

L'ortica

SETTIMANALE

Anno XXIII n°19 - 2020

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male



Settimanale indipendente di cronaca, attualità, politica, sport - a carattere professionale, tecnico e scientifico - Fondato da Filippo Di Lorenzo - ANNO 23 - 15/05/2020

SPIAGGE

Il muro tra le onde di Ladispoli e Cerveteri

BUONI SPESA

Non sempre arrivano ai più bisognosi

REDDITO di C.

In tanti lo prendono. Mai chiamati a lavorare

SCUOLA QUALE FUTURO?

MENTRE NEL NORD EUROPA GLI STUDENTI SONO GIÀ IN CLASSE, I BAMBINI ITALIANI CONDANNATI ALLA DIDATTICA A DISTANZA

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

un nome, una garanzia

Superal

2000

ECOBONUS
SCONTO 50%



SE ACQUISTI DA NOI I TUOI INFISSI IN PVC PUOI USUFRUIRE
DELO STESSO SCONTO 50% ANCHE SU:

- PERSIANE BLINDATE
- PERSIANE IN ALLUMINIO
- AVVOLGIBILI
- ZANZARIERE
- TENDE
- PERGOTENDE
- VETRATE



COSTRUISCE
LE FINESTRE IN PVC

A PREZZI DI FABBRICA



NUOVO
SHOWROOM
400 MQ
AL PIANO SUPERIORE
CON ASCENSORE



PERGOTENDE - PERGOLE - TENDE - FRANGISOLE
FABBRICA PORTE IN VETRO MODELLO TODOCRISTAL



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

**ESPERIENZA
E SERIETÀ**
AL VOSTRO
SERVIZIO

**ASSISTENZA
LEGALE
E NOTAIO**
IN SEDE

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
ISSN 2704-6664
ROC 34126

Direttore editoriale: Cristiano Cimorelli
Direttore responsabile: Paola Stefanucci
Editor: Miriam Alborghetti

Redattori:
Barbara Pignataro
Emanuele Rossi

L'Oroscopo di P'Astra

Responsabile scientifico:
Aldo Ercoli

Collaboratori:
Flavio Enei, Dario Gaggiottino,
Giovanni Zucconi, Barbara Civinini,
Emiliano Foglia, Angelo Alfani,
Antonio Calicchio, Lorenzo Mezzadri

Speciale Viaggi
Adriano Botta

Speciale Cinema
Michele Castiello

Videorticoando
Toni Moretti

Marketing:
Vito Michelangelo Lius

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

Grafica
Isabel Maccari

Stampa:
Universo Editoriale S.r.l.s.

Il nostro settimanale autonomo, senza sovvenzioni, diffuso gratuitamente, dà la possibilità a tutte le penne libere ed indipendenti di poter contribuire, in forma alternativa al dovere di informare nel modo più trasparente, critico e costruttivo possibile; senza pressioni politiche ed economiche. Molti di noi svolgono una professione che permette di scrivere, a titolo di volontariato gratuito, per libera scelta e di offrire un'informazione diversa e, a volte, graffiante, tesa a stimolare lo spirito critico dei lettori.

Redazione
Piazza Risorgimento, 4
Cerveteri

Tel. 06 99 41 736

info@orticaweb.it
redazione@orticaweb.it
www.orticaweb.it

Chiuso in redazione il giorno 13/05/2020

"Noi vi permettiamo,
noi vi concediamo"

Mentre si sono aperte le porte del carcere per centinaia di boss della mafia, della camorra e della 'ndrangheta, che oggi stanno comodamente seduti sul divano a riorganizzare i ranghi della criminalità organizzata, viene offerta ai cittadini come una sorta di concessione la così detta fase 2, quasi come se la somma Autorità dall'alto della sua benevolenza avesse deciso di allentare le maglie della prigionia per concedere alle masse un po' di respiro. Con la minaccia, ripetuta all'infinito, che si potrebbero richiudere i rubinetti, come dittatura sanitaria comanda.

In tale contesto di sovvertimento dello Stato di Diritto, nel caos legislativo di Dpcm scritti coi piedi, taluni sindaci e governatori di regioni, in un delirio di onnipotenza, ispirati da un Primo ministro che gioca a fare il *divus Augustus* e dai suoi farneticanti "Noi vi permettiamo, noi vi concediamo" hanno indossato i panni dello "sceriffo di noartri" e assegnato alle Forze dell'ordine compiti degni di una milizia che, a suon di ordinanze deliranti, è costretta a perseguire i trasgressori di regole paranoiche infliggendo multe abnormi a padri e madri di famiglia che da mesi non lavorano.

Se nella fase uno l'untore da braccare era il runner o il canaro, nella la fase 2 si è aperta la caccia contro gli amanti della tintarella e i minorenni libertini. Stiamo parlando di adolescenti agli arresti domiciliari per oltre 40 giorni, privati di ogni diritto, compreso quello all'istruzione, i quali, approfittando dell'allentamento dei controlli, si sono spinti ad osare l'indicibile: niente popò di meno che incontrarsi, ridere e camminare. Reati gravissimi come tutti ben sanno.

Emblematico un post apparso sulla pagina fb del Sindaco di Ladispoli: "Altri otto vincitori, in un colpo solo! 8 ragazzi, quasi tutti minorenni, che passeggiavano allegramente in compagnia. I genitori riceveranno un premio da 400 euro ciascuno dalla nostra Polizia locale! Ora verranno a protestare?" Il primo cittadino esulta come se avesse sgominato una banda di delinquenti incalliti. Invece si tratta di 8 imberbi adolescenti che molto banalmente stavano camminando insieme in allegria. Un comportamento del tutto naturale e salutare per la loro età. Indispensabile per l'equilibrio psicofisico. Ma vietato dal totalitarismo tecno-sanitario imperante, che se ne frega del diritto alla salute dei giovani, e che in nome di un principio di precauzione per un rischio non quantificabile vorrebbe condannare l'intera società umana al Distanziamento sociale *sine die*, allo scopo di sostituire i dispositivi tecnologici digitali ai rapporti umani nella loro fisicità, divenuti come tali sospetti di contagio. Una mostruosità che non ha precedenti nella storia umana.

"È legittimo chiedersi - scrive Giorgio Agamben - se una tale società potrà ancora definirsi umana o se la perdita dei rapporti sensibili, del volto, dell'amicizia, dell'amore possa essere veramente compensata da una sicurezza sanitaria astratta e presumibilmente del tutto fittizia". L'essere umano è un animale sociale, il suo benessere fisico e mentale è fondato sulla vicinanza concreta, sulla cooperazione, sulle carezze, sugli abbracci, sul sesso. Di solitudine e di distanza si muore. Muore il Diritto, muore l'Economia, muore l'Istruzione, muore la Famiglia, muore l'Amore, muore la Civiltà. Il distanziamento sociale, oltre ad essere una grave violazione della libertà personale, è foriero di malattie psichiatriche, specie nei bambini e come tale è un crimine contro l'umanità. E chi pretende di imporre il Distanziamento sociale come "normalità" è un idiota oppure un corrotto. Tertium non datur.

Editor
Miriam Alborghetti



CLAMOROSE SCOPERTE, PRIMA DEL 5G

6

ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ: ELETTROSMOG, "GRAVI EFFETTI NOCIVI SULLA SALUTE". GOVERNO INDIA: "IMPATTO GENETICO"

La memoria ha le gambe corte. Anzi, cortissime. E dimentica quanto messo nero su bianco 31 anni fa dall'Istituto Superiore di Sanità, cioè l'ente pubblico tecnico-scientifico del Servizio sanitario nazionale italiano vigilato dal Ministero della salute.

Infatti, lo stesso organismo che oggi autorizza audizioni parlamentari ed ospitate in TV su Rai, talk show, ma pure in convegni, giornali e siti web del fisico (e non medico) Alessandro Vittorio Polichetti, impegnato in una sorta di crociata rassicurante sugli effetti sanitari del 5G, nonostante la dura condanna della Corte d'Appello di Torino nella sentenza con cui riconoscendo nel nesso telefonino-cancro si critica apertamente l'attuale posizione negazionista dell'ISS ("usa in modo inappropriato i dati sull'andamento dell'incidenza

dei tumori cerebrali...non tiene conto dei recenti studi sperimentali su animali"), lo stesso Istituto Superiore di Sanità però nel 1989 documentava senza remore i pericoli dell'elettrosmog parlando di "diversi effetti nocivi alla salute".

Quest'affermazione, inquietante alla luce di quanto si prospetta con lo tsunami 5G, è stata scovata nel silenzio di quanti si ostinano a negare l'evidenza, e si trova nel Rapporto Istisan 89/29, un documento di 48 pagine dal titolo "Linee guida e limiti di esposizione a campi elettromagnetici a radiofrequenza raccomandati dall'IRPA nell'intervallo di frequenze da 100 kHz a 300 GHz", curato non dal fisico Polichetti, ma da Raganella e dall'epidemiologo Michele Grandolfo.

Ebbene, oltre a quanto già documentato d'OASI SANA per Pietro Comba, altra figura di

vecchio corso dell'ISS e dirigente di ricerca nel Dipartimento ambiente e salute e responsabile del reparto di epidemiologia ambientale e sociale (nel 2002 sostenne il nesso causale delle pericolose onde elettromagnetiche in favore di cittadini colpiti da leucemia nella zona della periferia romana irradiata da Radio Vaticana), alla fine degli anni '80 quando ancora doveva esplodere il grande business delle telecomunicazioni mobili all'interno dell'Istituto Superiore di Sanità si poteva parlare e scrivere della pericolosità delle radiofrequenze per ecosistema e umanità. Il rapporto del 1989 afferma: «l'esposizione a campi elettromagnetici può causare diversi effetti nocivi alla salute. Tali effetti includono la cataratta negli occhi, il sovraccarico del sistema di termoregolazione. Lesioni termiche, quadri comportamentali alterati, convulsioni ed una minore capacità di resistenza alla fatica. Devono essere condotte indagini su tutte le installazioni e su tutti i dispositivi probabili emettitori di radiazione a radiofrequenze eccedente i limiti accettati. Molte sorgenti di radiazione a radiofrequenze emettono in modo non confinato (emissioni radio, tv, radar e simili) e le loro radiazioni si propagano su vaste aree. Prima di scegliere un sito sono necessari uno studio appropriato ed un'attenta analisi dell'impatto sanitario ed ambientale (...) le raccomandazioni per la riduzione delle esposizioni a livelli accettabili devono essere messe in atto il più presto possibile». Non solo. Sempre in ambito di memoria corta, lo stesso venne poi ribadito 26 anni più tardi dall'altra parte del mondo e precisamente in Asia. Uno studio commissionato nel 2010 del Ministero dell'Ambiente e delle foreste del Governo dell'India e pubblicato nel 2015 – ancora oggi sul sito del Dipartimento di ingegneria elettrica dell'Istituto indiano di tecnologia a Bombay – i ricercatori indiani affermano infatti che "la stragrande maggioranza della letteratura pubblicata indica effetti deleteri dei campi elettromagnetici", finendo per svelare il "deterioramento della salute delle piante e degli esseri umani che vivono vicino" alle antenne telefoniche.

Visto che col 5G tutti, ma proprio tutti, ci ritroveremo costretti a vivere a stretto contatto con una quantità ancora non meglio precisata di antenne e mini-antenne (previste nel numero di almeno un milione) che, senza precedenti nella storia dell'umanità irradieranno chiunque vita natural durante, è bene oggi rileggere con molta attenzione quanto a Delhi – proprio come a Roma nel 1989 aveva fatto l'Istituto Superiore di Sanità del Ministero italiano – il ministero ambientale del Governo indiano ammoniva solo 5 anni fa. Per rinfrescare la memoria (e non dire che non lo si sapeva).

Leggete bene, lo studio si intitola "Possibile impatto dei ripetitori di cellulari sugli uccelli, sulla fauna selvatica e sulle api".

