel nome nel legno con l'aiuto di due giovani cantanti sue dirimpettaie (ricordate Belen Thomas?); artista

vera, viveva da artista. Il nostro piccolo Ligabue detestava la società dei costumi, preferiva apostarsi nell'anonimato della periferia assieme a quella gente di confine con la quale spartiva la clandestinità che li si respirava e ... l'incertezza del domani. Ascoltava quei silenzi interrotti dal rumore della sega elettrica, osservava l'affacciarsi degli uomini nell'orticello e delle donne nei “gallinari”.

Più passavano gli anni e più lui, Petrozzi, più non dipingeva le tormentate marine, le romantiche spiagge nei deserti invernali. No, qualche altra cosa di punto in bianco aveva conquistato la sua sensibilità di artista.

Era certo quel clima di “formica argentina”, di calviniana memoria, che si respirava ancora al Cerreto, era quel modo di vita ad affascinarlo; erano i cimiteri di auto, le grandi strade da far West, polverose d'estate e fangose d'inverno, le case tutte così diverse, ora grandi ora minuscole ..tutte senza luce ... tutto quel mondo, ora scomparso, l'ispirava.

Dalla sua casa, da via degli Artisti, vedeva in lontananza, nella direzione del mare, ergersi tanti grattaceli della esuberante piccola metropoli, ma a lui sembravano molto lontani, né provava alcun interesse per quel tipo di vita che là si svolgeva (tratto da Ladispoli Centenaria. 1984 scritta da me medesimo)>>. Lui era felice così. “La felicità? E' una piccola cosa. E' un ape che posa su un petalo di rosa ... la succhia e se ne va ... tutto sommato la felicità è una piccola cosa” (Trilussa).

18

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

COMPENSIVO 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

ARRIVA L'INIMITABILE

CANNABIS
STORE AMSTERDAM

LADISPOLI




Negozi di prodotti alla cannabis con alta percentuale di CBD

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

**VIENI A SCOPRIRE GLI EFFETTI BENEFICI
DI TUTTI I NOSTRI PRODOTTI**

PUOI TROVARCI IN:

VIA ANCONA, 38 - 00055 LADISPOLI (RM)

  storeamsterdamladispoli



CAMBIA VOLTO LA STAZIONE FERROVIARIA

La stazione ferroviaria di Ladispoli e Cerveteri si prepara a cambiare volto. E sarà uno scalo rinnovato e più accessibile grazie ai lavori avviati da Rete Ferroviaria Italiana per la realizzazione di una nuova scala e la ripavimentazione del marciapiede a servizio dei binari 3 e 4 e la posa di una nuova pensilina. In programma anche l'ultimazione del marciapiede a servizio dei binari 1 e 2, con la costruzione, anche qui, di una nuova pensilina.

Si completa così l'intervento di adeguamento di tutti i marciapiedi, iniziato nei mesi scorsi su quelli a servizio dei binari 1 e 5.

I lavori rientrano in un più ampio progetto che ha l'obiettivo di offrire stazioni migliori e più accessibili alle persone che le frequentano, eliminando le barriere architettoniche, adeguandole ai più recenti standard europei previsti per i servizi ferroviari metropolitani.

Per consentire l'operatività dei cantieri, fino al 10 maggio sarà modificato il programma di circolazione dei treni della linea FL5 Roma - Grosseto.

I treni diretti a Roma con fermata a Ladispoli saranno anticipati di due minuti in partenza dalla località di origine per poi ripartire con orario invariato da Ladispoli. Il programma di viaggio dei treni Ladispoli - Roma sarà modificato con limitazioni di percorso.

Maggiori informazioni sono disponibili sui canali di vendita e sui quadri murali di stazione.

Le restanti modifiche alla circolazione ferroviaria sono già consultabili su trenitalia.com.

OTTICAGRILLI

**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



ENDURO: CERVETERI DAMIANO INCAINI SUL GRADINO PIU' ALTO DEL PODIO

OTTIMO INIZIO DI CAMPIONATO PER I PILOTI DEL MOTOCLUB CAEREVETUS

È ufficialmente partito il **Campionato Italiano Major Maxxis di Enduro**. La prima prova che si è svolta domenica 24 marzo a Villanova D'albenga, in provincia di Savona, è stata ospitata dal motoclub Alassio dando la possibilità ai 297 piloti partecipanti di dare inizio al campionato dedicato ai riders Over35. Il motoclub ospitante ha deciso di aprire le danze con una gara divisa in due prove speciali: il Cross Test, un fettucciato davvero insidioso, polveroso

Una scuderia che grazie ai punteggi ottenuti nelle prove speciali, ha portato il Motoclub ad ottenere il 5° posto nella classifica a squadre del campionato, a soli 2 punti di distanza dalla seconda posizione. Nel dettaglio, **nella classe Master 450 spicca il 1° posto di Damiano Incaini**: pilota d'esperienza del motoclub e componente del Nucleo Enduristi della Protezione Civile di Cerveteri, reparto creato con l'obiettivo di aiutare la comunità nel mantenere l'ordine nei boschi e territori di competenza del comune. Punto di forza per Incaini è stata la prova in linea conclusa con pochi errori e con un margine elevato sugli altri piloti, da fargli ottenere il primo tempo e salire per la prima volta in questo campionato sul gradino più alto del podio.

Ubaldo Mastropietro, altro pilota d'esperienza, ha concluso al **3° posto nella classe Veteran 2T**: fatale è stata una caduta durante la prima prova speciale, che ha generato un ritardo sui tempi da non permettergli di salire nella classifica finale. Nella **classe Veteran 4T**, nonostante i problemi avuti durante le due prove speciali, **Fabio Romaniello** ha ottenuto il **4° posto**.

Ottimo debutto invece per **Alberto Teofili** che, nonostante i tanti errori commessi durante il Cross Test, è salito sul podio ottenendo così il **3° posto nella classe Master 250 2T**. Non si può dire altrettanto per uno sfortunato **Massimo Palmieri**, altro debutto del motoclub, che dalla 10° posizione ha perso punti ai fini della classifica a causa di una caduta durante la seconda prova. Nonostante gli errori che hanno caratterizzato le prove dei piloti, il Motoclub ha ampiamente dimostrato di essere pronto a conquistare i posti alti della classifica, già a partire dalle prossime gare.

Perciò non resta che dare appuntamento per il prossimo 19 Maggio a Fanna, in provincia di Pordenone, per la seconda prova del Campionato Italiano.

e con tronchi impegnativi da superare; e l'Enduro Test, una prova in linea veloce, molto tecnica e con passaggi stretti ed estremi. Un primo atto caratterizzato dalla polvere che ha accompagnato i piloti per tutta la durata della gara, rendendo più impegnative le prove speciali ma che ha regalato uno spettacolo davvero unico al pubblico accorso per l'occasione.

