

L'ortica SETTIMANALE

Anno XXIII n°45 - 2020

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

2 + 2 = 5

I CONTI

NON TORNANO

LADISPOLI - GRANDO ACCUSA:

«NELL'ELENCO ASL CI SONO POSITIVI DA APRILE».



CERVETERI

IN ARRIVO IL PONTE
SUL FIUME ZAMBRA

DONNE

L'AMORE NON UMILIA
L'AMORE NON UCCIDE

ELETTROSMOG

CHE C'AZZECCA
LA MERENDINA CON IL 5G?

CULTURA

INTERVISTA ALL'AUTORE
DI "GIORNALISTI COMPRATI"

un nome, una garanzia

Superal

2000



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



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

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

**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**



**ZONA ARTIGIANALE VIA DON LORENZO MILANI 3
TEL. 06 99 22 03 34 - CELL. 339 69 12 444
WWW.SUPERALL2000.IT**

Dal 1961
la nostra passione
per la vite ed il vino

Tutto il carattere
del nostro territorio

CONSEGNE
A DOMICILIO



Cantina Cerveteri



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

www.cantinacerveteri.it

Settimanale indipendente

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

ISSN 2704-6664

ROC 34126

Direttore Editoriale: Cristiano Cimarelli
Direttore Responsabile: Graziarosa Villani
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,
Flavia De Michetti, Christian Scala,
Alessia Moricci, Pamela Stracci.

Speciale Viaggi

Adriano Botta

Speciale Cinema

Michele Castiello

Videorticando

Toni Moretti

Marketing:

Vito Michelangelo Lius

Fotografi e collaboratori

Paolo Gennari, Claudia Cavallo,
Biagio Tamarazzo, Vincenzo Quondam,
Andrea Fenili, 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
Cell.339 2864552

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

Chiuso in redazione il giorno 18/11/2020

Lavoro è salute, salute è lavoro

Diritto al lavoro e diritto alla salute non sono antitetici. Né l'uno è superiore all'altro. Chi, per ignoranza o per furbizia, imposta la questione in questi termini è del tutto fuori strada, non solo dal punto di vista della Carta costituzionale – per la quale nessun diritto è considerato inferiore ad un altro sebbene l'articolo 1 reciti che L'Italia è una Repubblica fondata sul lavoro e anche se per sentir parlare di diritto alla salute dobbiamo arrivare all'articolo 32, passando per l'articolo 13, ossia l'inviolabilità della libertà personale – ma soprattutto dal punto di vista della realtà concreta nella quale non esiste Salute senza Lavoro e viceversa.

A spiegarlo è Fabio Porru, medico ricercatore presso il Dipartimento di Sanità Pubblica dell'Erasmus, in un articolo pubblicato su Pillole di Ottimismo: «Il lavoro è uno dei più importanti "determinanti della salute". [...] Noi tutti passiamo una fetta importantissima della nostra vita a lavoro, e nella società moderna il lavoro rappresenta una parte importante della nostra identità. Per questi e tanti altri motivi, il lavoro esercita una grande influenza sulla nostra salute fisica, mentale, e sociale. [...] Non a caso, chi un lavoro non ce l'ha, ha un maggior rischio di ammalarsi e di morire precocemente. [...] È stato osservato che chi perde il lavoro, ad esempio, più frequentemente assume stili di vita meno salutari: beve e fuma di più, fa meno attività fisica. Inoltre, i disoccupati hanno un maggior rischio di andare incontro a diversi disturbi, tra i quali ad esempio ansia e depressione. Stile di vita poco sani e disturbi mentali sono associati ad un aumentato rischio cardiovascolare. Si è inoltre osservato un aumento dei suicidi in seguito alle crisi economiche e al conseguente aumento della disoccupazione. In questo senso, il lavoro è salute, e l'economia è fortemente legata alla salute della popolazione. Migliaia di cittadini che perdono il lavoro non sono altro che migliaia di individui con una salute a rischio. E insieme alla loro, è messa a rischio anche quella dei loro cari, a causa delle ripercussioni economiche sull'intero nucleo familiare. Al tempo stesso, più disoccupati significa meno entrate nelle tasche statali, e un aumento dei costi in termini di assistenzialismo. Al costo diretto della disoccupazione, si aggiunge poi quello indiretto, sanitario, in quanto come già detto, i disoccupati si ammalano di più. Tutto questo implica lo spostamento di risorse economiche che devono essere sottratte ad altri capitoli di spesa. E la sanità stessa è una delle voci di spesa da cui si va a pescare. [...] Sia chiaro, questo non vuol dire che il lavoro vada sempre protetto a prescindere, o che l'economia debba godere di una priorità rispetto alla sanità. Significa semplicemente che queste non sono l'una in antitesi con l'altra. Per questo, ragionare in ottica economica non significa necessariamente essere "cinici", "servi del Capitalismo" o tutte quelle cose che capita di leggere in questi giorni. Significa tenere in mente il punto di partenza: la salute è in buona parte anche una questione economica. I soldi non fanno la felicità, e non implicano necessariamente uno stato di salute, ma per mantenere una popolazione in salute, abbiamo bisogno di grandi risorse economiche. Lo dimostra la differente aspettativa di vita tra Paesi ricchi e Paesi poveri, e all'interno dello stesso Paese tra ceti più e meno abbienti. [...]».