TIEFFE
La qualità del prodotto
MADE IN ITALY

**FINANZIAMENTI
A TASSO 0
E PAGAMENTI
AGEVOLATI**



PRODUZIONE INFISSI

LAVORAZIONI IN FERRO

PORTE BLINDATE / PORTE IN LEGNO
INFISSI IN ALLUMINIO / INFISSI IN PVC
ZANZARIERE / TENDE DA SOLE
CANCELLI / GRATE
RINGHIERE / PERSIANE BLINDATE

www.tieffeinfissi.com

VIA S. ZOPPO, 14 00062 BRACCIANO (RM)

TEL: 06 9987021 - FAX: 06 99809343

Email: info@tieffeinfissi.com

RILANCIO: LA MORTE DEL DIRITTO ALL'ISTRUZIONE



**LA BOZZA DEL DECRETO LEGGE NON PIACE A GENITORI E DOCENTI:
"METÀ IN CLASSE, METÀ A CASA, TRAMITE LA DIDATTICA A DISTANZA?
LA SCUOLA È UN LUOGO DI SOCIALIZZAZIONE E DI VITA REALE,
NON UN MERO LUOGO ASSISTENZIALE, NÉ UN ESPERIMENTO SOCIALE"**

Per finanziare il ritorno a scuola di oltre otto milioni di alunni e un milione di dipendenti nasce **Rilancio, il decreto legge** (per ora una bozza composta da circa 260 articoli) che prevede lo stanziamento di un miliardo in due anni per l'istruzione, risorse da destinare alle misure di contenimento dell'epidemia negli istituti scolastici statali. Nel Digitale, negli immobili o in risorse umane? Al momento si tratta di una prima bozza, modificabile. Se fosse confermata e parte della cifra andasse direttamente agli istituti solleverebbe gli animi dei docenti delle scuole superiori in apprensione per l'ingresso tra meno di un mese

nelle aule. Parliamo dell'Esame di Stato in presenza previsto per il 17 giugno senza che nessuno abbia comunicato un protocollo di sanificazione e di tutela della salute per tutti i lavoratori della scuola e degli alunni. Si ipotizza di fare esami in presenza senza garanzie di sicurezza igienico-sanitarie, lamentano i docenti. E questo è solo un aspetto della lacunosa gestione del mondo scolastico da parte della Ministra dell'Istruzione Lucia Azzolina. Un progetto più ampio che mina il futuro dei giovani italiani. Le misure sulla sicurezza per evitare contagi sono allo studio in questi giorni, sembra che la ministra abbia presentato una prima bozza sul rientro ai

sindacati e questi ultimi hanno chiesto di "fissare un quadro nazionale di riferimento in base al quale ogni scuola, in ragione delle proprie specificità (tipologia di alunni, organizzazione del lavoro, strutture edilizie), dovrà definire indicazioni su dispositivi e norme di comportamento finalizzati ad una frequentazione sicura degli ambienti scolastici eliminando ogni rischio di diffusione del contagio". Una risposta la meritano anche i **genitori** che chiedono garanzie sul rientro a scuola in presenza: ingressi e uscite scaglionate, termoscanner, eliminazione delle pause collettive come la ricreazione, il pranzo e le assemblee scolastiche. La maggior parte delle famiglie boccia l'ipotesi di una scuola mista a settembre: **metà a scuola, metà a casa, tramite la Didattica a distanza**. Una parte degli studenti per metà settimana andrebbe a scuola, poi l'altra metà. Le motivazioni del dissenso sono varie, in primis la gestione del tempo. I genitori dovranno organizzare il loro lavoro in base ai giorni della DAD e molti saranno costretti o a continuare il lavoro sopportando le spese di un baby sitter oppure decidere di occuparsi a tempo pieno dell'istruzione dei figli, sacrificando il lavoro. A rimetterci per lo più le donne.

Il diritto all'istruzione. L'aspetto più grave di tutta la proposta però è legato al futuro dei ragazzi italiani, al loro diritto all'istruzione, che stando alle soluzioni ipotizzate, verrebbe negato. O fortemente compromesso. I pareri dei docenti sulla didattica a distanza, inizialmente contrastanti, dopo due mesi si unificano: un fallimento. I

Docenti, nonostante il loro impegno, concordano sul livello appena sufficiente dell'offerta formativa, del confronto con gli alunni e dei risultati deludenti raggiunti. **Settembre.** Immaginate un docente fare lezione in classe ed interagire nel contempo con i ragazzi che da remoto seguono la lezione. Ai quali viene chiesto di stare per 5 ore al giorno davanti al pc ad ascoltare insegnante e compagni. Immaginate che fatica sarebbe per i più piccoli mantenere la concentrazione? Sarebbe oltremodo frustrante. L'umanità ha bisogno di innalzare il livello culturale, di percorsi educativi in grado di formare le coscienze, le menti, le persone.

È palese la discriminazione che la didattica a distanza ha innescato tra i ragazzi e continuerebbe a creare a settembre. Nessun intervento promesso per sanare le diverse possibilità economiche delle famiglie italiane ha creato condizioni di pari opportunità. Sono stati annunciati soldi per l'acquisto e la distribuzione di strumenti, che come gli altri bonus non hanno raggiunto tutti gli aventi diritto.

La ministra Azzolina ha chiesto e ottenuto, lo stanziamento di risorse per la scuola.

La proposta di docenti, famiglie e studenti è quella di usare i fondi per modificare gli edifici scolastici, rimodulare gli spazi e assumere ulteriori docenti. Anziché investire nel digitale. La scuola è un luogo di socializzazione, di didattica e di vita, non un mero luogo assistenziale, né un esperimento sociale, come lo scenario presentato dalla ministra porterebbe a pensare.

MARCO CICILLINI

IN OFFERTA

24 335 68 13 770

CALDAIE SICURE
MANUTENZIONE CALDAIA
+ BOLLINO BLU
€ 50,00

100% BOLLINO BLU Garanzia

CALDAIE
CONDIZIONATORI
POMPE DI CALORE

VIA CASAL DEI VENTI, 29 - LADISPOLI - TEL. 335 68 13 770



CANTIERI AL PALO, LA RIQUALIFICAZIONE DELLA SETTEVENE DI CERVETERI SOLO UN MIRAGGIO

A LADISPOLI INVECE A GONFIE VELE LA REALIZZAZIONE DEL COMMISSARIATO DI POLIZIA E DELLA NUOVA CASERMA DEI CARABINIERI. IN RITARDO PERÒ I PROGETTI SULLA COSTA CONTRO L'EROSIONE

10

A gonfie vele proseguono alcuni cantieri. Altri invece sono scomparsi dai radar. L'esempio della inefficienza e della mancata tempestività delle istituzioni è senz'altro la Settevene Palo di Cerveteri. L'ultimo posto in assoluto, almeno sul litorale a nord di Roma, semmai dovesse esistere una classifica virtuale dei lavori avviati su strade, infrastrutture ed opere pubbliche. Il semaforo dunque è ancora rosso. Certo, la ricostruzione del ponte di Genova è andata avanti anche perché è un simbolo dell'Italia e tutti i riflettori dei media erano concentrati proprio in Liguria quarantena o non quarantena. Qualcosa di meglio però ci si poteva almeno attendere sull'arteria che collega Cerveteri con Bracciano. Eravamo rimasti al 2 marzo scorso, giorno in cui Teresa Zotta, vicesindaco pentastellato di Città Metropolitana, aveva lanciato un annuncio: "Partiranno a giorni i lavori sulla Settevene Palo ma si concluderanno soltanto a giugno". Una dichiarazione che da una parte finalmente avrebbe testimoniato l'imminente avvio del cantiere sulla strada di Cerveteri, chiusa da novembre per via di una frana, dall'altra però

gettato nello sconforto migliaia di pendolari di Ladispoli, Cerveteri e Bracciano che speravano in una riapertura immediata. Poi è arrivata la pandemia e tutto si è fermato. Circa 2 milioni e mezzo di euro erano stati deliberati per riassetare la Settevene Palo dopo le interrogazioni presentate da Federico Ascani, consigliere comunale di Ladispoli e dal sindaco cerveterano, Alessio Pascucci (entrambi consiglieri di opposizione di Città Metropolitana). Doveroso un appunto. Nel 2016 nello stesso punto della carreggiata alle prese con le voragini erano stati stanziati, sempre da Città Metropolitana, circa 300mila euro per un progetto vanificato nel tempo. Dopo pochi mesi la strada si era riaperta all'altezza del chilometro 13. Soldi andati in fumo. Da oltre 3 anni i tir sopra ai 35 quintali non possono viaggiare sulla Settevene Palo ma solo sulle stradine di campagna, come la Doganale di San Martino e Ceri ad esempio. Arterie che di conseguenza hanno iniziato a cedere non potendo sopportare il peso dei mezzi pesanti. Nella città etrusca un altro cantiere si è impantanato, ossia quello relativo alla riqualificazione del

lungomare di Campo di Mare con oltre 2 milioni di euro tra fondi regionali e comunali. Un piano atteso da anni da residenti e villeggianti romani che però dovrà essere rimesso in moto non appena sarà possibile. Tra l'altro l'inaugurazione dei lavori avvenne il 29 febbraio poco prima delle restrizioni imposte dal Governo. Insomma, una sfortuna in questo caso.

Nella vicina Ladispoli anche alcuni progetti urbanistici per varie ragioni sono congelati (il nuovo cinema ad esempio o l'ultimazione della copertura dello stadio Sale). Altri invece stanno viaggiando a tempi record. Due su tutti: la realizzazione del commissariato di polizia e della nuova caserma dei carabinieri. L'emergenza sanitaria non ha bloccato l'iter per rafforzare la sicurezza in città. Già in estate potrebbe essere ultimato l'edificio in via Vilnius e gli agenti di polizia prenderanno possesso dei locali nella zona del Cerreto. Un'area strategica per i poliziotti visto che a pochi metri si potrà raggiungere la statale Aurelia. I vigili urbani si trasferiranno invece nel centro giovanile "Marco Patriarca" di viale Mediterraneo che da anni accoglie le associazioni umanitarie e le attività legate al mondo del volontariato. Per la Municipale, in attesa della definizione del bando che possa portare all'innesto di sei agenti a tempo indeterminato, sarà il terzo trasloco in poco più di 6 anni. E proprio a fianco sorgerà la caserma dei carabinieri con alloggi di servizio. Sul fronte costiero contro l'erosione invece è saltato per quest'anno il sabbiodotto in modo da poter utilizzare la sabbia delle foci dei fiumi per avviare un ripascimento nelle zone più colpite. Un intervento che avrebbe potuto salvare il salvabile in attesa dei famosi 6 milioni di euro della Regione per le scogliere, anche quelli slittati almeno di un altro anno.



TENDE DA SOLE ZANZARIERE
PREZZI DI FABBRICA

TENDE DA BALCONE - MONTAGGIO COMPRESO



TENDE DA BALCONE

Larghezza	Altezza	PREZZO
ml 1	ml 2,50	€ 165,00
ml 2	ml 2,50	€ 200,00
ml 3	ml 2,50	€ 250,00
ml 4	ml 2,50	€ 300,00

- Pergo Tende
- Riparazioni
- Sostituzione Teli
- Gazebi
- Tunnel
- Cappottine
- Tende Veneziane

CHIAMA SUBITO
Sopralluogo e Preventivo
GRATUITO
338 4356815
333 9106933
LADISPOLI



TENDE A BRACCI RETRAIBILI AD ARGANELLO O MOTORE

- Porte Blindate con Cilindro Europeo
- Cancelli e Grate di Sicurezza
- Pergole e Grigliati in Legno
- Vetrate Scorrevoli a chiusura ermetica

OMAGGIO
Motore per Tenda a bracci

toptende@toptende.it
www.toptende.it



LA REGIONE LAZIO RIPARTE DA LUNEDÌ

APERTURA ANTICIPATA PER BAR, RISTORANTI, PARRUCCHIERI ED ESTETISTI. APERTURA E SICUREZZA VIAGGIANO INSIEME

Dal 18 maggio 2020 bar, ristoranti, parrucchieri ed estetiste tornano a lavorare. Linee guida e protocolli di sicurezza sono stati indicati per ogni attività dall'Inail e dall'Istituto Superiore di Sanità per riaprire nella massima sicurezza. Conte ha dato l'Ok all'autonomia delle regioni per la fase 2, con aperture differenziate in base alle regioni. Mentre il Piemonte e la Lombardia dovranno aspettare ancora, nel Lazio l'apertura anticipata delle attività è possibile grazie alla situazione sanitaria positiva. I nuovi casi di contagio, nelle ultime 24 ore sono appena 22, registrati solo a Roma e provincia, nelle altre province laziali non si registrano positivi, neanche decessi. (dati al 12 maggio 2020) Il presidente Nicola Zingaretti conferma che le scelte saranno fatte in base alle curve epidemiche per non vanificare quanto fatto finora: "Sicurezza e aperture andranno di pari passo, stiamo costruendo con gli operatori regole chiare". Martedì 12 maggio ha firmato un'ordinanza con cui ha autorizzato le attività commerciali sospese ad eseguire gli interventi necessari alla predisposizione delle misure di prevenzione e contenimento del contagio finalizzate alla riapertura. Consentendo l'accesso alle strutture e agli spazi aziendali esclusivamente al personale impegnato in attività di manutenzione, ristrutturazione, montaggio, pulizia e sanificazione, nonché a operatori economici ai quali sono commissionate tale attività e che, pertanto, devono rientrare tra quelle non sospese. I suddetti interventi sono consentiti anche ai gestori di strutture

e circoli sportivi, allo scopo di eseguire gli interventi necessari ad assicurare lo svolgimento di attività sportiva individuale nel rispetto del distanziamento fisico dei singoli atleti. Le linee guida verranno inoltre integrate con gli orari di apertura delle attività commerciali, artigianali e produttive eventualmente stabilite dai sindaci dei comuni di riferimento. A Roma la sindaca Raggi ha stabilito che aperture e chiusure sono spalmate in fasce orarie e scaglionate. Gli alimentari, i supermarket e i panificatori dal lunedì al sabato possono osservare una delle seguenti fasce orarie di apertura e di chiusura: apertura entro le ore 8.00 chiusura entro le ore 15.00; apertura entro le ore 8.00 chiusura dopo le ore 19.00 ed entro le ore 21.30. Parrucchieri, estetisti e internet point, potranno aprire dal lunedì al sabato nell'intervallo dalle ore 11.00 alle ore 11.30 e chiudere dopo le ore 19.00 ed entro le ore 21.30. Nessuna garanzia invece sul fronte economico per le attività produttive che al momento di trovano ad affrontare la spesa aggiuntiva per la messa in sicurezza dei locali e dei dispositivi di protezione previsti dal protocollo per poter riaprire. Le uscite sono certe, gli incassi meno, tutto dipenderà da come risponderanno i cittadini alle nuove norme di comportamento. Superata la paura? Ricordiamo che per le aziende nel comune di Ladispoli entro lunedì 18 maggio è possibile prenotare il rimborso per le spese sostenute per l'acquisto di dispositivi e strumenti di protezione individuale per contrastare l'emergenza Covid-19.