Spettacolo all'altezza delle aspettative, che ha visto la partecipazione tra le varie categorie, di 5 piloti del **Motoclub Caerevetus** - motoclub della città di Cerveteri composta da una scuderia di alto livello e sei volte campione del Campionato Regionale Lazio.



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

RICORSO AL TAR CONTRO LE AREE BIANCHE PER LE DISCARICHE

IL COMUNE HA IMPUGNATO LA DETERMINA DELLA CITTÀ METROPOLITANA CHE INDIVIDUA ZONE DOVE CONFERIRE I RIFIUTI DELLA CAPITALE



Il comune di Cerveteri ha impugnato al Tar del Lazio la determina della Città Metropolitana di Roma che individua le cosiddette aree bianche, ovvero i territori all'interno della provincia di Roma nei quali è possibile conferire i rifiuti o impianti di gestione degli scarti prodotti da Roma Capitale. A renderlo noto è stato il sindaco Alessio Pascucci che in Città Metropolitana è consigliere di opposizione e presidente della commissione bilancio. Nell'atto di impugnazione si chiede "l'annullamento della Determinazione Dirigenziale R.U. 5545 del 20/12/2018, che stabilisce i criteri di localizzazione degli impianti individuati dal Piano di Gestione dei Rifiuti del Lazio approvato con D.C.R. n. 14 del 18 gennaio 2012 in quanto tale localizzazione non tiene conto delle osservazioni portate dal Comune di Cerveteri relative a puntuali riferimenti a vincoli diretti relativi alle c.d. zone bianche rimasti inspiegabilmente prive di riscontro e valutazione nei provvedimenti della Città Metropolitana". Sotto altro ma non meno rilevante profilo, "le aree appresso identificate come nn. 1, 2 e 3, risultano essere ricomprese nel perimetro del Piano di Gestione UNESCO di Cerveteri e Tarquinia il quale rappresenta lo strumento principale di tutela e valorizzazione del patrimonio culturale, storico ed archeologico del Comune di Cerveteri ed è il punto cardine dell'intera azione amministrativa". Tanto basterebbe a far ritenere "radicalmente inidonee ad ospitare discariche ed impianti tutte le aree bianche, nessuna esclusa, erroneamente indicate all'interno del Comune di Cerveteri da Città Metropolitana". Deve tuttavia ulteriormente rilevarsi "come non solo in prossimità, ma addirittura all'interno di tutte e sei le aree classificate come "bianche" da Codesta Amministrazione, come più dettagliatamente precisato in seguito, si rilevi la presenza di

case sparse e/o edifici, oltre ad una serie di aziende con produzioni agricole di particolare qualità e tipicità di cui all'art. 21 del D.lgs. 18 maggio 2001 n. 228, che costituiscono una risorsa di particolare interesse provinciale e regionale che questa stessa Amministrazione considera essere fattori di attenzione progettuale, ritenendo penalizzati gli impianti che sorgono in prossimità di tali aree". Considerato che il 78% dei rifiuti prodotti nel territorio di Città Metropolitana proviene da Roma Capitale "è ovvio che qualsiasi sito destinato ad ospitare la detta percentuale non possa essere individuato come nel caso di specie all'estremo nord in posizione indiscutibilmente decentrata. Le strade di collegamento verso i siti ipotizzati sono costituite da carreggiate di campagna insufficienti ed inidonee ad ospitare il traffico dei mezzi pesanti provenienti da una realtà come Roma; non risulta presente alcun collegamento ferroviario trattandosi di zone prettamente rurali". "Come sindaco di Cerveteri ho il dovere di tutelare il mio territorio e farò tutto quanto in mio potere per impedire che i rifiuti di Roma vengano scaricati nel nostro territorio che è fra l'altro sito Unesco. Il nostro Comune - afferma Alessio Pascucci - per quanto riguarda la raccolta differenziata a febbraio del 2019, anche grazie al grande lavoro dell'assessore all'ambiente Elena Gubetti, ha raggiunto il 70,34%, ben 25 punti percentuali sopra la media della regione Lazio che è al 45,5%. Numeri che sono frutto del lavoro di questa Amministrazione con il contributo dei nostri concittadini. La sindaca Raggi prenda esempio dai tanti comuni come il nostro che rappresentano un modello virtuoso di gestione del ciclo dei rifiuti e abbandoni l'idea ingiusta e irresponsabile di scaricare sui nostri territori l'incapacità e l'incompetenza nel gestire l'emergenza rifiuti della Capitale".



PREZZI Super



FRUCTIS shampoo ass. ml 250 - al L. 5,96
balsamo ass. ml 200 al L. 7,45

1.49



DOVE deo spray ass. ml 150 - al L. 7,33

1.19



SVELTO piatti ass. L. 1 - al L. 8,75

0.75



MAURY'S Spray Mop cl 60

DASH Simply lavatrice ass. 18 lavaggi

1.59 5.99



OGNI 30 EURO DI SPESA* CON IL CONTRIBUTO DI 1 EURO RICEVERAI UN DOGGAPONE*
*SCONTINO UNICO FINO AD ESHAURIMENTO SCORTE

NORDMENDE TV COLOR HD TV



32 POLLICI
149.00

- 16:9
- Risoluzione 1366x768
- Altoparlanti 2x8W
- Ricevitore digitale terrestre integrato
- Televideo



MASTER AQUA 5002V

- Capacità 5 kg
- Classe energetica A++
- Regolazione centrifuga
- Numero programmi: 15
- Sicurezza bambino
- Indicatore fase lavaggio
- Pulsante partenza ritardata