Le chiusure, totali o parziali che siano, rappresentano la morte dell'economia come della salute pubblica: continuare a ricorrervi significa condurre il Paese verso il baratro. I decisori lo sanno bene. Inoltre dall'analisi di 51 paesi, in uno studio pubblicato su Lancet, il lockdown non ha nessun effetto statisticamente rilevabile sulla mortalità da Covid.

È EVIDENTE, IL 5G È BUONO



CHE C'AZZECCA LA MERENDINA CON IL 5G?

LA PROPAGANDA DEL WIRELESS DI QUINTA GENERAZIONE SI TRAVESTE DA DOLCETTO?

Un notevole sforzo creativo. Non c'è dubbio! Quantomeno per riuscire a trovare cinque lettere G in cinque parole diverse per poi assemblarle alla meno peggio nell'ultimo spot cospirazionista, dopo quello terrapiattista e per l'intelligenza artificiale riabilitata dalla demenza analfabetica funzionale.

Stavolta è il turno di "Golosa, leGGERa, Glassa, Granella" e quindi delle fatidiche cinque lettere G, cioè il 5G buono e tenero non come un grissino ma come una brioche da usare nell'immaginario collettivo per isolare, pure a colazione, il dissenso e la consapevolezza di quanti – evidenze in letteratura scientifica alla mano, sentenze di tribunale, vittime e malati – ne denunciano i gravi pericoli, rilegati alla pulcinella nell'alveo del becero complottismo. "Buondi Motta è davvero la colazione golosa e leggera o c'è qualcosa sotto?", si legge nel canale Youtube di Buondi Motta, sfornato l'ultimo spot dal titolo "La Cospirazione Golosa e Leggera", che di certo farà discutere sui social.

Si tratta infatti dell'ultimo episodio della campagna di Buondi Motta ideata dall'agenzia di marketing e comunicazione Connexia, prodotto da Mercurio Cinematografica e pianificato da PHD Media per le principali reti televisive e online: "anche se siamo

italiani, e anche molto italiani – dicono da Connexia – ci troverete nella Silicon Valley a controllare le ultime innovazioni tecnologiche"

Si, vabbè, ma la domanda da porsi è: ma che c'azzecca la pubblicità di un prodotto dolciario da forno come il noto Buondi con il 5G?

E soprattutto: perché ideare, produrre e pianificare, a fior di milione d'euro d'investimento, una campagna non per la promozione del prodotto da scaffale ma per l'isolamento mediatico contro il movimento precauzionista, etichettato alla chetichella con questo sketch manco fosse la nuova peste culturale del terzo millennio, mettendolo alla berlina e al pubblico ludibrio?

In pratica, perché questo tipo di spot, non essendo il committente una compagnia telefonica che fa business sull'Internet delle cose ma uno storico marchio della catena alimentare per i prodotti da forno? E perché fare filotto pro 5G con la pubblicità della Girella, uscita in primavera?

Una risposta arriva indagando sul brand. Infatti la Motta, titolare del prodotto brioche Buondi inventato nel 1953, dal 2009 risulta essere una società venduta da Nestlé al Gruppo Bauli. Quest'ultimo è guidato da Michele Bauli, bocconiano amministratore unico dell'azienda Bauli Spa, ma soprattutto membro del



Consiglio Generale di Confindustria, siede cioè nel tavolo dell'organo nazionale di indirizzo politico che collega il vertice con la base associativa di Confindustria. Michele Bauli è poi anche presidente di Confindustria Verona nonché il vice presidente di Reteimpresa, l'Associazione di Confindustria che associa le reti di impresa.