12

Attualità



**La casa
del Pane**



Via Fiume, 67 Ladispoli - Tel. 06 9914 4577

Dal 1961
la nostra passione
per la vite ed il vino

Tutto il carattere
del nostro territorio



Cantina Cerveteri

**CONSEGNE
A DOMICILIO**
OLIO, VINO E PRODOTTI DELLA ZONA

Via Aurelia Km. 42,700 - Cerveteri (RM) | Tel. +39 06 99 44 42 20
www.cantinacerveteri.it - info@cantinacerveteri.it



REMUZZI: “I BAMBINI NON SI INFETTANO, GRAVE ERRORE CHIUDERE LE SCUOLE”



MENTRE NEL NORD EUROPA GLI STUDENTI SONO GIÀ IN CLASSE, I BAMBINI ITALIANI SONO CONDANNATI ALLA DIDATTICA A DISTANZA SENZA MOTIVO

14

Mentre i bambini del nord Europa sono già rientrati a scuola o sono sul punto di rientrarsi, i bambini italiani condannati sine die alla didattica a distanza, sono stati trattati nei dibattiti televisivi come untori, bollati come “i peggiori vettori del contagio”, e “maligni amplificatori biologici”. Eppure queste frasi non trovano alcun appiglio dal punto di vista scientifico, essendo smentite da importanti studi e dichiarazioni di studiosi che evidentemente sono sfuggiti al “Comitato Tecnico-Scientifico”.

- Uno studio dello University College di Londra, pubblicato da Lancet Child and Adolescent Health, afferma che chiudere le scuole non diminuisce la diffusione, ma danneggia gli studenti: la chiusura delle scuole incide solo per il 2-4% nella diffusione del contagio. A “costare”, è l’educazione dei bambini che viene “danneggiata e la loro salute mentale” che potrebbe soffrirne.
- Un’altro studio su un bambino di 9 anni contagiato in Alta Savoia dimostra che non ha infettato nessuno delle 170 persone con cui è entrato in contatto.

- Va in questa direzione uno studio cinese pubblicato il 24 febbraio sul Journal of the American Medical Association, che si basa su 44 mila casi Covid-19: tra loro i bambini contaminati di età inferiore a 10 anni sono meno dell’1 per cento, e i giovani dai 10 ai 19 anni sono l’1 per cento.
- Lo studio scientifico condotto dal prof. Crisanti (UniPadova) sul totale degli abitanti di Vo’ Euganeo mostra che nessuno “dei 234 bambini al di sotto dei 10 anni, 13 dei quali hanno vissuto a contatto con positivi in grado di trasmettere l’infezione, è risultato positivo al virus.” Quindi nessuno di loro ha diffuso il contagio. Questo dato avvalorava l’ipotesi che i più piccoli possano essere immuni al contagio per via del fatto che potrebbero non aver sviluppato ancora un numero sufficiente di recettori (Ace2), che costituiscono la porta di ingresso per il virus.
- Giuseppe Remuzzi, direttore dell’Istituto Mario Negri di Milano, alla domanda se è stato giusto chiudere le scuole: “I bambini non si infettano. I loro genitori, più o meno giovani, difficilmente sviluppano malattie importanti. Invece noi

lasciamo le nuove generazioni a casa dai nonni ... A mio avviso, un grave errore.”

- La lettera di 20 pediatri su Repubblica riporta altri dati: “Le prove oggi disponibili suggeriscono che i bambini sono meno infettivi degli adulti (tasso di contagiosità secondaria nei bambini del 4% rispetto al 17,1% negli adulti). Peraltro è invece certo che il decorso benigno della malattia in età pediatrica non esporrebbe con l’apertura delle scuole i bambini ad un rischio di danno sostanziale. Ancora più forte è la certezza invece di esporli ad un danno tangibile e importante con le scuole chiuse e per tempi lunghi.”
- Ann Vossen, virologa di riferimento per i Paesi Bassi: “Riaprire elementari e asili rappresenta un basso rischio.” Anzi, sembra considerarla una misura strategica, dal momento che “stiamo facendo tutto questo per rallentare l’epidemia, non per fermarla.” **Lasciare che il virus si diffonda gradualmente attraverso i bambini secondo lei è il modo di gestire nel modo più indolore la sua inevitabile circolazione.**
- Daniel Koch, capo della sezione “Malattie trasmissibili” dell’Ufficio federale della sanità pubblica svizzera: “I bambini non tramettono il virus e possono abbracciare i nonni.”

Come affermato dall’Unicef, e ribadito da molti altri, senza un’azione urgente, questa crisi sanitaria “rischia di diventare una crisi dei diritti dei minori”.

METALVETRO

di Luigi Bonifazi

Infissi in PVC



SCHÜCO 100%

Infissi in Alluminio • Grate e Persiane blindate
Ringhiere e Cancelli • Avvolgibili
Tende da Sole e Cristal
Zanzariere la “Palagina”, Italiane al 100%
Vetreteria e Cornici
Vetrate in cristallo a pacchetto
Box doccia su misura

Ladispoli - Via Venezia, 5/A

Tel. 06 99222243

bonifazi4@libero.it - 338.8943790

LADISPOLI-CERVETERI, IN MILLE PRENDONO IL REDDITO: MAI CHIAMATI PER LAVORARE

REDDITO DI
CITTADINANZA

COS'È IL REDDITO DI CITTADINANZA
Per informarti e per capire se hai i requisiti di accesso
vai su www.redditicittadinanza.gov.it

DOVE E QUANDO PRESENTARE LA RICHIESTA

su www.redditicittadinanza.gov.it
identificando con SPID (Sistema Pubblico di Identità Digitale)

o presso gli Uffici Pubblici
presentazione, ricordarsi di portare con sé:
• moduli scaricati dal sito e già compilati
• codice fiscale o tessera sanitaria e relativa fotocopia
• un documento di identità in corso di validità e relativa fotocopia

VERIFICA DEI REQUISITI
Una volta presentata la domanda



Amelia Mollica



Alessio Pascucci



Roberto Ussia



Saverio Garbarino

ROBERTO USSIA EX ASSESSORE: "MOLTI HANNO FATTO IL COLLOQUIO, ASPETTANO A CASA DA UN ANNO". CRITICHE DELL'ASSESSORE AL PERSONALE AMELIA MOLLIKA GRAZIANO E DEL SINDACO ETRUSCO ALESSIO PASCUCCI

16

“Un meccanismo non virtuoso ma al momento solo assistenziale”. Così ormai le due amministrazioni comunali di Ladispoli e Cerveteri definiscono il reddito di cittadinanza. In un anno tra 1120 cittadini che percepiscono l'aiuto del Governo da un anno, circa 700 euro di media ciascuno, nessuno è stato mai chiamato per un lavoro socialmente utile o per dare un contributo ai comuni di Ladispoli e Cerveteri assicurando un impegno minimo settimanale di otto ore come prevede lo stesso decreto del ministero del Lavoro. L'obbligo di ricambiare il sussidio nel comune di residenza non riguarda – come stabilito dal reddito di cittadinanza – studenti, over 65 e disabili. Tolle quindi alcune categorie, centinaia e centinaia di persone non hanno mai “ricambiato” come prevedeva lo stesso decreto. Un paradosso: molte di loro avrebbero anche chiesto di poter lavorare nel centro dell'impiego svolgendo anche un colloquio. Non sono state mai chiamate. In un anno il Governo ha devoluto ai residenti di queste due città più di 10 milioni di euro. Finora sul litorale il reddito di cittadinanza

più che per il meccanismo virtuoso è passato agli onori della cronaca per le indagini della magistratura che ha pizzicato vari furbetti che lo percepivano senza averne titolo, tra cui un 62enne che gestiva il traffico della prostituzione sulla via Aurelia. Le amministrazioni comunali sono concordi nel ritenere che il reddito abbia restituito dignità alla maggior parte degli aventi diritto, ma finora va registrato il fallimento per come è stato concepito dai pentastellati. “E' da 5 mesi – dice l'assessora di Ladispoli al Personale, Amelia Mollica Graziano – che siamo in attesa di entrare in possesso dei nominativi. Ci eravamo anche proposti di attivare uno sportello interinale che facesse da raccordo tra domanda ed offerta di lavoro per far incontrare chi cerca un'occupazione e chi la offre”. Ancora polemiche. “Siamo convinti che tra gli oltre 600 – aggiunge Mollica Graziano – ci siano molte persone che avrebbero potuto collaborare con la comunità soprattutto in un periodo difficile come questo. Magari dando un supporto in alcuni settori importanti. Pensiamo alla riqualificazione delle

aree verdi della città e magari delle spiagge libere oppure ad un aiuto concreto nel volontariato o nell'agricoltura. Cerveteri comunque è capofila di questo progetto”. E proprio nella città etrusca altri 601 destinatari dell'aiuto economico sono in attesa di chiamata per delle mansioni sul territorio senza sostituirsi al personale dipendente dell'ente pubblico. Ma il piano non decolla. “Già all'inizio – critica il sindaco, Alessio Pascucci – avevo mosso delle perplessità sul reddito, pur essendo un sostenitore di questa forma di sostegno per chi ne ha veramente bisogno. I fatti purtroppo mi stanno dando ragione”. C'è poi un paradosso: molti in realtà si sarebbero rivolti nel centro per l'impiego chiedendo di dare il proprio contributo. “Assurdo ma è la verità – attacca Roberto Ussia, ex assessore alle Politiche sociali di Ladispoli e responsabile di un patronato – è un meccanismo diventato solo assistenziale e non virtuoso come pensava il Cinque Stelle. Assicuro che molti dei beneficiari vorrebbero fare qualcosa per la città e si sono presentati per un colloquio nel centro per l'impiego ma sono stati rimandati a casa”. Si attiva il consigliere comunale 5 Stelle. “Cerveteri è comune capofila – sostiene Saverio Garbarino – e ho già contattato la nostra deputata di riferimento Marta Grande al lavoro per un'accelerata decisiva al progetto. La pandemia ovviamente ha rallentato tutto. Aggiungo che non è corretto che i comuni abbiano le liste dei beneficiari visto che i soldi sono del Governo”.



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



f Ferri Carni

VIA SERGIO ANGELOCCI, 5 - CERENOVA
paolofrancesco@inwind.it - Tel/Fax 06 9904388



IL MURO DI BERLINO TRA LE ONDE: "VICINI MA LONTANI"

PARADOSSO DELLA FASE 2: SI POSSONO UTILIZZARE I KITE A LADISPOLI MA NON NEI COMUNI CONFINANTI DI FIUMICINO E CERVETERI. NEI GIORNI SCORSI BLITZ DELLE FORZE DELL'ORDINE SULLA SPIAGGIA MA GLI SPORTIVI NON SONO STATI MULTATI

18

Passeggiare sulla spiaggia e poi fermarsi al "confine". Solo mezzo metro di arenile in più e dietro l'angolo ecco il rischio di una sanzione pesante. Il paradosso della Fase 2: via libera a Ladispoli alla camminata sulla riva e agli sport acquatici, come kitesurf e canoa, ma non a Fiumicino dove non ci si può neppure avvicinare al mare. Un campo minato. Alle disposizioni date dal Governo si sono aggiunte le indicazioni di Regioni e Comuni.

E così non ci si può neanche sorprendere se appena appresa la notizia la scorsa settimana quasi 200 kitesurfer di Roma e provincia, in poche ore, hanno raggiunto la costa tra Marina San Nicola e Fiumicino con i rispettivi equipaggiamenti per dar sfogo alla passione che più amano cavalcando le onde.

Il vento e la voglia di libertà. Troppo grande la possibilità dopo tanto tempo di scacciare via le ansie del Covid-19. E invece, in seguito a decine di segnalazioni dei cittadini, sono arrivati

gli uomini della capitaneria di porto di Ladispoli e Fregene, oltre ai carabinieri e alla guardia di finanza.

In quel punto c'è una linea di confine per via dell'unico fazzoletto di mare libero sul litorale nord. Un muro di Berlino immaginario. Un modo diverso di regolamentare la costa magari.

Il comune di Fiumicino non ha previsto, con il suo sindaco di centrosinistra Esterino Montino, la possibilità di praticare sport acquatici. Il "collega" ladispolano di centrodestra, Alessandro Grando, ha allentato le restrizioni andando in senso contrario. A sinistra no, a destra sì al kite.