149.00

1.59 DASH Simply lavatrice ass. 18 lavaggi

1.66 Scala lavatrice ass. 18 lavaggi

0.59 Scala piatti ass. 18 lavaggi

2.79 DIXAN cura lavatrice classico

4.99 FINISH classic 68 tabs

2.69 SOLE cura lavatrice classico

6.60 GENERAL Freshco & Brillante

1.59 WINNI'S piatti

2.49 WINNI'S lavatrice

1.79 WINNI'S ammorbidente

0.49 MAURYS Gel Piatti

2.99 MAURYS guardie in lattice

0.95 AJAX lavatrice ass. 18 lavaggi

1.45 SOFLAN liquido lavatrice ass. 18 lavaggi

1.88 BIO PRESTO liquido lavatrice ass. 18 lavaggi

1.39 BALENO anticatture in polvere

1.39 BALENO anticatture 15 tabs

2.29 BALENO anticatture gel lavatrice

0.99 BALENO cura lavatrice

1.39 FABULOSO ammorbidente concentrato ass. 18 lavaggi

0.99 FABULOSO spray ass. 18 lavaggi

1.99 EMULSIO cattura odori

0.88 EMULSIO mangia polvere

1.49 EMULSIO cattura odori gel ass. 18 lavaggi

1.19 PULIRAPID anticatture classico-acido

1.69 KH-7 spray ass. 18 lavaggi

0.99 MASTRO LINDO spray-gel

2.88 VANISH Oxi Action polvere

1.39 OCEAN POWER piatti-gel

9.90 SUPER MOP in plastica

6.99 SUPER MOCIO

0.75 SVELTO piatti ass. 18 lavaggi

VITA ALL'APERTO

SET 2 VASI CON GANCIO CM 16x26

SET 3 VASI TONDI CM 12x14,5

VASO OVALE CM 39x14x14

3.99

SET 3 PEZZI

59.90

SET SILVIA con cuscino antracite-bianco

SET TRIS TAVOLO + 2 SEDIE

66.00

16.99

13.99

3.99

3.30

13.99

12.99

12.99

11.99

AUMENTA LA TARI, CRESCONO LE POLEMICHE

IL RITOCOCCO DEL 10% DELLA TASSA PER LA RACCOLTA DELLA NETTEZZA URBANA HA INNESCATO REAZIONI POLITICHE A CATENA



Quando aumenta una tassa è difficile che non esplodano polemiche politiche. E Cerveteri non è sfuggita a questa regola dopo che il Consiglio comunale ha approvato il Piano Tari 2019, ovvero le imposte sulla raccolta dei rifiuti. Un tema che nella città etrusca è da molto tempo motivo di forti contrapposizioni tra partiti e di lamentele da parte degli utenti. Il dato significativo è che la Tari aumenterà di circa il 10%, rispetto all'anno scorso, una revisione al rialzo della tariffa che l'amministrazione ha addebitato non ad una scelta propria, bensì causata esclusivamente da una serie di costi che hanno subito importanti rialzi.

"Il piano Tari del 2019 - spiega l'assessore all'ambiente, Elena Gubetti - è di 6.890.636,65 euro, esattamente 727.549,6 euro in più rispetto a quello del 2018. Un rialzo dovuto a diversi fattori, uno su tutti, il più significativo, quello dei conferimenti presso i centri di raccolta che sono saliti di 358.000 euro. Nonostante la raccolta differenziata abbia raggiunto ottimi risultati superando il 70% nel mese di febbraio di quest'anno, ci vediamo costretti ad aumentare le tariffe per i cittadini, una scelta obbligata in quanto la legge prevede che la tassa relativa alla gestione dei rifiuti debba essere interamente a carico degli utenti sia per i costi di raccolta che per quelli legati allo smaltimento. Un dato che però non deve oscurare i molti passi avanti fatti in questi ultimi tre anni in tema di igiene urbana. Quando nel 2016, abbiamo iniziato il servizio di raccolta porta a porta eravamo fermi al 14% di raccolta differenziata e in quell'anno abbiamo raccolto 23.198 tonnellate di indifferenziato di cui ben 21.657 tonnellate

di indifferenziato e con un costo della Tari di 8.251.907 euro. In soli due anni abbiamo portato la raccolta al 70% e abbiamo abbattuto i quantitativi dei rifiuti raccolti. Nel 2018 infatti abbiamo raccolto 15.013 tonnellate di cui 4.800 di indifferenziato abbiamo intrapreso la strada giusta e oggi bisogna andare ancora avanti".

Assessore non teme l'effetto boomerang da parte degli utenti che diligentemente differenziano i rifiuti e si vedono lievitare le tasse?

"L'aumento di quest'anno - prosegue la Gubetti - non deve demotivare i cittadini al continuare a differenziare correttamente i propri rifiuti. Perché se non avessimo raggiunto il livello di raccolta differenziata di oggi, con i costi di conferimento in discarica di oggi avremmo speso cifre ben maggiori, oltre gli 8 milioni di euro. La strada da percorrere però è ancora lunga. Stiamo andando verso la tariffazione puntuale dei rifiuti, ovvero meno rifiuti si producono, più si differenzia, meno si paga. Un tributo più equo, un premio verso tutti coloro che quotidianamente si impegnano per differenziare il meglio possibile. A tal proposito, il sindaco Alessio Pascucci in qualità di presidente della commissione bilancio della città Metropolitana di Roma Capitale ha presentato un emendamento per ottenere le risorse necessarie per far partire la Tarip nel 2020. Si parla di 120 mila euro in attrezzature per far partire quanto previsto anche dalla legge regionale".

La stangata ha ovviamente acceso le polemiche delle opposizioni che hanno accusato la maggioranza di non aver rispettato gli impegni assunti con i cittadini, aumentando la tassa a fronte di un servizio che farebbe acqua da tutte le parti.



CERVETERI RENDE OMAGGIO AI BEATLES

**L'ORCHESTRA SINFONICA ROSSELLINI
E LA 'ALTROSUONO' BAND, DOMENICA 31 MARZO NELL'AULA
DEL GRANARONE, SUONERANNO UN CONCERTO GRATUITO
DEDICATO AI RAGAZZI DI LIVERPOOL**

Nel 2020 avrebbero festeggiato 60 anni di carriera. Ma la loro musica, la loro arte, nonostante gli appena 10 anni assieme, ancora oggi sono vivi nei cuori, nei ricordi e nelle track list di centinaia di milioni di persone in tutto il mondo. Sono i Beatles, il gruppo musicale di Liverpool nato nel 1960, ritenuti un fenomeno di comunicazione di massa di proporzioni mondiali che hanno segnato un'epoca nella musica, nel costume, nella moda e nella pop art. A distanza di vari decenni dal loro scioglimento ufficiale – e dopo la morte di due dei quattro componenti – i Beatles contano ancora un enorme seguito e numerosi sono i loro

fan club esistenti in ogni parte del mondo.

Domenica 31 marzo, alle ore 18.00, saranno omaggiati all'interno dell'Aula Consiliare del Granarone dai musicisti e le musiciste dell'Orchestra Sinfonica Renzo Rossellini, con la 'Altrosuono' band. Un grande concerto ad ingresso gratuito, patrocinato dall'Assessorato alle Politiche Culturali del Comune di Cerveteri. "I concerti proposti dall'Orchestra Sinfonica Renzo Rossellini stanno caratterizzando con grande successo la domenica pomeriggio della nostra città – dichiara Federica Battafarano, assessore alle Politiche Culturali – il prossimo sarà un appuntamento straordi-

nario, con grandi musicisti che renderanno omaggio ad uno dei più grandi gruppi della storia della musica mondiale". Ad esibirsi, Patrizio Destriere al sax, Luigi Maio al pianoforte e tastiere, Franco Pierucci alle chitarre, Piero Pierantozzi alla batteria, Alessandro Cefali al basso elettrico e i cantanti Yukiko Kondo Ciocca e Alessandro Pitoni.