Non solo. Perché di Confindustria fa parte AssTel, ovvero AssoTelecomunicazioni, la potente lobby delle telecomunicazioni presieduta da Pietro Guindani, dallo scorso anno impegnata a lasciare su tavoli e caselle di posta elettronica dei sindaci d'Italia una serie di lettere deliberatamente in favore del 5G.

“La tecnologia porta con se una rivoluzione – in un'intervista per Brescia Oggi, snocciolando dati del Forum Economico Mondiale dichiarò Michele Bauli per il Festival del Futuro alla Fiera di Verona – quella digitale è tra le più importanti che vedrà la nostra generazione di imprenditori. Imporrà un nuovo modo di pensare“.

Tana libera tutti, eccolo: pensare, ergo, ragionare, ergo, entrare nella mente delle persone, ergo, immaginario collettivo. Quindi, lo spot di propaganda. Adesso ci siamo.

E' tutta chiara la trama del film? Complottista... chi? Tutto torna. Diranno che è una semplice coincidenza, un caso, ma il caso non esiste, a maggior ragione quando si sborsano tanti, ma tanti soldini per intasare TV e Web di pubblicità (diciamo) indiretta. E allora?

Guerriglia marketing, si tratta di una vera e propria strategia nell'arte della propaganda. Avevano pianificato il camuffamento, per depistare: servirsi di un prodotto dolciario, e non certo di uno telefonico o digitale più smaccatamente di parte, per mimetizzare meglio il messaggio negazionista, stavolta esplicito più che subliminale.



ASSOCIAZIONE AMICI MIURA CANTIERE NAUTICO E RIMESSAGGIO



PER TUTTI GLI ASSOCIATI SPAZIO RISERVATO PER RIMESSAGGIO



VIA FURBARA SASSO, 84 - CERVETERI
INFO: 348.6584531
lombardimaurizio1@gmail.com

“L'USO PROLUNGATO DELLA MASCHERINA PUÒ AGGRAVARE LA COVID 19”



APPELLO EPIDEMIOLOGI: “NEGLI ASINTOMATICI E NEI PRE-PAUCISINTOMATICI LA MASCHERA AUMENTA LA RINALAZIONE DEI PROPRI VIRUS”

Nel documento su mascherine e Covid 19, l'OMS scrive: «I seguenti potenziali danni e rischi dovrebbero essere attentamente presi in considerazione quando si decide l'uso continuo mirato di maschere mediche (...):

- potenziale aumento del rischio di autocontaminazione dovuto alla manipolazione di una maschera facciale e al successivo contatto con gli occhi con mani contaminate;
- potenziale autocontaminazione che può verificarsi se le maschere non mediche non vengono cambiate quando sono bagnate o sporche. Questo può creare condizioni favorevoli per l'amplificazione del microrganismo;
- potenziale mal di testa e / o difficoltà respiratorie, a seconda del tipo di maschera utilizzata;
- potenziale sviluppo di lesioni cutanee del viso, dermatite irritante o peggioramento dell'acne, se usato frequentemente per ore;
- difficoltà a comunicare chiaramente;
- potenziale disagio». E continua in questo modo con altri 5 punti.

Dal documento OMS-UNICEF su infanzia e scuola del 21 agosto scorso: «Diversi studi

hanno rilevato che fattori come calore, irritazione, difficoltà respiratorie, disagio, distrazione, bassa accettabilità sociale e scarsa vestibilità della maschera sono stati segnalati dai bambini quando usano le maschere. Finora non sono stati studiati l'efficacia e l'impatto delle maschere per bambini durante il gioco e l'attività fisica; tuttavia, uno studio su adulti ha rilevato che il respiratore N95 e le maschere chirurgiche riducono la capacità cardiopolmonare durante uno sforzo intenso».

L'OMS mette in guardia dal “potenziale impatto dell'uso di una maschera sull'apprendimento e sullo sviluppo psicosociale”, che va valutato “in consultazione con insegnanti, genitori/tutori e / o operatori sanitari”.