All'arrivo delle autorità marittime decine e decine di kitesurfer si sono subito spostati sullo specchio d'acqua di San Nicola raggiungendo l'area tra lo stabilimento Stella Marina e la spiaggia libera. Una scelta azzeccata, considerata l'ordinanza di Palazzo Falcone, per evitare una multa. Tanti altri invece con le loro vele colorate si sarebbero dileguati in direzione di Passoscuro

direttamente traghettati dalle onde e spinti da un vento di ponente. I militari hanno verificato che non ci fossero assembramenti sull'arenile e gli stessi sportivi tra l'altro sono stati accorti nel posizionarsi a distanza l'uno dall'altro. Quindi, al momento, nessuna contravvenzione sul territorio ladispolano. All'arrivo dell'autorità marittime altri appassionati hanno raggiunto le auto e se ne sono andati via. Secondo quanto appurato dagli uomini della Capitaneria di porto nel gruppo dei 172 conteggiati, diversi erano quelli arrivati da Maccarese, Fregene, Fiumicino e Ostia. Sul lungomare si è subito precipitato il primo cittadino ladispolano, Alessandro Grando in compagnia del vicesindaco, Pierpaolo Perretta. "Siamo stati sul posto - conferma Grando - non riscontrando problemi. Ho visto nei loro occhi la felicità di poter tornare a vivere il mare e in molti per questo mi hanno ringraziato, auspicando che anche altre città del litorale possano consentire presto di praticare sport in acqua. Naturalmente nei prossimi giorni continueremo a sorvegliare le spiagge, al pari degli altri luoghi pubblici, per garantire il rispetto delle regole". Procedendo verso nord, a Marina di Cerveteri gli sport acquatici sono proibiti come stabilito dall'ordinanza del primo cittadino, Alessio Pascucci che rincara la dose: "Nel nostro tratto di Campo di Mare è assolutamente vietato". Nei giorni successivi popolata anche Torre Flavia. I surfisti, con le loro tavole in mano, fanno su e giù in quella stradina della Palude che porta direttamente alla spiaggia. Il muro divisorio si è creato quindi anche al confine con Cerveteri. Il nuovo slogan potrebbe essere "vicini ma lontani".



**CONSEGNA A DOMICILIO TUTTI I GIORNI
DALLE 17 ALLE 22**

VIA GLASGOW, 58 LADISPOLI TEL. 06.99144828

 UN PEZZO DI RUSTICA

LA TORRE DI PALIDORO UN BENE DA SALVARE



ENTRA NELLA LISTA ROSSA DI ITALIA NOSTRA. POTREBBE DIVENTARE UNA PORTA D'INGRESSO ALLA RISERVA NATURALE DEL LITORALE ROMANO E OSPITARE MATERIALI MUSEALI DEDICATI A SALVO D'ACQUISTO, CHE NEL 43 S'IMMOLO' PER SALVARE 22 CIVILI DALLE SS, INSIEME AI MOLTI REPERTI ARCHEOLOGICI DELLA ZONA

Si erge in preda al degrado, ma ai suoi tempi, tra l'VIII e il IX secolo, era stata costruita per avvistare l'avvicinarsi delle navi nemiche via mare. Passata in proprietà prima alle famiglie Muti e poi a quella Peretti assieme al resto del Borgo, prese l'aspetto attuale con il restauro fatto per conto dell'arcispedale di Santo Spirito in Sassia, fra il 1562 e il 1563. E' proprio lì, vicino all'antica Torre di Palidoro, che il 23 settembre 1943 venne fucilato Salvo D'Acquisto. Il vicebrigadiere dei carabinieri s'immolò per salvare 22 civili dalla rappresaglia di un reparto SS che si era installato proprio nella torre, dove una volta c'era un reparto della Guardia di Finanza, e aveva fatto esplodere una bomba a

mano frugando fra le suppellettili abbandonate. Oggi la torre versa in pessime condizioni tanto che Italia Nostra nelle "Giornate virtuali dei beni in pericolo" l'ha inserita nella Lista Rossa dei beni da salvare. La Torre è di proprietà della Regione Lazio e nel 2019 è stato sottoscritto un Protocollo d'intesa che ne assegna per 10 anni la gestione all'Arma dei Carabinieri, in vista della valorizzazione del sito. Proprio davanti alla torre si trova la stele che ricorda il gesto di Salvo D'Acquisto. Detta anche Torre Perla, è situata in prossimità della spiaggia, accanto alla foce del Rio Palidoro, all'interno del sistema dunale di Passoscuro Palidoro, nella Riserva Naturale Statale del Litorale Romano. Sotto alla struttura

sono riemersi i resti di una villa marittima di epoca romana che fa parte di un vasto complesso esteso fino alla Villa cosiddetta di Pompeo a Marina di San Nicola. In questi giorni in cui si stanno programmando investimenti e interventi per la ripresa dopo la crisi da Covid19, Italia Nostra propone di mettere il patrimonio culturale al centro di ogni ipotesi di sviluppo per la crescita del benessere etico e civile dei cittadini, favorendo nelle comunità locali il senso di appartenenza ai luoghi e ai valori espressi dai siti identitari. *Il monumento* – sottolinea Italia Nostra – è in stato di abbandono, *mentre meriterebbe di essere tutelato. Potrebbe diventare una 'Porta della Riserva' e ospitare materiali museali dedicati alla figura di Salvo d'Acquisto e alle bellezze naturalistiche, insieme ai molti reperti archeologici della zona. Preoccupa* – prosegue l'associazione – *il destino della campagna di Palidoro, bellissimo esempio di paesaggio della bonifica, di proprietà della Regione Lazio, che ha varato un Regolamento per l'alienazione. Adesso i terreni sono dati in concessione ad agricoltori. Il timore è che – conclude la sezione Litorale Romano – possano essere ceduti a chi ne farebbe uso ben diverso da quello agricolo, com'è già successo in passato nei territori della Riserva. Sul sito dell'associazione per l'intero mese di maggio saranno lanciati decine di post sui tanti beni in pericolo che necessitano di azioni di recupero in una sorta di viaggio virtuale alla scoperta dei nostri tesori dimenticati.*

La Torre Perla – Fonte: Italia Nostra
Paesaggio, Torre Perla – Fonte: Italia Nostra
Particolare del monumento a Salvo D'Acquisto – Fonte: MiBACT
Locandina dell'iniziativa – Fonte: Italia Nostra

Passa a Vodafone Special Unlimited

7,99€
al mese

Xiaomi Redmi 7A
INCLUSO

50 GIGA
Minuti+SMS illimitati

vodafone
#iorestoacasaconnesso

Calypso
we connect via satellite



vodafone POINT

Via delle Rose, 21 - 00055 Ladispoli RM
+39 333 8882200 +39 06 52725605
calypso@giallo.it

skycalypso fb.me/calypso2013 @calypsosky

AFFITTASI SPAZI

P AUTOVEICOLI - CAMPER Cerenova
BOX, MAGAZZINI E TETTOIE Valcanneto
Area recintata con accesso H 24



338.21 13 467
06.9951679



ISOLA ECOLOGICA
CENTRO COMUNALE DI RACCOLTA

ODISSEA ALL'ISOLA ECOLOGICA

LA PESSIMA ESPERIENZA DI UN CITTADINO DI CERVETERI
ALLE PRESE CON I RIFIUTI

“Dopo 2 mesi di lockdown per Covid-19 - racconta un residente - ho la necessità, come tanti altri utenti, di smaltire i rifiuti accumulati. Recandomi all'isola verde la scorsa settimana, mi hanno informato che è necessario prenotare un appuntamento. Effettuata la registrazione sul loro sito e richiesto l'appuntamento al 9 maggio 2020 non ho ricevuto alcuna comunicazione.

Per questo motivo ho deciso di recarmi personalmente presso l'isola verde per tentare lo scarico e chiedere informazioni in merito alla mancata risposta inerente l'appuntamento.

Dopo aver parlato con gli operatori che hanno negato l'accesso nonostante avessi spiegato l'accaduto, non c'è stato nulla da fare. Come me altri utenti hanno dovuto rinunciare e riportare il tutto a casa.

In 3 ore di permanenza davanti il loro sito ho cercato di contattare i numeri verdi esposti sul cartellone attaccato alla loro recinzione lasciando vari messaggi cercando di spiegare il disagio. Ho contattato i carabinieri ed infine è intervenuta la polizia locale di Cerveteri che provvederà a fare un esposto (così dicono, lo ribadisco perché durante la scorsa settimana altri vigili sono intervenuti ma a tutt'oggi nulla è cambiato).

Il servizio di consegna dei rifiuti funzione tramite: registrazione sul sito e su prenotazione (chi non ha internet si tiene i rifiuti); Compilazione del form con

tutti i dati dell'intestatario “codice tari compreso” e successivo invio. Da notare che una volta eseguito l'invio delle informazioni tramite il form sul loro sito, non si riceve alcuna conferma dell'azione eseguita. Quindi l'utente deve solo sperare. “Gli operatori, nonostante la pressione di tutti noi per cercare di sbloccare la situazione non riuscivano neanche a contattare il responsabile che si guardava bene dal rispondere o essere presente in loco.

Dalle ore 9 alle ore 12 solo 4/5 auto sono riuscite a scaricare.

Alle 11:45 un operatore dell'isola verde visto l'aumentare delle persone e vedendo l'insostenibilità della situazione anche in presenza dei vigili urbani, ha permesso ad ognuno di noi di effettuare la registrazione tramite internet presso il suo ufficio. Durante la registrazione abbiamo capito (io e l'operatore) perché non ero stato contattato dal servizio. L'intestazione del codice tributo relativo al proprietario della casa non è stato aggiornato sul loro database in quanto (parola dell'operatore) solo una volta l'anno effettuano l'aggiornamento. Trasferimento di proprietà e registrazione presso l'ufficio effettuata il 19/09/19. Morale della favola - conclude il cittadino - ho effettuato la registrazione con il nome del vecchio proprietario ed attenderò spero, di essere ricontattato. Sia io che le altre persone avevamo effettuato la registrazione ma non eravamo presenti nel loro elenco”.

PREMIATA DANIELA ALIBRANDI MENZIONE DI MERITO AL PREMIO LETTERARIO "LA FELICITÀ RITROVATA"

Daniela Alibrandi, nota autrice del nostro territorio, ha ottenuto in questi primi giorni di maggio due importanti successi. Il suo ultimo romanzo “I Misteri del Vaso Etrusco” (Edizioni Universo), presentato lo scorso dicembre alla Sala Ruspoli, è stato **premiato con la Menzione di Merito** al Premio Letterario Nazionale “La Felicità Ritrovata”. Un riconoscimento importante per una trama che, ai confini del noir, esalta l'importanza del bene della famiglia e della coesione sociale per il superamento delle difficoltà e il ritorno alla serenità.

Come superare un trauma, dopo eventi catastrofici o esperienze dolorose, è il fulcro del concorso letterario “la felicità ritrovata”. Di respiro nazionale, nasce nel 2019 come opportunità di riflessione su modalità e conseguenze sociali, individuali, psicologiche ed emotive degli eventi traumatici che segnano la vita delle persone. Per favorire la presa di consapevolezza che superare un trauma e ritrovare la felicità è possibile. E di conseguenza è possibile aumentare il benessere della comunità in cui viviamo. Si inserisce perfettamente in questo quadro il romanzo dell'autrice che, si cala ancora una volta nei cassetti più riposti della mente umana, indaga nella fragilità dell'uomo che proprio da essa trae la forza di rinascere.

La Alibrandi, inoltre è stata inserita da Tuttatoscanalibri tra i giallisti italiani e il suo nome è apparso insieme ai grandi interpreti del genere letterario. Due belle soddisfazioni in un maggio dei libri molto “lock down”.

DALLA PENNA
DI DANIELA ALIBRANDI
DUE NUOVI CAPOLAVORI IN LIBRERIA



I Misteri
del Vaso Etrusco

Una storia
ai confini del noir

€ 15,00



Nessun
segno sulla neve

Un crimine
mai risolto

€ 15,00



I LIBRI SONO ACQUISTABILI
ONLINE SUI SITI DEDICATI
O PRESSO LA SEDE
DE "L'ORTICA"
CHIAMANDO IL NUMERO
06.9941736

IL NUMERO

1

DEL RISPARMIO



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



Per la casa e la famiglia



ANGUILLARA SABAZIA
VIA GIOLITTI, 3

BRACCIANO
VIA ARTURO PERUGINI

CERVETERI
LARGO ALMUNECAR, 20

LADISPOLI
VIA GLASGOW, 60

CERVETERI E LA TRISTE VICENDA DEI BUONI SPESA

I PARAMETRI PER LA SCELTA DELL'ASSEGNAZIONE DEL CONTRIBUTO LASCIANO I BISOGNOSI SENZA PASTO

In standby numerose richieste. Accade nel Comune di Cerveteri, dove i fondi sono finiti ma non è terminata la lista degli aventi diritto. Se per aventi diritto si intende chi a causa del Covid-19 è rimasto senza lavoro e quindi senza soldi in tasca. Gente che fino al giorno prima della chiusura delle attività e la reclusione in casa, lavorava, magari saltuariamente, magari a nero, ma ogni giorno riusciva a fare la spesa. Questi cittadini, insieme ad alcuni proprietari delle attività commerciali, anche tra più produttive, sono divenuti improvvisamente bisognosi di aiuto. Ma non lo hanno ricevuto. Di chi la responsabilità?

Quali sono i parametri scelti per selezionare le numerose richieste non è cosa nota, si può solo ipotizzare valutando le testimonianze dei cittadini, quelli che tra le varie peripezie di questi giorni le raccontano.

L'esperienza di un residente di Cerveteri. Richiede i buoni spesa. Domanda respinta. Da lui veniamo a sapere che tra i requisiti per ottenere il contributo c'è il **non essere in possesso di una seconda casa**. Come se un mattone dall'oggi al domani si trasformi in cibo. Un parametro da considerare lecito per giudicare la situazione economica di un cittadino in qualsiasi momento,

tranne forse in un'emergenza. Tranne forse in questa specifica calamità. La liquidità è venuta a mancare a tutti da un giorno all'altro, anche a coloro che posseggono una seconda abitazione. Al signore in questione è successo e forse non è l'unico caso. Con molta pazienza, sul sito dell'INPS ottiene il suo modello ISEE, lo presenta e viene a scoprire che non vale come parametro. Per lui una soluzione non arriva neanche su questo fronte.