Giusto per dare qualche numero che fotografhi il fenomeno Beatles, ricordiamo che, stando alle stime dichiarate, hanno venduto a livello mondiale un totale di circa 600 milioni di copie fra album, singoli e musicassette, di cui oltre 170 milioni nei soli Stati Uniti d'America.

Risultando fra gli artisti di maggior impatto e successo e, negli Stati Uniti, quelli con il maggior numero di vendite. Sono inoltre al primo posto della lista dei 100 migliori artisti secondo Rolling Stone. L'aura che circonda lo sviluppo del loro successo mediatico e che ha favorito la nascita della cosiddetta Beatlemania e lo straordinario esito artistico raggiunto come musicisti rock sono inoltre oggetto di studio di università, psicologi e addetti del settore. Durante la loro carriera decennale sono stati ufficialmente autori di 186 canzoni, la maggior parte delle quali portano la firma Lennon-McCartney. Andare a vedere il concerto in programma a Cerveteri sarà anche il modo migliore per rendere omaggio ad un quartetto di artisti che ha scritto a caratteri cubitali ed indelebili la storia della musica mondiale.



SABATO 30 MARZO

SO WHAT IN CONCERT

NEXT WEEKEND

VENERDI 5 CONCERTO THE CANALIFORNIANS

**SABATO 6 DISCO FESTA I LOVE ANNI 70/80'S
E' GRADITA LA PRENOTAZIONE**

DOMENICA 7 SERATA SHERLOCK

**PRENOTAZIONE
OBBLIGATORIA**

f LA FENICE BISTROT

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

crema & cioccolato

30

ROULETTE RUSSA ALLE FERMATE DEGLI AUTOBUS

**LUNGO LA STRADA PROVINCIALE FURBARA SASSO SI RISCHIA
L'INCOLUMITÀ PER ATTENDERE I PULLMAN DEL TRASPORTO URBANO**

Protestano gli abitanti delle frazioni rurali di Due Casette, Furbara e Sasso per la pericolosità delle fermate degli autobus lungo l'arteria che collega la statale Aurelia alle campagne di Cerveteri. Ad accendere la preoccupazione dei pendolari che utilizzano il trasporto pubblico è la nuova dislocazione delle fermate dei pullman nei pressi dei fossati che delimitano la via provinciale Furbara - Sasso. Le persone sono costrette ad attendere i bus sul ciglio della strada, senza alcuna protezione dalle automobili che sfrecciano spesso a tutta velocità. La situazione diventa ancora più rischiosa dopo il tramonto

quando l'arteria viene avvolta dal buio e la zona è scarsamente illuminata dalla pubblica illuminazione. La preoccupazione della gente è esplosa sui social dopo che nella giornata di ieri un veicolo ha sbandato per la velocità, abbattendo il cartello della fermata degli autobus. Se ci fossero state persone in attesa, sarebbe potuta accadere una tragedia. Sulla vicenda è intervenuto il Codacons che ha chiesto all'amministrazione comunale di Cerveteri di tornare all'antico prima che accada una disgrazia.

"In passato – afferma il coordinatore del Codacons del litorale, Angelo Bernabei – le fermate dei



bus lungo questa strada rurale erano a richiesta, ovvero nei pressi delle abitazioni che si affacciano sulla Furbara – Sasso. Gli utenti potevano attendere l'automezzo urbano all'interno dei viali delle case, non rischiando di essere investiti. La strada è pericolosa come confermano i tanti incidenti accaduti, è inutile installare fermate con tanto di palette se poi è a rischio l'incolumità dei cittadini.

Chiediamo al comune di Cerveteri di vagliare l'ipotesi di rivedere tutto il progetto del trasporto urbano nelle zone rurali dove non esistono adeguate misure di sicurezza. Una piccola isola o un marciapiede nei pressi delle fermate potrebbero essere soluzioni idonee".

Il Codacons ha annunciato che, in mancanza di risposte in tempi rapidi da parte dell'amministrazione, avvierà una specifica raccolta di firme.



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

CERVETERI CAMPIONE DI SPORT

CON SERENA LAUTIZI
 E VERONICA LOMBARDI



Cerveteri primeggia ancora nello sport. Merito di Serena Lautizi e di Veronica Lombardi, che nei giorni scorsi hanno ricevuto presso l'Aula Consiliare del Comune di Albano Laziale, direttamente dalle mani del Sindaco Nicola Marini, formali riconoscimenti per gli ottimi risultati sportivi conseguiti nella Stagione agonistica 2018. Nel dettaglio, Serena Lautizi si contraddistinta per la vittoria nel Trofeo Athletics di mezzofondo, dove è stata la migliore nella regione nella corsa su strada di Frascati ed ha primeggiato in diverse gare regionali sia in pista che nei cross. Veronica Lombardi invece, ha vinto il titolo provinciale di cross Roma sud, con una prestazione straordinaria sia in pista che nei cross con il secondo posto ai campionati regionali di società a Capannelle. Domenica 24 febbraio inoltre, entrambe hanno vinto il titolo regionale di società a tenutosi a Cassino. "Quando delle atlete di Cerveteri vengono premiate per i propri meriti sportivi è sempre una notizia che ci riempie d'orgoglio - dichiarato il sindaco Pascucci - rappresentano la Cerveteri bella, la Cerveteri che nutre delle speranze su una società pulita. E lo sport è lo strumento migliore per far emergere queste personalità". Anche in questo 2019, sebbene appena iniziato, sono già molti i riconoscimenti a livello regionale e nazionale per gli sportivi di Cerveteri. Lo scorso 1 febbraio infatti, Loredana Ricci, icona dello sport e dell'atletica cittadina, era stata insignita della Quercia al Merito Atletico di 1° Grado, uno dei massimi riconoscimenti nel ramo dell'atletica leggera che uno sportivo possa ricevere.