Gli epidemiologi. Nell'appello contro le mascherine all'aperto firmato a ottobre da alcuni tra i maggiori esperti italiani di epidemiologia e prevenzione (prof. Donato Greco, Alberto Donzelli, Adriano Cattaneo, Fiorella Belpoggi, Paola Zambon, Antonio Bonaldi, Monica Sutti) emerge una questione ancora più scottante: «L'OMS segnala 11 RISCHI collegati all'utilizzo prolungato della mascherina; però non segnala

quello che può essere il maggiore, a carico di infetti da SARS-CoV-2 non di rado inconsapevoli perché a-pre-pauci-sintomatici. Infatti la resistenza all'espiazione di una maschera tenuta a lungo aumenta la ri-inalazione dei propri virus, in un CIRCOLO VIZIOSO CHE AUMENTA LA CARICA, che può così raggiungere gli alveoli, dove le difese immunitarie innate sono carenti. Lì il virus si può moltiplicare molto e quando, a 10-12 giorni dall'infezione, arrivano gli anticorpi delle difese adattative, trovando grandi quantità di virus scatenano una VIOLENTA INFIAMMAZIONE e possono AGGRAVARE la Covid-19.»

Alberto Donzelli, specialista in igiene e medicina preventiva, ex direttore SC Educazione alla Appropriatazza ed Evidence Based Medicine ASL Milano, per 3 anni è stato al Consiglio superiore di Sanità, oggi nel CdA e Comitato Scientifico della Fondazione Allineare Sanità e Salute. Ha scritto uno studio pubblicato su Epidemiologia&Prevenzione, dove spiega come siano molto sottovalutati gli effetti collaterali sull'uso di mascherine in comunità.

«Con l'uso della mascherina cosa succede nei polmoni di una persona?», si chiede Donzelli «Il 95% di quello che emette un soggetto potenzialmente infettivo viene schermato. La domanda cruciale è: dove va a finire quel 95% che viene schermato? Viene in parte reinalato. C'è il rischio che la persona si faccia da sé i cicli di amplificazione, se continua a tenere a lungo questa mascherina. Continuando e reinalare i propri virus li può spingere in profondità nei polmoni e negli alveoli dove non dovrebbero arrivare perché nelle vie respiratorie superiori ci sono le difese innate adattative che 'stendono' la maggior parte dei germi che noi andiamo a impattare con la respirazione (...). Se arrivano troppi virus negli alveoli polmonari e si moltiplicano senza resistenza, quando arrivano dopo 10-14 giorni gli anticorpi delle difese adattative invece di trovare poco virus ne trovano una quantità (grande, ndr) e scatenano una battaglia ma anche creando un'infezione altissima. Si nota questo in molti casi di soggetti che dopo un inizio blando hanno un'esplosione infiammazione e un aggravamento».

CDC. A settembre è stato pubblicato uno studio di CDC, organismo di controllo federale sulla sanità pubblica degli Stati Uniti d'America secondo il quale il 70.6% dei soggetti che si sono ammalati di Sars-CoV-2 indossava sempre la mascherina, il 14.4% la indossava spesso, per un totale dell'85%, mentre solo il 3,9% non indossava mai la mascherina.

Infissi 2000

Di Villella Giuliano

FABBRICA DI INFISSI IN ALLUMINIO

ECO
BONUS



VETRATE
PANORAMICHE



FINESTRE
IN PVC
ED ALLUMINIO



SERRATURE
E PORTE
BLINDATE



LAVORAZIONI
IN FERRO
(Persiane, grate,
combinato, ecc)



TENDE DA SOLE
ZANZARIERE
DI OGNI TIPO

SERRAMENTI IN PVC ED ALLUMINIO
DI NOSTRA PRODUZIONE.

CERTIFICAZIONE INFISSI PER DETRAZIONE FISCALE

PREVENTIVI E SOPRALLUOGHI GRATUITI
INFISSI SU MISURA A PORTAR VIA

Via della Piscina, 8 - Cerveteri (Loc. Due Casette)

Tel/Fax 06 99 02 751 - villelagiuliano@tiscali.it

Cell. 339 61 84 947 - 329 78 70 446

www.infissi2000sas.it



GRANDO ACCUSA: «NELL'ELENCO ASL CI SONO POSITIVI DA APRILE».