Chi ha diritto al contributo del Governo? Ma soprattutto quanti, tra gli aventi diritto, sono riusciti a riceverlo?

La fascia di popolazione più debole, già inserita nelle liste dei servizi sociali era tutelata prima e lo è tuttora, di questo siamo felici. **Ma chi oggi è stato definito il "nuovo povero", grazie alle misure adottate dallo Stato per contrastare il Corona virus, è stato raggiunto?** Quali gli strumenti per dimostrare la difficoltà attuale? Alcuni comuni hanno scelto di utilizzare l'autocertificazione da parte del cittadino, sia perché il modello Isee avrebbe penalizzato tale categoria, (Cerveteri è tra questi), sia per velocizzare la pratica. Ma inserire tra i parametri il possesso di un secondo immobile è altrettanto penalizzante. Sempre

se con il contributo erogato, il Governo voleva aiutare gli italiani portati al collasso.

Già in precedenza ci siamo trovati ad esprimere un **giudizio** negativo sulla gestione dell'emergenza da parte delle istituzioni, per il ritardo degli interventi e sulle modalità. Fallimentari. Nessun bonus ha soddisfatto, nessun essere umano è stato sostenuto finora. C'è chi aspetta ancora la cassa integrazione, chi di rientrare a lavoro, chi il pacco alimentare dalla Protezione Civile. Il cittadino citato è tra questi, grazie al lavoro costante delle persone presenti nella Protezione Civile di Cerveteri non è rimasto solo. La sua richiesta di contributo è tra quelle messe in standby. Ancora una volta è la solidarietà a salvare i bisognosi.

Nel Comune di Cerveteri rispetto alla vicina città di Ladispoli, per fare un paragone, si è data maggiore libertà nell'utilizzo dei buoni spesa. Se a Ladispoli nel modulo per riceverli bisognava indicare l'attività commerciale nella quale spendere il buono (scegliendo una tra una di quelle elencate) a Cerveteri i buoni risultano spendibili per il carburante, nel negozio di prossimità così come per una ricarica telefonica. Un'apprezzabile scelta. Non si può dire altrettanto della mancata risposta alla richiesta di **trasparenza** sulla gestione dei buoni spesa, pervenuta dagli abitanti di Cerveteri rimasti esclusi, e da parte di alcuni esponenti politici del territorio. Fissato per il 19 maggio 2020 alle ore 10 il consiglio comunale, dove si spera, arriverà l'agognata risposta.

Global Water Solution
di Daniele Posa

La Tua Sorgente
d'Acqua Pura
Trattata e Gassata



**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
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

È POSSIBILE RICHIEDERE IL SERVIZIO A DOMICILIO

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
www.globalwatersolution.it

339.3904634 - 349.5275373

info@globalwatersolution.it

Global Water Solution di Daniele Posa



I SOLDI DEL GOVERNO? SO' COME I MIJARDI DE NELLETTO

28

“Annunciazione. Annunciazione!”: dai dieci miliardi, in due settimane si è arrivati a cinquanta, poi settanta, per schizzare a quattrocento a cui vanno sommati altri trecentocinquanta.

Non passa giorno che i governanti irrompano nella nostra vita avvisandoci che stanno “liberando” miliardi di miliardi ed ancora miliardi, indispensabili alla ripartenza di un Paese che sta passando dal lockdown al knockdown.

Mia convinzione è che nessuno riesca più a stare dietro alla cifra raggiunta, manco Amadeus Conte. È un fatto che siamo ai primi di maggio ed i miliardi sono ancora virtuali, a parte l'elemosina dei seicento euro distribuiti a molti nuovi disperati e la sinecura laica ai soliti *paraculi* che, da tradizione atavica, sono dei fuoriclasse a campare sulle spalle del prossimo. La sensazione di trovarsi sulle montagne russe, con l'arrancare sferragliato ed il conseguente precipitare mozzafiato tra curve paraboliche, è accompagnata per i cervetrani alla esclamazione: “I soldi del Governo!? So come li mijardi de Nelletto” Una storia strapaesana questa di Nelletto che, in tempi in cui ci si soffia in faccia la propria disperazione, può tornarci utile quanto

gli ansiolitici. L'incipit viene collocato in un sabato da ottobrata cervetrana del 1969 quando, al bar di Agustarello, il nostro protagonista, asciugandosi nervosamente con il fazzoletto il sudore che copioso gli bagnava la camicia bianca, giocò “tre schedine doppie col sistema”.

La matrice della giocata venne sistemata nel retro del bancone, tra una bottiglia di Mistral e quella di un Amaro abruzzese. Con abile contraffazione la schedina risultò totalizzare più di un tredici.

Il lunedì la matrice scomparve e la presunta vincita, col trascorrere del tempo e degli interessi attivi, moltiplicò la cifra: da un miliardo iniziale si passò a centinaia di miliardi. Nei luoghi deputati agli accidiosi come i bar, i circoli sportivi, le panchine di travertino dei giardini, quelle di tufo della biglietteria alla Banditaccia, le scomode seggiole del Museo, tra fogli del **Corriere dello Sport** macchiati di caffè e carte napoletane ingiallite dalle bruciature di mozziconi, la saga, avente come centro propulsore il nostro personaggio, accompagnò per un ventennio le uggiose giornate.

Dalla mattina sul presto a sera inoltrata il centro del paese si trasformò in un proscenio. La fantasia

davvero prese il potere e fu estasi pura.

Storie incredibili, dai percorsi tortuosi e dagli intrecci incomprensibili, iniziarono a snocciolarsi, per essere poi dimenticate e, come torrenti carsici, riaffiorare di nuovo. Di bocca in bocca passavano notizie di pianoforti dalle casse imbottite di biglietti da centomila lire, che, una volta a settimana, cinque cervetrani *belli tosti*, spingevano su per le scalette della chiesa, consegnandoli a don Quirino.

Erano centinaia i lingotti d'oro che “*quel birbaccione de postino braccianese*” consegnava alla solita cricca, dopo che il nostro eroe venne ufficiosamente fatto passare come: “*bello che defunto*”.

I cervetrani scomodarono perfino centinaia di cammelli, carichi tra una gobba e l'altra di bisacce di pelle di capra gonfie di diamanti, *intravisti deambulare*, mezzi nascosti dal *cannucciame*, nell'alveo del fosso Vaccina in direzione della proprietà Guastini. Non si fecero scrupolo neanche di importunare il Presidente Reagan il quale, “*personalmente di persona*”, spedì via mare montagne di dollari: trenta miliardi la prima volta che, di raddoppio in raddoppio, raggiunsero diecimila milioni di miliardi, finiti in *caveau* svizzeri dopo aver sormontato montagne innevate.

Per non citare le candele d'oro ed i santini; i seimila maiali con tremila quintali di farina consegnati al *pecoraro*, nonché guardiano delle Tombe, col cui ricavato furono comprati “*trenta ettari di pianura su per le montagne della Tolfa*”.

Ovviamente il legittimo beneficiario rimase a becco asciutto: mai una consegna, tranne raccomandate con cambiali avallate per 900 miliardi da onorare. Vennero tirati in ballo generali che avrebbero dovuto dirimere la situazione ed ottenere legittimo risarcimento, dai nomi improbabili: *Influenza* e *Polmonite* della guardia di Finanza, *Tosse Convulsa* dell'Aeronautica, *Calma piatta* della Marina.

Con sublime fantasia vennero fondati nuovi Istituti bancari: la **Banca della Scimmia** ed il **Credito cooperativo del Vaffanculo**. Per non citare il cagnolo che, invece di ossa, *sgarufando tirava fori* biglietti da diecimila.

Era una Cerveteri spensierata, compartecipe di un *film* in presa diretta con *un fratello* che si districava da assoluto protagonista, in una storia dalla trama improvvisata.

Mia madre lo incontrava di frequente nel suo negozio per la programmata telefonata al segretario di Stato Vaticano cardinal Casaroli, e provandone simpatia gli chiedeva: “*Ma signor Nello ci crede veramente!?*”.

Lui, accennando un sorriso sornione rispondeva senza indugi: “*Signora Filomè, ma nun l'ha capito che li sto' a pià per culo a tutti quanti*”.

Sono in molti a crederlo e essere convinti che abbia giocato coi suoi compaesani come fa il gatto di campagna con la coda della lucertola.



Antipasti	
Polpettine di chianina al limone	€ 7
Tortino di melanzane alla parmigiana	€ 7
Tartare di filetto di manzo con cipolla rossa caramellata	€15
Insalata di mare	€10
Insalata di polpo e patate con olive taggiasche	€10
Salmone marinato agli agrumi e pepe rosa	€10
Soutè di cozze	€ 8
Tartare di tonno con asparagi e nocciola	€15

Primi	
Fettuccine fatte in casa al ragù bianco di cinghiale	€ 8
Lasagnetta con carciofi e salsiccia	€ 8
Lasagnetta con asparagi e gamberi	€10
Risotto alla crema di scampi	€10
Spaghetti vongole e bottarga	€13

Secondi	
Coniglio alla cacciatore	€10
Vitello tonnato	€ 9
Filetto di manzo al pepe verde	€17
Calamaro ripieno al pistacchio di Bronte	€14

Contorni	Dolci della casa
Asparagi all'agro €6	Tiramisù €4
Agretti ripassati €4	Costata alla fragola/pesca €3,50
Vignarola €6	Crostata ricotta e amarena €4

☎ 339.5359019 - 06 99326148

CERVETERI Via Furbara Sasso 83

📍 Trattoria Casale Maremma



SO GIA' DU ORE CHE STAMO A SVENTOLA'... LAZIO, GRANDE LAZIO, NON CI FA ASPETTA'! (ALDO DONATI)

Che durante la verde adolescenza sia stato un tifoso della Sampdoria, come ricorda il mio allora amico Sandro Paccapelo, è vero.

Ero innamorato di quei colori variopinti, unici di quella maglie che fasciavano il busto dei calciatori.

Credo che forse sia stato l'unico romano sampdoriano di una squadra genovese più impegnata a non retrocedere in B piuttosto che a stazionare in mezzo alla classifica. Ricordo, una domenica allo stadio Flaminio, quando il centravanti "doriano", Ghedin, fu brutalmente atterrato in area di rigore.

<Arbitro rigore!> gridai alzandomi di scatto dalla curva. Si levò alle mie spalle una marea minacciosa di tifosi laziali che mi suggerì di rimettermi seduto.

A 20 anni divenni uno di loro. Adoravo il mare, mi piaceva la Regione in cui ero nato e vissuto. Fu così che quattro anni dopo esultai e pianii di gioia quando la Lazio, la squadra guidata da Maestrelli, quella trascinato dalla furia "bisontina" di Giorgio Chinaglia con accanto l'agile, svolazzante, piccolo Garlaschelli vinse nel 1974, il suo primo scudetto.

Ricordo poi la precoce scomparsa di Maestrelli e il dramma di Re ceconi in un tragico scherzo in gioielleria. Divenni amico a Roma di Nanni, conobbi poi a Ladispoli Facco, il terzino.

La Lazio così come il Cagliari di "Giggiriva" e il Verona di Bagnoli, era allora una squadra povera ma non di valori. Un'eccezione che confermava la regola delle formazioni sempre vincenti, più ricche e famose.

Come dimenticare l'eleganza e la maestria con cui il

"libero", si chiamava così, Pino Wilson orchestrava una solida difesa davanti al funambolico portiere Felice Pulici?

Dopo arrivò il secondo scudetto nel "fatal" 2000 di Erikson. Lo festeggiai nel Club Lazio di Via Siracusa del duo Fiorillo-Sulas. Ero sul palco accanto ad Aldo Donati a contare la sua canzone ma anche "Vola un'aquila sul cielo...vola e non sarai mai sola". Oggi nelle stagioni del coronavirus un nuovo miracolo calcistico mi porta ancora a sognare il primato.

Eravamo lì, a due passi dalla Juve, quando solo il morbo ha fermato tutto. Un Presidente concreto e testardo anche un po' turchio (Lotirchio) aveva avuto il merito di scegliersi l'albanese Tare, un ex calciatore che sapeva comprare il meglio a poco prezzo. E poi un po' di fortuna non guasta. Il presuntuoso allenatore argentino Bielsa disse di no, non sarebbe venuto ad allenare una squadra di "morti di fame", di basso livello. Fu così che "Inzaghi" meno noto del fratello Pippo, fu immediatamente dirottato dalla Salernitana a guidare la sua Lazio, già trainer vincente dei giovani della Primavera. Si giocherà? Lotito vuole ripartire, vede la squadra umile e coesa.

<Er virus se sta a stancà> così ha sollecitato i colleghi Presidenti. <Mò sei diventato pure virologo!> gli ha risposto ironico lo juventino Agnelli, preoccupato del mancato ritorno del suo centroavanti argentino. Certo lo scudetto sarebbe bello dopo 20 anni. Ma se anche finisse così...così in alto, come un'aquila nel cielo non mi lamenterei.

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

AZZERA OGNI RISCHIO DI CONTAMINAZIONE

>> SANIFICA LA TUA AUTO

CHIAMACI AL 06.99551289



RICONOSCI LA TUA AUTO?