**Farmacia
 Cavallini Maria Teresa**

Omeopatia - Erboristeria - Veterinaria - Sanitaria



Servizi Salute

- Misurazione gratuita della Pressione
- Holter Pressorio
- Holter ECG
- Test infiammazione intestinale
- Test Ricerca Streptococco Beta Emolitico Istantaneo
- Test Ricerca Helicobacter Pylori nelle Feci
- Autoanalisi pannello lipidico
- Autoanalisi INR
- Foratura + orecchini

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

Via Vivaldi, 37 - Valcanneto/Cerveteri (Rm) - Tel./Fax 06.99206361

email: farmacavallini@gmail.com f Farmacia Cavallini Dott.ssa Maria Teresa

Orari d'apertura dal lunedì al sabato 8:30/13:00 - 16:00/19:30 - Aperta tutte le domeniche dalle 9:00 alle 13:00

COCOON

prestigiose residenze per la terza età



Via Settevene Palo, 162 - Cerveteri (Rm)
tel. 06 99 55 15 28 - cell. 320 80 06 330

Comunità per adulti con disabilità



Via Fosso Dei Centocorvi, 94 - Cerveteri (Rm)
tel. 06 99 04 642

ASSISTENZA E CURA
CON PERSONALE ALTAMENTE QUALIFICATO
CAMERE DOPPIE E SINGOLE
IN PIÙ È POSSIBILE USUFRUIRE
DI VISITE SPECIALISTICHE
ASSISTENZA INFERMIERISTICA 24H
PODOLOGO, PARRUCCHIERA, ESTETISTA

www.cocoonresidenze.it
info@cocoonresidenze.it | cocoon-residenze@virgilio.it

IL 7 APRILE AD ANGUILLARA "CAMMINANDO CORRO, CORRO CAMMINANDO"



L'evento, relativo ad una city walk nato all'insegna dello sport del benessere e del divertimento aperto a tutti: Associazioni, scuole e famiglie. La manifestazione organizzata dall' A.S.D. Trail dei due laghi, è a carattere ludico-motoria non competitiva nata per sensibilizzare bambini, ragazzi e genitori ad un modello di comportamento salutare e per infondere la "cultura" del movimento e della corretta alimentazione come utile mezzo di prevenzione e fonte di beneficio (progetto MAP). E' una proposta con finalità non solo sportive ma rivolta anche ai valori della fratellanza, dell'amicizia e della famiglia utile a favorire processi di socializzazione. Diventata ormai un appuntamento annuale per tutti i giovani del territorio e non solo. In questa edizione i proventi della iscrizione saranno devoluti alla 'Susan G. Komen Italia', organizzazione basata sul volontariato, in prima linea nella lotta ai tumori al seno, su tutto il territorio nazionale. L'evento, per la sua realizzazione si avvale oltre alla collaborazione di varie realtà economiche presenti sul territorio, anche del patrocinio del Comune di Anguillara Sabazia e del Consiglio Regionale del Lazio. Sono stati organizzati due percorsi; uno di km.1.100 per i bambini l'altro di km.6 aperto a tutti. Al termine saranno premiati tutti i bambini partecipanti con medaglie, pacchi gara, gadget. Ci sarà, inoltre una gara a squadre (aperta a tutti) dove verrà assegnato alla più numerosa partecipante un buono da utilizzare in un noto ristorante di Anguillara Sabazia. Ristoro finale offerto dalla ASD Trail dei Due Laghi aperto a tutti. Appuntamento domenica 7 aprile alle ore 09.00 presso il pub 'King Cross' in via di Ponte valle trave,8 Anguillara Sabazia.

Grandi offerte a tasso **ZERO**



HONDA
The Power of Dreams



HONDA

PROMOZIONE VALIDA FINO AD ESAURIMENTO SCORTE

Motoagricola Cifani

SS1 Via Aurelia, km 36,600 - Ladispoli (RM) Tel: 06 9927 2076



Ortica

Salute Benessere

A cura del
Dottor Professor ALDO ERCOLI



LE BASI SCIENTIFICHE RIGUARDO AL CONSUMO DELLA FRUTTA NEI SOGGETTI NON DIABETICI E DIABETICI

È un argomento di chimica biologica. Sarà un po' indigesto rispetto a quelli di clinica e semeiotica medica? Ci serve però a capire che **vi è una bella differenza tra fruttosio e glucosio** con considerazioni scientifiche inerenti la dieta da seguire nei soggetti con normale glicemia e nei diabetici. Il fruttosio si differenzia chimicamente dal glucosio per la presenza nella sua molecola di un gruppo chetonico (è un chetoesoso) invece di quello aldeidico come avviene nel glucosio (è un aldoseso). Inoltre il fruttosio per la sua attività ottica levogira è anche chiamato "levogiro". Tutti questi "paroloni scientifici" stanno a significare che si tratta di due molecole simili ma non affatto eguali basti pensare che l'insulina non interviene affatto quando si consuma frutta (il fruttosio è presente in abbondanza nei vegetali e soprattutto nella frutta). Nel soggetto con glicemia normale (non diabetico) l'insulina

non porta ad alcun aumento dell'utilizzazione del fruttosio. Viceversa l'insulina interviene (viene messa in circolo) quando si consuma zucchero (glucosio).

Che conseguenze comporta nell'organismo questa sostanziale differenza? Nulla nel soggetto con glicemia normale. Nel paziente diabetico che mangia frutta (più o meno zuccherina) accade che il fruttosio in essa contenuto è sì normalmente metabolizzato ma la sua rapida conversione in glucosio a livello epatico porta ad un aumento della glicemia (e anche della glicosuria, ossia del glucosio nelle urine).

Le vie metaboliche dell'utilizzazione del fruttosio solo in parte sono comuni con il metabolismo dei glucidi, in altrettante parti non lo sono affatto perché sono esclusive, vale a dire legate alla fosforilazione. Questa trasformazione metabolica del fruttosio avviene a livello cellulare so-



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**



RIABILITAZIONE PER

Patologie Neurologiche

Patologie Ortopediche

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

TECAR terapia

Rieducazione posturale Mézières

Riabilitazione post intervento chirurgico

Riabilitazione domiciliare

RIABILITAZIONE SPECIALISTICA

€ 35 a seduta

PACCHETTO RIABILITAZIONE

posturale
 individuale

€ 8 SEDUTE

€ 250

PACCHETTO MASSAGGIO

5 massaggi decontratturanti
 fisioterapici total body

€ 150

INFO E CONTATTI:

via La Spezia 112 - Ladispoli

Cell.338.5758014

E-mail: noemi.cecere@live.it

FB @studiodifisioterapiacecere

www.cefisio-ladispoli.it

prattutto con la trasformazione a fruttosio 1 fosfato (F-1-P) e in misura di gran lunga inferiore a fruttosio 6 fosfato (F-6-P).

Questo anche perché la fosforilazione del fruttosio a F-6-P è praticamente inibita in presenza di zucchero nel sangue. Dobbiamo anche considerare che la fosforilazione del fruttosio a fruttosio 1 fosfato (F-1-P), ossia la via maestra avviene nel fegato (è necessario un fegato non particolarmente steatosico-grasso, né affetto da altre patologie), nella mucosa del piccolo intestino e nell'epitelio dei tubuli renali.

Froesch, riguardo ai prodotti intermedi del metabolismo del fruttosio, ha citato il glicerolo, il glicerolo fosfato e il fosfoglicerato seguendo la via F-6-P. La via secondaria, meno importante, del F-1-P, porta alla formazione prima del glucosio e poi del glicogeno (questo avviene nei soggetti diabetici). Da ciò si evince che nell'individuo normale (non diabetico) il carico orale di fruttosio (frutta e altri vegetali) è ben utilizzato: la fruttosemia non supera i 25 mg/100 ml.