**IL SINDACO HA CHIAMATO PERSONALMENTE I RESIDENTI A CASA
"AIUTANDO" L'ASL A SMALTIRE I CONTEGGI.
IL CONSIGLIERE TRANI: «VIOLAZIONE DELLA PRIVACY»**

Ladispoli

10

«Nei report che ricevo ci sono persone che risultano ancora positive da aprile, maggio e settembre». È stato il primo cittadino di Ladispoli a spiegarlo nei giorni scorsi chiamato in causa dall'opposizione scatenata nell'ultimo periodo in attacchi mediatici. In particolar modo il consigliere comunale Eugenio Trani (Ladispoli Città) ha puntato l'indice contro il sindaco accusandolo di aver telefonato a diversi residenti per chiedergli se fossero ancora positivi oppure no. Ma c'è una giustificazione a tutto questo per Alessandro Grando dopo essersi accorto, in pratica, che molte persone risultavano ancora iscritte come positive in questo elenco ormai giornaliero fornito dall'Asl di Rm 4, quando in realtà ormai erano guariti da un bel pezzo. E così, stufo di aspettare risposte che non arrivavano mai da parte dell'azienda sanitaria, Grando personalmente ha voluto sbrogliare la matassa. Con l'obiettivo di

rimettere in riga anche chi lo ha criticato per una presunta violazione della privacy. «In questo periodo la Asl – spiega il sindaco ladispolano - a causa della grande mole di lavoro che sta svolgendo tra tamponi e tracciamento, fatica a tenere aggiornati gli elenchi, soprattutto per quanto riguarda le persone che tornano negative. Nei report che ricevo giornalmente ci sono persone che risultano ancora positive da aprile, maggio e settembre. Per queste ragioni ho concordato con la Responsabile del Dipartimento di Prevenzione che li avremmo aiutati ad aggiornare gli elenchi, contattando direttamente i cittadini per poi comunicare alla Asl i nominativi dei guariti».

Per l'Asl, Ladispoli ha rischiato di sfondare quota 400, numeri altissimi che proseguendo con questa ascesa avrebbero prospettato uno scenario inaspettato. Senz'altro ha inciso anche il

drive-in allestito presso la Casa della salute della via Aurelia in tilt per diversi giorni anche per la massiccia affluenza di automobilisti romani. Fatto sta che la curva epidemiologica del tracciamento è cresciuta tantissimo, e forse, oltre alla Rsa Gonzaga, ha contribuito anche il fatto che i cittadini "negativizzati" non fossero stati appunto mai comunicati. Quanti non si sa. Situazione che ha fatto infuriare Grando. «Solo in una mattinata - aggiunge - sono state individuate 22 persone che risultavano positive ma che in realtà erano guarite da giorni. Ricordo che l'elenco dei positivi viene inviato anche alle forze dell'ordine per i controlli sul rispetto del regime di quarantena e che se un cittadino che risulta nell'elenco delle persone poste in isolamento dovesse essere fermato, andrebbe incontro ad una denuncia penale, oltre che ad una sanzione pecuniaria molto salata».

Le problematiche generate dal caos non finiscono qui. «Tutte le persone che sono in quarantena devono sospendere la raccolta differenziata e conferire i rifiuti in maniera indifferenziata, con un conseguente aggravio di costi per la collettività. Infine, visto il numero crescente di persone positive nella nostra città, è necessario avere un quadro della diffusione del virus chiaro e veritiero per valutare la necessità di introdurre delle misure di contenimento». Trani però è furibondo. «Telefonare a casa dei cittadini ledendo la loro privacy è un atto inqualificabile. Ho protocollato un'interrogazione urgente da discutere al consiglio comunale. Consiglio che l'amministrazione si ostina a voler svolgere in presenza, contro le previsioni del Dpcm. Questa è una spaventosa inversione delle parti in cui chi è al governo della città fa quello che non dovrebbe e non fa quel che la legge gli chiede. Siamo ormai oltre l'assurdo. Le chiamate arrivano da una persona che si qualifica come segreteria del sindaco Grando. Riteniamo che tutto ciò sia grave, in violazione dei diritti alla riservatezza di ognuno».

La controreplica. Per il sindaco la minoranza proseguirebbe una strumentalizzazione costante utilizzando il virus e scaglia la propria frecciatina. «Nessuna violazione, il tutto si è svolto nel massimo rispetto della privacy degli interessati. Qualcuno dell'opposizione non perde occasione per fare polemica su qualsiasi cosa. Potrebbero invece cercare di rendersi utili in qualche modo per la collettività, se ne sono capaci».