CHIAMACI PER BLOCCARE L'OFFERTA

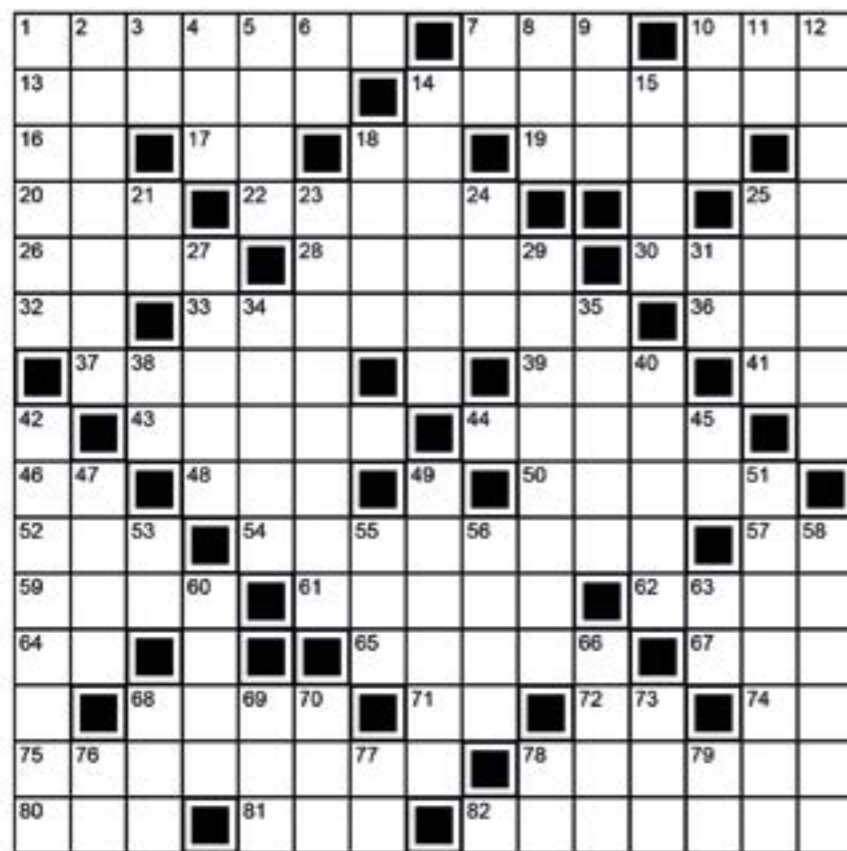


ORARIO APERTURA: LUN - VEN 08:30/13:00 - 15:00/19:00 | SABATO 08:30/13:00 - 15:00/17:30

CERVETERI (RM) VIA FONTANA MORELLA, 66/B - TEL./FAX 06/99551289

MOBILE 339.3687944

 SOCCORSO STRADALE H24

**ORIZZONTALE**

- 1 Un numero che molti vogliono evitare
 7 È hot nei panini!
 10 Una penna a sfera
 13 Trattare con odio le acque
 14 Due lettere in erba
 17 A metà aprile
 18 Sigla della compagnia aerea American Airlines
 19 Alcuni lo chiamano uccello del malaugurio
 20 Associazione Elettrotecnica Italiana
 22 Ne prova diversi il lunghista
 25 Poco opportuno
 26 Dopo il bis
 28 Molti se incontrano quello nero cambiano strada
 30 Se cade alcuni lo raccolgono e lo buttano dietro la spalla sinistra
 32 La sigla di Asti
 33 Bandierine a due punte usate come insegne di comando da milizie a cavallo
 36 Il petrolio a Dallas
 37 Non proprio sferici
 39 Nel mezzo
 41 Le prime lettere in olandese
 43 Insieme di carte di varia natura
 44 Passa lento se ci si annoia
 46 L'articolo che non precisa
 48 Ci ha preceduti nel tempo
 50 Canto piuttosto lento
 52 Eroe spagnolo

- 54 Uno di Tirana
 57 Pirandello (iniziali)
 59 La musa della storia
 61 La squadra italiana che ha vinto la Champions League nel 2010
 62 Il continente con Singapore
 64 Due estremi sulla bussola
 65 È Buenos in Argentina
 67 Un fuoristrada sovietico
 68 Così sono le "sere" di Tiziano Ferro
 71 L'imbruglia cantante (iniziali)
 72 Tema lasciato a metà
 74 New Zealand
 75 Per i più superstiziosi è meglio non romperlo
 78 Di spalle
 80 Istituto Mobiliare Italiano
 81 L'attraversano i contadini per rincarare
 82 Un continente
- VERTICALE**
- 1 Quella d'orecchi è un rimprovero
 2 Nome maschile
 3 Poco educato
 4 Precede El Salaam in Tanzania
 5 Una nota canzone dei Goo Goo Dolls
 6 Crocevia in centro
 7 Ha il re subito dopo
 8 Ordine dei Giornalisti
 9 Nella parte in basso
 10 Indicazione su alcuni prodotti "naturali"
 11 Dopo la prima... nel liceo
 12 Secondo alcuni porta sfortuna

- appoggiarlo sul letto
 14 Un Don di una nota serie televisiva
 15 Era la sigla delle Ferrovie dello Stato
 18 Il Parker regista
 21 Gemelle in bici
 23 Lo sono alcuni terreni in vendita
 24 Colosso USA delle Telecomunicazioni
 25 Se rovesciato porta male
 27 Starci sotto o passarci sotto porta sfortuna
 29 Conseguire, acquisire
 31 Pari nel dado!
 34 Una tonalità di verde
 35 Il Mercurio greco
 38 Vaglia Postale
 40 Disciplina subacquea
 42 Si ricordano quelli della propria squadra del cuore
 45 Vocali per pochi
 47 Attraversa l'Egitto
 49 Una materia scolastica
 51 Velivoli senza motore
 53 Il giorno più breve
 55 Banco de la Nación Argentina
 56 Il Marcorè attore
 58 Si dice che lo sia un'idea folle

- 60 Riunisce i paesi esportatori di petrolio (sigla)
 63 Le prime di Svizzera e Ucraina
 66 Gabbie per polli
 68 Macchioline sulla pelle
 69 Il contratto assicurativo stipulato con la compagnia di assicurazione
 70 Esclamazione di richiamo
 73 Una dea greca
 76 Simbolo del promezzo
 77 Le hanno Nizza e Lilla
 78 Geppi in TV (iniziali)
 79 È canoro senza coro

La soluzione dello scorso numero

**♈ Ariete**

Elemento Fuoco
 Buone prospettive se lavori in una grande azienda: i premi e i riconoscimenti sono alle porte! Anche in amore c'è una buona intesa con il partner. Con i figli cercate di allentare, non chiedetegli sempre il massimo e siate più comprensivi.

♉ Toro

Elemento Terra
 Basta con le tensioni della passata settimana, godetevi la rivincita su una questione annosa che vi portava preoccupazioni e affezioni. Settimana ancora all'insegna della prudenza ma desso avete dalla vostra parte la serenità.

♊ Gemelli

Elemento Aria
 Piccoli disaccordi in famiglia potrebbero minare la serenità e la positività di questo periodo. Cercate di risolvere subito questi attriti. Se dovete fare un acquisto medio-importante cercate di non avere fretta, non si può ottenere tutto e subito.

♋ Cancro

Elemento Acqua
 Cercate di recuperare le energie e concedetevi un po' di riposo, troppi impegni tra lavoro, famiglia e interessi vi hanno scaricati. Un familiare stretto potrebbe avere bisogno del vostro aiuto o della vostra comprensione, ascoltatelo.

♌ Leone

Elemento Fuoco
 Se state vendendo casa per acquistarne un'altra non lasciatevi prendere dall'impeto di chiudere l'affare, il momento è positivo ma calcolate bene le entrate e le uscite. Una bella storia d'amore aspetta i Leoni solitari.

♍ Vergine

Elemento Terra
 Periodo all'insegna delle trasformazioni ma anche dei chiarimenti che porteranno a delle discussioni inevitabili però necessarie. Se qualche contrasto ti affligge cerca di risolverlo prima dentro di te, così sarai più incisivo verso gli altri.

♎ Bilancia

Elemento Aria
 Nel campo lavorativo ci saranno dei cambiamenti sia se siete dipendenti che proprietari di una azienda o una società: cambi di mansioni o di ufficio o nuovi orizzonti per gli investimenti vi metteranno alla prova. Dovete decidere in fretta.

♏ Scorpione

Elemento Acqua
 Energia in costante ripresa. Le incertezze sul lavoro vanno contrastate con nuovi progetti che prenderanno una buona strada nella prossima estate. Cercate comunque di non fare scelte troppo azzardate ma ponderate.

♐ Sagittario

Elemento Fuoco
 La forma fisica non è al top ma tenete duro, da giugno inizierà la ripresa anche negli altri campi. È un periodo di riflessione e introspezione quello che state attraversando. Un piccolo rimborso vi farà ritrovare il sorriso.

♑ Capricorno

Elemento Terra
 Le scelte patite alla fine del 2019 stanno dando tanti e buoni frutti. In amore se ci tenete veramente al partner perdonatelo per una piccola leggerezza commessa. Tenete sotto controllo le uscite perché c'è qualche spesa imprevista.

♒ Acquario


Elemento Aria
 Fate da paciere in qualche piccola discussione in famiglia soprattutto con i figli. Lo stress della passata settimana è quasi sparito e vi sentite gratificati per aver fatto qualcosa di buono per gli altri. Completate l'opera, liberatevi di un peso.

♓ Pesci

Elemento Acqua
 Se volete ottenere qualche cosa non iniziate ad assillare il partner o il genitore, cambiate strategia e con un po' di pazienza otterrete la cosa desiderata. Buono lo studio, continuano le rivincite. Chi è single non abbia fretta, maturerà una amicizia.



CREMA PASTICCERA

 DIFFICOLTÀ: bassa
 TEMPO
 30 minuti

La crema pasticcera è una ricetta di base della pasticceria italiana, tra le più diffuse che si utilizza per farcire torte. Facile e veloce da preparare, può spaventare chi si accinge a prepararla per la prima volta, per la facilità con cui si formano grumi. Il segreto perchè non accada è girare continuamente la crema durante la cottura (io

preferisco farlo con una frusta a mano, che rende ancora più semplice mantenere la crema ben fluida) e cuocere la crema a fuoco basso. Ma se nonostante questi accorgimenti la vostra crema dovesse formare grumi, non esitate a ricorrere al frullatore ad immersione, che la riporterà alla normalità!

INGREDIENTI PER 300 GR DI CREMA

250 ml di latte
 3 uova (tuorli)
 80 gr di zucchero

30 gr di maizena (o farina)
 1/2 baccello di vaniglia
 o scorza di limone

- Iniziate a lavorare i tuorli con lo zucchero, per avere un composto gonfio e spumoso. Poi unite l'amido di mais e lavorate ancora poco.

- Nel frattempo riscaldate bene il latte, al quale avrete aggiunto un baccello di vaniglia e i suoi semi raschiati con la lama di un coltello. lasciatelo qualche minuto in infusione, poi unitelo alla montata di zucchero e uova, a filo, mentre continuate a lavorare a velocità ridotta.

- Trasferite il composto in una pentola dal fondo spesso, mettete sul fuoco e cuocendo a fuoco dolce lasciate rapprendere la crema. Basteranno pochi minuti per vedere la crema rappresa, ma nel frattempo state attenti alla cottura e mescolate continuamente, meglio se con una frusta a mano, per evitare la formazione di grumi.

- Quando la crema è pronta trasferitela in una pirofila di vetro o di ceramica, coprite con la pellicola a contatto per evitare la formazione della fastidiosa pellicina e lasciatela raffreddare.

- La vostra crema è pronta per essere utilizzata nelle migliori ricette o per essere gustata come dolce al cucchiaio!

Questa quantità di crema pasticcera sarà sufficiente per farcire una crostata di 24-26 cm di diametro.

Quando la crema è fredda è pronta per l'utilizzo o per essere riposta in frigorifero in questo caso si conserverà qualche giorno (con la pellicola).

Le ricette di Marianna



SIAMO CONVENZIONATI CON: Network PosteProtezione



RISONANZA MAGNETICA OSTEOARTICOLARE APERTA
 TAC MULTISTRATO - ANGIO TC
 DENTAL SCAN - CONE BEAM
 VISITE SPECIALISTICHE
 HOLTER CARDIACO E PRESSORIO DELLE 24 ORE

PULSOSSIMETRIA DELLE 24 ORE
 RADIOLOGIA*
 ORTOPANORAMICA DIGITALE
 MAMMOGRAFIA LOW DOSE
 MOC (DEXA)

ECOGRAFIA
 ELASTOSONOGRAFIA
 ECOCOLORDOPPLER
 ECOCARDIOGRAMMA
 FISIOKINESITERAPIA*

*CONVENZIONI: SERVIZIO SANITARIO REGIONALE/ENTI E ASSICURAZIONI

SALUS MEDICAL CENTER

VIA ANCONA 94
 LADISPOLI
 segreteria@grupposalus.net
 TEL. 069949944

IRMED CENTRO FISIOTERAPICO

PIAZZA I. ODESCALCHI 4
 LADISPOLI
 irmed@grupposalus.net
 TEL. 069946265

GIFA - POLIAMBULATORIO

VIA E. SALOMONE 18/24
 CERVETERI
 gifa@grupposalus.net
 TEL. 0699552602

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI:

☎ 06.9949944 ☎ segreteria@grupposalus.net ☎ www.grupposalus.net

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

#RESTAACASA

I FARMACI TE LI PORTIAMO NOI GRATUITAMENTE

CONSEGNE
12-14/18-20
ORDINI EVASI IN GIORNATA

PER INFO E ORDINI:
TEL. 06.9947746
CELL. 393.9735665
(ANCHE WHATSAPP)

OPPURE SCRIVI A:
FARM.DEMICHELIS@GMAIL.COM





Ortica

Salute Benessere

A cura del
Dottor Professor **ALDO ERCOLI**

COVID-19

LO STATO DELL'ARTE ATTUALE TRA TERAPIE, ACCERTAMENTI E.....FUTURO VACCINO

La scoperta di un vaccino per il nuovo Coronavirus, almeno l'annuncio della sperimentazione in fase avanzata sull'uomo, assomma due effetti portentosi che contemporaneamente si fondono tra loro. Il nuovo vaccino è una caccia al tesoro che ricorda la "corsa all'oro" del western americano.