Ciò è dovuto al rapido incremento della glicolisi nelle varie cellule dell'organismo, con maggior impegno di fosforo (P) per la più intensa fosforilazione dei substrati e aumento della produzione di acido piruvico e lattico.

Ricapitolando, la prima trasformazione della molecola di fruttosio nell'organismo è la sua fosforilazione nelle cellule grazie alla fruttochinasi enzima che permette tutto ciò nelle cellule in presenza di ATP e fruttosio 1-fosfato (F-1-P). Il rapido incremento della glicolisi nelle varie cellule dell'organismo comporta un maggior impiego di fosforo (P) per la fosforilazione dei substrati.

Il fosforo (P) dal greco dal gr. *phōsphóros* "portatore di luce" è un metallo essenziale per gli esseri viventi, sia animali che vegetali (nelle ossa è presente come fosfato tricalcico). Il corpo umano ne contiene circa 700 mg, in individuo di 70 Kg e necessita di una sua quota giornaliera pari a un grammo, un grammo e mezzo. Contrariamente a quanto si pensa comunemente questo elemento non è particolarmente presente nell'encefalo di animali e mammiferi quanto nella carne, uova, latte e formaggi.

Il senso figurato del termine fosforo equivale all'intelligenza, ingegno, prontezza intellettuale. Va comunque detto che una carenza di questo metallo provoca disturbi nelle ossa, nei muscoli, nel sangue e...anche nel cervello.

Il fosforo, il "portatore di luce", è necessario per "accendere la lampadina cerebrale" (eureka!) ma in quantità minima. E' questo un ulteriore segnale della natura di quanto la qualità sia superiore alla quantità. Purtroppo in questo nostro mondo materialista e masochista questa "spia luminosa" non riusciamo a vederla.

Checkup Donna

Tariffa valida dal 1° marzo al 30 aprile 2019

70€
~~99€~~

life
 brain
 III 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.



Laboratorio Analisi Salus Ladispoli
 Via Ancona 94 • 00055 Ladispoli

06 837 80971

www.lifebrain.it/laboratoriosalusladispoli

life
 brain
 III Eccellenza per
 la tua salute



MONICA BERTOLETTI
Naturopata

PRIMAVERA, TEMPO DI DETOX EPATICA



RINASCERE DEPURANDO IL FEGATO CON GLI OLII ESSENZIALI

"In primavera molti di noi stanno peggio, soprattutto sui punti deboli o su patologie preesistenti. Ma è proprio il momento giusto per riequilibrare l'organismo. Nei mesi invernali l'organismo tende naturalmente a entrare in uno stato di riposo, il metabolismo rallenta, si è più sedentari e si tende a sgarrare di più col cibo" è quanto afferma la naturopata **Monica Bertolotti**, *Naturalmente sani*, alias *Monique Bert*, ideatrice del gruppo *fb Medicina Evolutiva, Naturopatia e Detox* e coautrice *Tiroide Approccio Evolutivo*, gruppo *fb* creato dal **dr Andrea Luchi**.

"Secondo l'antica visione medica cinese - spiega la naturopata - la primavera appartiene al movimento Legno, che esprime, tramite l'immagine dell'albero, la crescita che fa germogliare e sviluppare la pianta. La primavera ci regala l'energia della terra che sboccia: facciamo tesoro del fermento rigenerante che accelera la nostra guarigione attraverso la depurazione. Siamo nella stagione migliore per seguire una cura disintossicante. La qualità energetica della primavera che investe la natura travolge anche l'uomo: i germogli spuntano, gli animali escono dalle tane e si accoppiano, la crisalide si trasforma in farfalla.

Sentiamo il bisogno di rinnovarci, di liberarci dal torpore, di progettare in modo nuovo la nostra vita. Perché questo possa accadere serve nuova linfa vitale: il sangue deve essere pulito e scorrere liberamente. Il sangue, immagazzinato nel Fegato, 'ministro' della primavera, nutre ogni cellula del nostro organismo".

LE SPIE

"Pancia dura gonfia e tesa, con costipazione o disenteria, stomaco rallentato, mente offuscata, calo della libido, sbalzi d'umore, comparsa di nei rossi, macchie scure sulla pelle, emorroidi, dolore alla spalla

e al trapezio destro, mal di testa, lingua sporca, alito cattivo, urine scure e a volte maleodoranti, tendenza a formare lividi, fame per dolci e grassi: è il fegato che urla e chiede di essere ascoltato. Esiste un segnale che, prima degli altri, indica chiaramente che i livelli di intossicazione dell'organismo stanno aumentando: **la stanchezza**. La spossatezza psico-fisica costante è il primo campanello d'allarme del bisogno di fare una bella depurazione. È sintomo del fatto che, a livello profondo, il corpo sta facendo fatica a svolgere le sue funzioni in modo agevole ed efficiente. Questo perché un eccesso di scorie lo sta rallentando e quindi, come suggeriscono anche le medicine antiche, le energie si bloccano e iniziano a ristagnare.

Un programma di depurazione primaverile permetterà di sbloccare gli ingorghi di scorie, di alleggerire il corpo e la mente, per riavere vitalità e buon umore. La depurazione epatica rappresenta uno strumento terapeutico efficace anche nella prevenzione dei disturbi cardio circolatori, e per ristabilire di ristabilire anche l'equilibrio dei batteri nell'intestino, spegnendo la voglia incontrollata di mangiare cibi troppo calorici".

ALIMENTAZIONE

"Vi invito a fare piazza pulita dei nemici del fegato: alcool, caffeina, acidi grassi trans, zuccheri, compresi il fruttosio e il saccarosio, cibi industriali, sostanze sintetiche come i pesticidi, i farmaci, i cosmetici. Fondamentale è seguire una dieta a basso carico glicemico che favorisca la salute del fegato riducendo la quota di insulina, che sia ricca di vegetali, tante verdure e poca frutta. Consumare alimenti ricchi di grassi omega3 (come il salmone selvaggio, sardine e sgombrò) e di quercitina, (come le cipolle, il prezzemolo, l'olio di oliva, uva, ciliegie e bacche scure, mele).

Evitiamo anche le detox à la page sulle riviste patinate che sono a base di scorpacciate di frutta o di centrifugati. La frutta inganna la leptina, le calorie derivanti dal fruttosio non danno il senso di sazietà. Inoltre lo zucchero della frutta rende la vita difficile all'insulina. Il fruttosio impedisce ai muscoli e al fegato di assorbire i carboidrati in eccesso. I centrifugati saranno una miniera di nutrienti, ma non sono certo innocui. Dipende come sono fatti. La frutta concediamocela come piacere, ma senza esagerare".

LEDUM GROENLANDICUM OE RIMEDIO ESTREMO
"Un rimedio dall'estremo nord del mondo Ledum Groenlandicum olio essenziale.

Ci trasmette la purezza e la chiarezza tipiche del nord del mondo, anche nel colore bianco. Serve per tutti i problemi di fegato: drenaggio epatico, rigeneratore epatocellulare (anche per epatiti e cirrosi). Per chi ha la sensazione di essere pressato dal tempo. Riduce l'irritabilità, la collera, sblocca il plesso solare. Uso interno: **1 goccia in un cucchiaino d'olio di cocco o olio evo**. Subito dopo bere un bicchiere di acqua. **Cataplasmi in zona epatica con argilla e 7 gtt di olio essenziale per almeno mezz'ora.**

LIMONE OE RINNOVARE LA CARICA VITALE

"La primavera è il momento ottimale per attuare i riti di depurazione per mettere il corpo nella condizione ottimale per 'rinascere alla vita' assieme alla natura. A tale scopo, nelle medicine antiche, una particolare attenzione era riservata al sangue, da sempre identificato come il 'carburante della vita stessa', dal quale dipende la buona funzionalità del corpo come della mente. **L'olio essenziale di limone** è considerato dall'aromaterapia il rimedio d'eccellenza per rinnovare la carica vitale di questo fluido prezioso, la cui salute è essenziale per ogni cellula dell'organismo.

Depura il fegato, calma il sistema nervoso e offre una maggiore concentrazione durante lo studio, dando chiarezza e lucidità. Rimineralizzante, antianemico e antiemorragico, stimola la produzione di globuli rossi e bianchi, fluidifica il sangue, ripulisce le arterie e, grazie alle sue proprietà battericide e antivirali, lo disinfetta spazzando via i residui di eventuali germi ancora presenti nel circolo, 'tossica' eredità della stagione invernale. Utile per contrastare allergie ed affezioni reumatiche favorite da un plasma intossicato e indebolito. Abbassa la febbre, ottimo per le infezioni del cavo orale, sia in gargarismi che per uso interno. Migliora la digestione. E' un **potente diuretico**. Scioglie la cellulite. Attira a noi le persone buone. Rafforza il senso analitico e dà una spolverata all'appesantimento mentale, aiuta anche a prendere decisioni chiare: è la potenza yang del sole, dell'azione mirata; come ogni agrume ci rischiarerà nel dubbio.

Leggi l'articolo completo su:
www.orticaweb.it/salute



La Tua Sorgente d'Acqua Pura Trattata e Gustata

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

VADEMECUM DEL "VERO" AMBIENTALISTA

COME PASSARE DALLE PAROLE AI FATTI

di Alfonso Lustrino



Tutti vogliono salvare l'Ambiente, ma spesso tale desiderio non si traduce in nulla di concreto. Questa "guida" può essere utile a valutare il nostro impatto ambientale sul pianeta e a stimolarci a migliorare le nostre abitudini. Per cambiare il Mondo dobbiamo cominciare a cambiare noi stessi e i nostri comportamenti quotidiani.

1) Cambia le abitudini di spostamento

Riduci l'uso dell'automobile, ove possibile usa i mezzi pubblici, vai più possibile a piedi e riscopri la bicicletta per gli spostamenti locali.

2) Evita le auto a benzina o a diesel

Opta per un'auto a metano, GPL o, meglio ancora, ibrida o elettrica.

3) Fai una buona manutenzione alla tua auto

4) Possibilmente preferisci i viaggi in treno rispetto a quelli in aereo

5) Sii un consumatore responsabile e consapevole

- Chiediti sempre quale sia l'impatto che i tuoi acquisti hanno sulle altre persone e sull'ambiente.

- Non comprare nulla che non sia strettamente necessario.

- Quando possibile metti in comune un oggetto, che sia un elettrodomestico o un'auto.

6) Acquista secondo il criterio della durevolezza

7) Acquista oggetti di seconda mano

8) Indossa abbigliamento ecologico

L'industria tessile è seconda a livello mondiale per tasso di inquinamento ambientale.

9) Dona o cedi ad altri gli articoli per la casa ancora utilizzabili

10) Sii parsimonioso nell'utilizzo di carta usa e getta

- Se devi usare dei prodotti di carta, cerca quelli realizzati in carta riciclata.

- Per le pulizie di casa, scegli soprattutto delle spugne e panni che si possono riutilizzare.

- Sostituisci la carta forno tradizionale (tra l'altro tossica) con una ecologica facilmente reperibile nei negozi biologici.

11) Mangia cibi biologici

12) Usa detergenti e cosmetici ecologici

13) Mangia meno carne e prodotti lattiero-caseari

14) Non mangiare prodotti provenienti da allevamenti intensivi

15) Acquista possibilmente cibo locale

16) Non sprecare il cibo

17) Autoproduci quello che puoi

18) Ricicla tutto ciò che puoi

19) Ripara tutto ciò che puoi

20) Recupera gli oggetti dando loro un nuovo valore

21) Riduci i rifiuti

22) Evita di utilizzare i prodotti monouso

Tutto ciò che può essere usato solo un paio di volte e poi deve essere gettato consuma delle risorse per poi trascorrere secoli in una discarica.

- Usa posate riutilizzabili o compostabili.

- Usa le borse della spesa in tessuto quando vai a fare acquisti.

- Evita le capsule o cialde monouso.

- Non bere il caffè nelle tazzine monouso: usa la tazzina in ceramica.

23) Evita le bottiglie per l'acqua di plastica

- Bevi l'acqua del rubinetto: è sicura e controllata.

- Se necessario usa le bottiglie d'acqua col vuoto a rendere

- Usa borracce ecologiche in vetro o in acciaio.

- Utilizza l'acqua delle cassette comunali.

24) Compra meno giocattoli e possibilmente ecologici (legno, cartone o plastica vegetale)

25) Prendi in considerazione la possibilità di usare i pannolini di stoffa o, in alternativa, quelli usa e getta compostabili

26) Evita gli imballaggi eccessivi

27) Spegni qualunque strumento alimentato a energia elettrica, quando non lo usi e, quando puoi, scollega gli apparecchi elettrici

28) Riduci o elimina l'utilizzo della tua asciugatrice

29) Accendi il condizionatore d'aria con moderazione oppure non usarlo affatto

30) Riduci l'uso del termosifone

31) Installa i pannelli solari sul tetto

32) Isola bene la tua abitazione

33) Scegli le lampadine ecologiche

34) Fai una manutenzione corretta a tutti i tuoi elettrodomestici

35) Se acquisti un elettrodomestico nuovo scegli-ne uno ad alta efficienza energetica

36) Utilizza prodotti ecologici per pulire casa

37) Usa le batterie ricaricabili al posto di quelle usa e getta.