Dietro l'aspetto umanitario e sociale vi sono non trascurabili ricavi in termini economici; ma anche di prestigio in ambito medico.

Scoprire e realizzare un vaccino efficace sta impegnando ogni eccellenza medica in varie parti del mondo e, come dicevo, anche solo il suo annuncio alla popolazione provoca un effetto antiansiogeno, di rassicurante concreta certezza. L'aspetto commerciale coincide con quello di attenuare o far scomparire l'**ansia sociale**, dissolvere soprattutto la paura di potere andare incontro ad una morte orribile ad opera di un invisibile assassino che strangola togliendo il fiato fino a soffocare. In una popolazione tenuta per almeno due mesi in quarantena più che l'ansia (ossia la paura di qualcosa che non si conosce) prevale la **fobia (paura concreta verso un nemico o un oggetto o, una condizione di disagio ben preciso come quella del sangue, di un'arma, delle grandi altezze, della malattia specifica...).**

Nel caso del Covid-19 la fobia è giustificata e razionale perché dalle immagini in televisione e dalle notizie giornalistiche, si tratta di una minaccia reale.

Oltre all'ansia e alla fobia può instaurarsi l'ossessione. Di che cosa si tratta?

Di **una condizione mentale patologica che pur avendo origine da input provenienti dall'esterno viene paritorita e alimentata dall'interno dell'individuo, ossia**

dal suo encefalo.

Si tratta di pensieri angosciosi ricorrenti che non si riescono a scacciare dal cervello e comportano atteggiamenti di estrema chiusura interiore accompagnati da stati comportamentali di eccessiva igiene personale abitativa, talora persino gesti anti-iettatori o rituali.

La chimera di un vaccino che non è imminente perché ci vuole tempo, oltre alla sperimentazione prima sull'animale e poi sull'uomo è necessario effettuare un doppio cieco randomizzato tra soggetti sani trattati con placebo e altri col vaccino anti Covid-19, oppure sottoporre il vaccinato ad un surplus di carica virale. Sono passaggi questi delicati e non privi di rischi che non si compiono in pochi mesi anche se la "grancassa mediatica" ci ripete che, essendo in fase avanzata, sono prossimi.

Come ho già scritto in passato occorre puntare allo stato attuale (ma anche in futuro) sulla ricerca farmacologica che è già molto efficace soprattutto nelle fasi iniziali della malattia ma anche nei successivi e impegnativi quadri morbosi al fine di non arrivare alla sala di rianimazione in terapia intensiva.

Condizione questa che, come ha giustamente detto il professore Zangrillo, rappresenta un po' una sconfitta nella strategia terapeutica.

Anche se è molto utile per salvare vite umane in condizioni disperate, in attesa di un vaccino efficace che possa essere somministrato a tutta l'umanità (forse è una chimera ma auguriamoci il contrario) ci sono dei buoni risultati già raggiunti da quella terapia farmacologica (e diversa da stadio a stadio della malattia) che si avvale anche dell'utilizzo di plasma umano di soggetti guariti (immunoterapia passiva).

Quali sono i test diagnostici veramente utili per valutare il nostro stato di immunità al Covid-19? Sappiamo tutti che per verificare la nostra immunità acquisita (quella innata non si può finora testare) e accertarsi della eventuale presenza del virus nell'organismo si ricorre rispettivamente ai test sierologici (prelievo ematico dal dito o dalla vena) e all'utilizzo del tampone naso-faringeo.

Quali le eventualità?

Si ricorre all'esempio del semaforo con 4 eventualità:

- 1)**Semaforo verde:** tampone negativo e presenza di anticorpi IgG (immunità in atto).
Il soggetto ha avuto la malattia ma l'ha brillantemente superata. Le perplessità riguardano quanto sia la potenza e l'efficacia di questi anticorpi (immunità attiva) e per quanto perdurino. Sono stati segnalati casi di reinfezioni in pazienti dichiarati guariti.
- 2)**Semaforo giallo:** tampone e anticorpi entrambi negativi. Il soggetto risulta "vergine" non certo ammalato ma suscettibile di infettarsi perché non è venuto minimamente a contatto con il virus.
- 3)**Semaforo rosso:** tampone positivo e assenza di anticorpi IgG. Il paziente sia esso sintomatico o asintomatico, è malato, va posto in isolamento e curato (a casa o in ospedale a seconda della sintomatologia). Deve stare lontano dai pazienti con semaforo giallo.
- 4)**Semaforo intermedio tra il rosso e il verde** (lasso di tempo che intercorre tra il rosso e il verde).
Tampone positivo e presenza iniziale di anticorpi (prima IgM e poi IgG). Il paziente è ancora malato ma sta combattendo la sua battaglia per guarire (semaforo verde con negatività del tampone e presenza di anticorpi).

Da quanto detto nessuno dei due test isolato (ossia da solo) ci può dare un veritiero quadro della condizione morbosa infettiva. Un tampone isolato negativo, non ripetuto, può essere stato effettuato nel periodo di incubazione della malattia (variabile in genere da 5 ai 14 giorni) e pertanto non essere attendibile (falso negativo).

Alla stessa stregua i soli test sierologici positivi (presenza di anticorpi) in assenza del tampone ci dicono che il soggetto è venuto a contatto con il Covid-19 e sta combattendo ancora oppure ha già vinto la sua battaglia (tampone negativo, semaforo verde).

A mio avviso per avere una patente di immunità (almeno provvisoria, spesso duratura) occorre eseguire entrambi i test.

Lo so che i tamponi naso-faringei sono più costosi ma è in questo campo che vanno soprattutto investite le risorse sanitarie al fine di avere un quadro clinico-epidemiologico chiaro e utile.



#iorestoacasa, se non è necessario!

Se hai bisogno noi ci siamo
ma se non è necessario, resta a casa!
Il Laboratorio Analisi Salus Ladispoli
rimane aperto, a tutela della tua salute.



Laboratorio Analisi Salus Ladispoli
Via Ancona 94 • 00055 Ladispoli

Tel. 06 837 80971

www.lifebrain.it/laboratorio/laboratorio-analisi-salus-ladispoli

LIFEBRAIN CONSIGLIA DI CONSULTARE IL PROPRIO MEDICO DI FIDUCIA PRIMA DI EFFETTUARE ACCERTAMENTI DIAGNOSTICI





MONICA BERTOLETTI
Naturopata

BIORISONANZA, SEMBRA MAGIA MA È SCIENZA



PARTE II-A CHI È UTILE, A COSA GIOVA E COME AGISCE IN CONCRETO

“I recettori di membrana cellulare reagiscono sia a stimoli fisici come gli ormoni, ma anche a campi energetici, come luce, suono e frequenze radio. Questo vuol dire che il **COMPORTAMENTO BIOLOGICO PUÒ ESSERE CONTROLLATO E MODIFICATO DALLE FREQUENZE**. Lo scopo del trattamento con la biorisonanza è armonizzare i processi psicocorporei, ciò che ne scaturisce è nella maggior parte dei casi un sollievo dai sintomi fisici e una maggior serenità emozionale”. Così spiega la naturopata **Monica Bertolotti**, Naturalmente Sani, alias *Monique Bert*, creatrice del gruppo Fb *Medicina Evolutiva Naturopatia e Detox*, e coautrice di *Tiroide Approccio Evolutivo* del **dr. Andrea Luchi**.

A COSA GIOVA?

Quale sarà il risultato che potreste ottenere? Un successo olistico che include diversi fattori:

XFortifica la salute complessiva, migliorando l'immunità; rafforza i meccanismi di difesa di tutti gli organi, anche sul piano emozionale, riducendo le probabilità di ammalarsi.

XMigliora la memoria, la competenza del cervello di elaborare informazioni, gli scambi neuronali, le capacità cognitive e gli scambi fra gli emisferi armonizzando conoscenza razionale e intuito, anche con frequenze di rimedi erballi e di integratori.

XAbbassa il livello dell'ansia, della paura e dell'angoscia modificando le credenze radicate che ci impediscono di guarire, consentendo anche un riposo ristoratore e rigenerante, con frequenze specifiche anche floriterapiche e aroma terapiche.

XRende più tranquilli riguardo ad ogni aspetto della vita e migliora la comunicazione: senza irritazioni del sistema nervoso è più facile ascoltare chi ci sta

vicino senza pregiudizio e instaurare nuovi rapporti.

XRiduce lo stress, grazie a programmi di frequenza che regolano la produzione degli ormoni dello **stress**; rimuove blocchi antichi cristallizzati nei nostri schemi energetici, permettendoci di realizzare nuovi progetti; realizza un migliore *problemsolving* e più creatività. Migliora la coerenza cardiaca: i battiti del cuore rappresentano un linguaggio intelligente a cui tutto il corpo risponde, riducendo gli effetti della risposta allo stress, regalandoci un buon tono vagale che potenzia la risposta immunitaria, migliora l'equilibrio ormonale e nervoso. Più elevata è la variabilità del ritmo cardiaco, più saremo longevi.

Ricerche cliniche condotte dall'Istitute of HeartMath hanno riportato miglioramenti significativi in pazienti con: ipertensione, aritmie, malattie autoimmuni, sensibilità ambientale, dolore cronico, fibromialgia, stanchezza cronica, disturbi d'ansia, depressione clinica, disturbi da stress post traumatico

XMigliora il sistema endocrino, sia per problematiche ormonali della vita fertile, sia maschili che femminili, che della menopausa e andropausa, sia per problematiche tiroidee che legate allo squilibrio delle glicemie ed altre difficoltà ormonali, **regola l'appetito**.

XMigliora il quadro ormonale nella mezza età, con programmi di ringiovanimento basati sulle frequenze, aumentando alcuni ormoni ringiovanenti come il DHEA.

COME AGISCE?

Ogni terapia vibrazionale si basa sul presupposto che i tutti i processi fisiologici sono regolati da oscillazioni elettromagnetiche preposte ai cambiamenti e processi biochimici.

La malattia si manifesta quando oscillazioni sbilanciate sono frequenti e reiterate, prima di evidenziare sintomi somatici. Quando tutto funziona in modo coerente e armonico, stiamo bene. Se ci sono alterazioni, stiamo male.

La buona novella è che la biorisonanza può modificare le frequenze alterate riportandole a un valore ottimale, interagendo coi campi elettromagnetici del nostro corpo per normalizzarli.

La medicina quantistica guarda il campo energetico umano, ciò che le antiche tradizioni definiscono come **aura**, è l'alone riportato nei ritratti dei santi, ma è anche nel corpo, è lo strato energetico del nostro essere, dentro al corpo, fra i muscoli, le ossa, il connettivo, fra gli organi, nel grasso e nella pelle. L'energia è ciò non può essere visto ad occhio nudo, come anche il respiro, ma che si manifesta nel corpo se è alterata e disarmonica, come emozione dolorosa e malattia. O anche come la sensazione che emaniamo quando entriamo in una stanza e gli altri colgono benissimo, reagendo di conseguenza. Le nostre **vibrazioni energetiche** non mentono mai, perché riflettono all'esterno ciò che è naturalmente dentro di noi, ed è questo che può cambiare le cose, più che le decisioni attuate con il razionalismo, che portano comunque a dei risultati, ma esponenzialmente minori rispetto a quelle guidate dall'imprinting energetico della nostra parte più profonda e vera, della nostra anima.

L'aura rilevata in biorisonanza ci permette con la sua lettura una diagnosi energetica ed emozionale accurata, a differenza della medicina allopatica che si basa su esami ematochimici, diagnostici, sintomi fisici e alterazioni organiche: soltanto tutto ciò che si può toccare con mano, insomma, che è però solamente la punta dell'iceberg. L'una non esclude l'altra, dipende a quale livello vogliamo agire. Le antiche medicine facevano una rilettura energetica del corpo per poi dare indicazioni molto pratiche per cambiare le cose in meglio: è ciò che facciamo anche noi in una consulenza integrata nella nostra clinica online (naturalmentesani.it, prossimamente online). La tecnologia odierna è molto avanzata e ci consente di lavorare ad un livello differente, sia per una diagnostica energetica che per un riequilibrio, anche in prevenzione, anche a distanza.

IN PRATICA

Con la biorisonanza inviamo informazioni frequenziali al campo energetico del cliente, potenziando l'attività dei tessuti e degli organi che sono in difficoltà, includendo tutto l'aspetto emozionale e mentale. Le conoscenze e le capacità del terapeuta di mettere insieme i pezzi del vostro puzzle vi forniranno una consulenza a 360 gradi in grado di aiutarvi in maniera concreta ed efficace, ma soprattutto personalizzata in ogni dettaglio, con modalità che saranno illustrate a dovere e compiti a casa importanti.