38) Risparmia l'acqua

Fai delle scelte consapevoli per ridurre il consumo di acqua.

- Sostituisci brevi docce al bagno e chiudi l'acqua quando ti insaponi.

- Chiudi il rubinetto mentre ti lavi i denti.

- Installa dei filtri sui rubinetti, o aeratori rompigitto, per ridurre il flusso e dimi nuisci il flusso dello sciacquone del water.

- Accendi lavastoviglie e lavatrice solo quando è completamente piena.

- Controlla eventuali perdite di rubinetti e sciacquone. - Se lavi a mano l'auto, parcheggiarla sul prato, usa dei secchi e spugne e risciacquala con il tubo da giardino usando detergenti ecologici.

- Scegli per il tuo giardino delle piante che tollerano la siccità. Cerca di irrigare e innaffiare l'esterno il minimo necessario e nelle ore serali.

- Convoglia l'acqua piovana in boiler.

39) Pianta alberi

40) Predisponi un'area per il compost domestico

41) Crea un tuo orticello

42) Evita di usare pesticidi, erbicidi e fertilizzanti chimici artificiali

43) Impegnati nell'attivismo e nel volontariato

Leggi l'articolo completo su:
www.orticaweb.it/salute

CALCOLA IL TUO IMPATTO AMBIENTALE SUL PIANETA

DA 0 A 10
SEI UN TERRORISTA AMBIENTALE

DA 10 A 20
FAI MENO DEL DOVUTO

DA 20 A 30
SEI MENO PEGGIO DI TANTI, MA PUOI FARE DI PIÙ

DA 30 IN 40
SEI UN VERO AMBIENTALISTA

DA 40 IN SU
SEI DA NOBEL PER L'AMBIENTE

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. 06.9922248 - Cell. 347.5215221
www.bendibio.net - bendibioladispoli@gmail.com
Facebook e Instagram **Ben di Bio**



Dottorssa
ANNA MARIA RITA MASIN
Psicologa - Psicoterapeuta

LA SIGARETTA: CROCE E DELIZIA

È inutile ribadire che il fumo di sigaretta fa male. Servizi di medicina, esperti pneumologi ed esperti dello scibile medico sono concordi sul fatto che il fumo di sigarette fa male a tutto l'organismo. Da parecchi anni, inoltre, nei pacchetti di sigarette viene scritto "il fumo uccide", "il fumo nuoce gravemente alla salute" frasi accompagnate da foto di fumatori gravemente malati, in fin di vita, polmoni anneriti, ecc. E' chiaro che nei fumatori queste immagini e queste frasi non fanno altro che far attuare uno schema comportamentale di velata sfida: finché io leggo vuol dire che sono vivo. Infine, si sa che non è tanto il tabacco contenuto nelle sigarette a nuocere, quanto tutti gli additivi che servono a mantenere la sigaretta accesa ed il catrame derivato dalla combustione della carta ad avvelenare i polmoni e il corpo. Non parliamo del fumo passivo: nocivo quanto l'attivo. Nonostante ciò il fumo di sigaretta ha un giro d'affari legale enorme: è una vera e propria droga legale. I veri fumatori sono quelli che fumano nonostante bronchiti o gravi malanni delle vie respiratorie. I motivi per cui si inizia a fumare sono riassumibili nelle parole "imitazione", "farsi vedere grandi"; tra tutte le persone che provano ed iniziano a fumare non tutti continuano. Il corpo, inizialmente, rifiuta la sostanza, con tosse o sensazione di oppressione al petto, giramenti di testa, ecc. Alla fine, il corpo si assesta sul nuovo equilibrio portato dalla sostanza e lì si instaura la dipendenza. Apparte la dipendenza fisica, apparte la consapevolezza che il fumo di sigaretta fa male, cosa fa mantenere l'abitudine al fumo? Il gesto dell'accendersi la sigaretta può essere considerato un gesto ritualistico, di noia, di scarico di tensione e dello stress, di prendersi un momento per

sé. Insomma, la sigaretta è una compagna sempre disponibile. Freud ha fondato la sua teoria dello sviluppo psicosessuale del bambino sull'equilibrio tra tensione e soddisfazione; quando manca questo equilibrio si verifica una fissazione ad uno stadio. La sigaretta potrebbe proporre la possibilità nell'adulto di risolvere il disequilibrio nello stadio orale entrando nel circolo vizioso, però, della dipendenza. Oltre a ciò ogni fumatore può descrivere l'incontro con la sua sigaretta in modo unico e personale. Già da quando si prende la sigaretta dal pacchetto e si porta alle labbra, si pregusta la prima boccata che dopo aver riempito la bocca scende giù nella gola fino ai polmoni: ecco lì la prima grande sensazione, la botta che è un misto di piacere e di dolore. Qui non si sa se è il piacere della sigaretta che dà il dolore oppure il dolore dei polmoni che dà piacere. Più si va avanti con la sigaretta più il piacere/dolore aumentano. Quando la sigaretta termina, il piacere è temporaneamente appagato tanto che il desiderio della prossima tende ad aumentare col tempo (in contemporanea con il decrescere dei livelli di nicotina nel corpo). Insomma, è un piacere masochista o un dolore masochista. Ovviamente, nel fumatore vero, la soglia è indistinguibile. La sigaretta, inoltre, possiede in sé sia il potere tranquillizzante sia eccitante. In tutto ciò, direte, c'è un modo per smettere di fumare? Io vi chiedo: siete proprio proprio sicuri di voler abbandonare il vostro personale piacere masochista e la sfida tra voi fumatori e l'effettiva nocività della sigaretta? Inoltre, il fumo della sigaretta rientra nella categoria "dipendenza da sostanze": cosa riequilibra la sigaretta in ogni fumatore?

La Dott.ssa Masin riceve gratuitamente il mercoledì dalle 10 alle 12 presso la **Proloco di Marina di Cerveteri** per consulto psicologico orientativo

    **Cell. 338/3440405**

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

CARAMELLE 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

Dottorssa

Anna Maria Rita Masin

Psicologa - Psicoterapeuta

Cell. 338/3440405

CERVETERI
via Prato del Cavaliere, 5
ROMA
via dei Camillis, 8 (metro Cornelia)



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

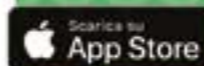
farma.pratocavalieri@tiscali.it - www.farmaciapratocavalieri.it

Farmacia Prato Cavalieri 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!



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!



Cassette 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 Prato Cavalieri è ancora più vicina ai suoi pazienti



Cantina Cerveteri


vinitaly
INT'L WINE & SPIRITS EXHIBITION



Vi ASPETTIAMO

dal 7 al 10 aprile

Padiglione LAZIO

Stand 17

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

www.cantinacerveteri.it