Studio di Fisioterapia
E fisio
di Noemi Cecere



**RIABILITAZIONE PER
Patologie Neurologiche
Patologie Ortopediche**
(lombalgia, cervicalgia, dolori muscolari, tendiniti..)

TECAR terapia
Rieducazione posturale Mézières
**Riabilitazione
post intervento chirurgico**



**PACCHETTO
RIABILITAZIONE
POSTURALE MÉZIÈRES**
8 sedute
€ 250



**PACCHETTO
TERAPIA
DECONTRATTURANTE**
5 sedute
€ 150

RIABILITAZIONE SPECIALISTICA
€ 35 a seduta

INFO E CONTATTI:
via La Spezia 112 - Ladispoli
Cell.338.5758014 - E-mail: noemi.cecere@live.it
FB @studiodifisioterapiacecere

www.cefisio-ladispoli.it



ALGA SPIRULINA: PORTENTO DELLA NATURA O MODA DEL MOMENTO?

PROPRIETÀ, BENEFICI E CONTROINDICAZIONI DI UNO STRAORDINARIO SUPERFOOD

L'alga spirulina è una microalga che vive principalmente nei laghi, soprattutto salati con acque alcaline e calde, delle aree subtropicali. È caratterizzata dalla tipica forma a spirale (che si vede però solo attraverso il microscopio), dalla quale ha preso il nome.

L'alga spirulina la si trova solitamente in compresse o in polvere e ultimamente se ne sente parlare molto. Ma non è che, come spesso accade, siamo di fronte all'ennesima bufala?

Studiosi accreditati ne osannano le proprietà e, in effetti, sembra possedere molteplici proprietà nutrizionali e terapeutiche grazie alla elevatissima concentrazione di sostanze in essa contenute:

- **PROTEINE AD ALTO VALORE BIOLOGICO.** Contiene elevate quantità di tutti e otto gli amminoacidi essenziali (Fenilalanina, Isoleucina, Leucina, Lisina, Metionina, Treonina, Triptofano, Valina).
- **ACIDI GRASSI ESSENZIALI.** Contiene omega 3 e omega 6.
- **CARBOIDRATI.** Tra gli altri contiene il ramnosio e il glicogeno.
- **VITAMINE:** Vitamina A, C, D, E, K e vitamine del gruppo B.
- **SALI MINERALI:** ferro, sodio, magnesio, manganese, calcio, iodio e potassio.
- **RICCA DI CLOROFILLA**

Quindi a cosa serve la spirulina?

Sistema immunitario più forte: questa alga stimola le naturali difese del nostro corpo e per questo è consigliabile assumerla in periodi particolarmente critici dell'anno (ad esempio in autunno-inverno per

evitare il più possibile raffreddore e influenza).

- **Maggiore energia:** grazie alla presenza di vitamine e importanti sali minerali, la spirulina è un vero e proprio integratore che fornisce il giusto carburante al nostro organismo per funzionare al meglio e sentirsi bene. Per questo è molto apprezzata dagli sportivi e dagli studenti, ma anche dalle persone anziane.
- **Depura e disintossica:** tra le caratteristiche più apprezzate di questa alga vi è la sua capacità di depurare. La Clorofilla aiuta ad eliminare le tossine dal sangue, svolgendo un'azione disintossicante naturale. Utilizzare la spirulina quotidianamente, quindi, ci assicura anche un buon effetto disintossicante sul corpo.
- **Integratore proteico:** spesso si consiglia l'uso di spirulina a vegetariani o vegani in quanto è un'alga particolarmente ricca di amminoacidi. Un'assunzione giornaliera assicura dunque una maggiore probabilità di raggiungere il fabbisogno proteico necessario all'organismo.
- **Tiene a bada il colesterolo:** grazie ai principi attivi contenuti, se usata nel modo giusto e con una certa costanza, è in grado di riportare nella norma i valori del colesterolo.
- **Azione antiossidante:** ciò avviene grazie alla presenza di betacarotene, acido ascorbico e tocoferolo che insieme svolgono un effetto sinergico contrastando i radicali liberi. Inoltre previene i danni dell'invecchiamento favorendo memoria e concentrazione.
- **Azione preventiva delle malattie cardiovascolari:** la presenza di acidi grassi

essenziali della serie omega 3 e omega 6 comporta una riduzione del rischio cardiovascolare. In particolare l'acido alfa-linoleico (capostipite serie omega 3), è un potente fluidificante del sangue, svolge un'azione anti infiammatoria e abbassa i livelli di colesterolo. L'acido linoleico (appartenente alla serie omega 6), abbassa i valori di LDL (colesterolo cattivo) e meno quelli delle HDL (colesterolo buono) contribuisce dunque a ridurre i livelli di colesterolo totale e di conseguenza il rischio cardiovascolare.

- **Alcalinizzante:** secondo la teoria dei cibi acidi e di quelli alcalini, la spirulina va inserita in questi ultimi e dunque può aiutare a ristabilire l'equilibrio e la salute generale del corpo.
- **Anti-anemica:** chi soffre di anemia può trarre beneficio da un'assunzione regolare di spirulina in quanto quest'alga è ricca di ferro tra l'altro facilmente assimilabile dall'organismo.
- **Migliora la pelle:** la spirulina è ricca di sostanze antiossidanti che contrastano l'azione dei radicali liberi. Utilizzarla ogni giorno consente quindi di veder migliorata la salute della propria pelle.
- **Ciclo mestruale più regolare:** anche se si soffre di problemi legati al ciclo femminile, la spirulina può venire in aiuto visto che contribuisce a regolarizzarlo e ad alleviare eventuali dolori.

Come assumere l'alga spirulina?

Bisogna essere sicuri che l'alga spirulina che assumiamo sia pura e provenga da zone di coltivazione "controllata". Il dosaggio giornaliero oscilla tra 1 e 5 grammi al giorno. Sotto 1g non si percepiscono gli effetti, sopra 5 g può avere controindicazioni. Si consiglia di cominciare ad assumere spirulina in dosi ridotte arrivando gradualmente al tetto massimo di 5 grammi, poiché il fisico si deve abituare all'elevatissima concentrazione di proprietà di quest'alga. La polvere di spirulina può essere diluita in un bicchier d'acqua, un succo di frutta o un altro composto liquido. Mentre le compresse sono solitamente di 5 g.

Può essere assunta a qualsiasi età. Non ci sono particolari controindicazioni se presa nelle giuste dosi e modalità. Si sconsiglia l'utilizzo di spirulina solo per chi ha problemi di tiroide o soffre di malattie autoimmuni.

In conclusione l'alga spirulina è oggettivamente un alimento portentoso: studi accreditati ne provano l'efficacia. Questa è l'ennesima prova che Madre Natura ci offre tutto l'occorrente per stare in salute, spetta a noi seguire o meno i suoi consigli. Sarebbe opportuno consumare l'alga spirulina ciclicamente e in forma naturale. Ma non dimentichiamo mai che il miglior modo per rimanere in salute, oltre all'attività fisica e sani stili di vita, è alimentarsi in maniera corretta: mangiare meno, mangiare variato, mangiamo sano. Buona Vita!

BEN DI BIO

vasta gamma di PRODOTTI BIOLOGICI

CONSEGNE
A DOMICILIO



ALIMENTI FRESCI E CONFEZIONATI
PRODOTTI A KM 0



PANE FRESCO BIO



PRODOTTI PER L'INFANZIA

DETERSIVI ALLA SPINA

100%
ECO



ECODETERGENZA E COSMESI

PER TUTTA LA FAMIGLIA

Via Ancona 170 - Ladispoli (RM)
Tel. 06.9922248 - Cell. 347.5215221
www.bendibio.net - bendibioladispoli@gmail.com
Facebook e Instagram Ben di Bio



Dottor **RICCARDO COCO**
Psicologo - Psicoterapeuta

L'AMNESIA DISSOCIATIVA

Si sente spesso parlare in tv di fatti di cronaca terribili, come "il caso di Cogne" o altri più recenti, dove una madre viene condannata per aver ucciso il figlio. In relazione a questi eventi gli esperti intervistati nominano spesso il concetto di "amnesia dissociativa" per spiegare come mai chi viene condannato per aver commesso il crimine, anche davanti a prove schiacciati, si professa innocente. Ci si chiede pertanto se sia possibile dimenticarsi di aver commesso un delitto così efferato o se il negare sia una deliberata menzogna. Per dare un senso alla prima ipotesi viene chiamata in causa "l'amnesia dissociativa": essa è un complesso meccanismo di difesa messo in atto dalla psiche della persona per proteggere il proprio equilibrio mentale di fronte ad eventi fortemente stressanti e sconvolgenti subiti, agiti o a cui si è assistito. Tra questi eventi vi possono essere: esperienze traumatiche subite direttamente o di cui si è stati testimoni (p. es., abusi fisici o sessuali, omicidi, disastri naturali); grossi problemi esistenziali (p. es., abbandoni, lutti, crisi finanziarie); gravi conflitti interiori (p. es., il senso di orrore per aver commesso atti criminali). L'amnesia dissociativa opera per permettere "la separazione" (dissociazione) di elementi dei processi psichici dal restante sistema psicologico dell'individuo lasciando fuori dalla coscienza di sé le esperienze vissute; evitandone il recupero mnemonico consapevole (amnesia). I contenuti affettivi di tali esperienze vengono però agiti o emergono a

livello di coscienza procurando "inspiegabili" stati di iperattivazione fisiologica e immagini intrusive (flashback). Detto in altri termini, l'esperienza che facciamo della realtà coinvolge processi mentali di base diversi: le emozioni, le percezioni sensoriali (uditiva, olfattiva, visiva, cinestetica, gustativa), l'attenzione, la cognizione, la memoria, etc. Con la dissociazione questi processi mentali non sono più integrati in una esperienza di sé coerente, ma sono separati tra loro: così capita di non ricordare l'evento traumatico, ma di agitarsi se ci si avvicina al luogo dove si è subito il trauma (luogo che la persona dice di non aver mai visto prima), perché alcune percezioni visive o olfattive associate al trauma si attivano. Oppure può capitare invece di ricordare l'evento ma senza provare emozioni. Soprattutto nel sonno e nei sogni frammenti di ricordi possono affiorare alla consapevolezza, magari "camuffati" con la conseguenza di provocare grandissima angoscia. Il ricordo di ciò che è stato dissociato può non diventare mai consapevole o, invece, diventarlo dopo poco tempo o dopo tantissimo tempo. In questi ultimi casi la persona vive dei momenti molto critici come si può immaginare, ma sono anche, soprattutto se la persona è in psicoterapia - dove c'è un contesto ed una relazione di fiducia, sicurezza e protezione - momenti significativi di "elaborazione" ed integrazione della coscienza e di "ricucitura" di ciò che era stato scisso ed agiva fuori dalla consapevolezza, in modi a volte molto problematici.

Dottor **Riccardo Coco**
Psicologo - Psicoterapeuta

Psicoterapie individuali,
di coppia e familiari

RICEVE PER APPUNTAMENTO
Cell. 3384970924
Studio professionale:
via Livorno 63, Ladispoli
www.riccardococo.net

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

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

**VISITA ORTOTTICA E STUDIO
DELLA MOTILITÀ OCULARE**



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

La TRIACA ERBORISTERIA



VIA BARI, 39
00055 LADISPOLI - TEL/FAX 06 9911137

FITOCOSMETICA
FIORI DI BACH
CAMELLE SENZA ZUCCHERO
ALIMENTAZIONE NATURALE
LAMPADE DI CRISTALLI DI SALE
PRODOTTI SPARGIRICI

VASTA SCELTA DI: INFUSI DI FRUTTA,
TISANIERE E DIFFUSORI PER L'AMBIENTE



AUTOANALISI

- > EMOCROMO
- > EMOGLOBINA GLICOSILATA
- > INR
- > COLESTEROLO TOT
- > HDL/LDL/TRIGLICERIDI/GLICEMIA
- > AST/GOT/ALT/GPT/GGT
- > CREATININA
- > URINE

SERVIZI

- > ANALISI GENETICA DELLA FLORA
- > BATTERICA INTESTINALE BIOMAPLAN
- > HOLTER PRESSORIO
- > HOLTER CARDIACO
- > ECG
- > CONTROLLO NEI IN TELEDERMOSCOPIA
- > BIOTRICOTEST
- > MISURAZIONE PRESSIONE
- > NOLEGGIO
AEREOSOL-TIRALATTE-BILANCIA PESA NEONATI-STAMPELLE

ORARIO CONTINUATO

LUN/SAB DOMENICA APERTI
8:30/20:00 9:00/13:00

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

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

Farmacia PratoCavalieri Dr.ssa T. Morabito

La farmacia PratoCavalieri
in considerazione dell'emergenza sanitaria
ha attivato il servizio
GRATUITO
del ritiro ricette presso gli studi medici
e consegne domiciliari.

Per info

Numeri abilitati al servizio
320.4049960 (anche whatsapp)
oppure direttamente in farmacia
al numero **06.99551302**

E-MAIL: ordini.farmacia.pratocavalieri@gmail.com



GRILLI DESIGN

*Be Original
Be Unique*



LADISPOLI
PIAZZA MARESCOTTI N°7
TEL 0689520322

LADISPOLI
VIALE ITALIA, 135
TEL 069911152

CERENOVA
LARGO TUSCOLO, 1
TEL 069904740