Tamponi pazzi. Non solo Asl di Rm 4. C'è un caso curioso anche nell'Asl di Rm 3, di cui ne fa parte Fiumicino, come testimoniato da Cristina, residente di Ladispoli. «Ho ricevuto un messaggio della Cri di Fiumicino, che mi avvisava di essere risultata negativo al tampone fatto. Ma io non ho fatto nessun tampone, né sono stata a Fiumicino negli ultimi 5 giorni».

TIEFFE

La qualità del prodotto

MADE IN ITALY

SCONTO IMMEDIATO IN FATTURA



PRODUZIONE INFISSI LAVORAZIONI IN FERRO

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

CANCELLI / GRATE
RINGHIERE / PERSIANE BLINDATE

www.tieffeinfissi.com

VIA S. ZOPPO, 14 00062 BRACCIANO (RM)

TEL: 06 9987021 - FAX: 06 99809343

Email: info@tieffeinfissi.com



GIORNALISTI EDUCATI A MENTIRE

L'HA DETTO LA TELEVISIONE, IL PREMIER, LA RADIO,
IL DOTTORE: DUNQUE È VERO!

Venerdì 13 novembre abbiamo ospitato Diego Siragusa, lo scrittore che ha tradotto lo scottante libro **“Giornalisti Comprati** - Come i politici, i servizi segreti e l’alta finanza dirigono i mass media tedeschi” del tedesco Udo Ulfkotte. Filosofo, scrittore e saggista, Siragusa coraggiosamente ha tradotto la denuncia del giornalista tedesco, morto precocemente nel 2017, una storia difficile da reperire. Il libro infatti fu fatto sparire dalla Germania e dagli Stati Uniti poco dopo la sua pubblicazione. “Io ero nel libro paga della CIA, sono stato pagato per dire bugie” la premessa dell’autore che pubblica nomi, date, fatti e misfatti avvenuti nel mondo dell’informazione. Un meccanismo diffuso a livello globale che ha manipolato la storia. **Dottor Siragusa, nessuno in Italia ha voluto tradurre questo libro, perché è temuto da redazioni e case editrici?**

Le case editrici sono anche proprietarie di diversi giornali dunque il sistema che denuncia Ulfkotte è un sistema diffusissimo in tutto l’occidente:

un’informazione controllata. Se un giornalista deve fare carriera e si scontra contro l’indirizzo politico del suo giornale ha smesso di fare carriera. E questo l’autore lo spiega molto bene, elencando i nomi dei giornalisti e dei giornali. Nessuno lo ha querelato perché quello che dice è la verità.

Contenuto importante, sparizione del testo e morte dell’autore fanno pensare a poteri forti, che nel libro hanno un volto, decisi a mantenere lo status. Teme per la sua incolumità?

Non ho nessun timore in quanto io sono solo il traduttore e il libro è già uscito, però ci tengo a raccontare la strana morte di Ulfkotte: aveva un problema cardiaco, ma non era in pericolo di vita. Ebbene, è stato trovato il 17 gennaio 2017 morto, immediatamente hanno cremato il cadavere senza fare l’autopsia. Quindi noi oggi non sappiamo quale è stata la causa del suo decesso.

Un fatto inquietante che ricorda Bergamo a marzo, certi meccanismi ritornano?

Come vediamo anche nella storia italiana ogni

volta che qualcuno ha voluto fare chiarezza nei confronti di omicidi eccellenti, di attentati eccellenti o è stato messo a tacere oppure, se era un magistrato, gli hanno tolto la titolarità dell'indagine. Nel caso di Ulfkotte, egli identifica, nei servizi segreti, nell'alta finanza e negli Stati Uniti gli strumenti mediante i quali si controlla l'informazione. Tutta.

Lui cita casi espliciti?

Per esempio per preparare l'opinione pubblica alle guerre, tutto il sistema dell'informazione deve marciare come un esercito compatto, devono dare tutti la stessa versione dei fatti. Così fu un anno dopo l'11 settembre per quanto riguarda l'aggressione all'Iraq di Saddam Hussein dove si parlò di armi di distruzione di massa, che non furono mai trovate perché non c'erano.

Il lettore italiano potrebbe non essere interessato a quanto accade in Germania.

Lui denuncia l'informazione "lubrificata" dove i giornalisti vengono circuiti, accade anche da noi. Solo alcuni blogger o riviste indipendenti come la vostra, che non ricevono sovvenzioni da nessuno, hanno avuto in Germania, dopo l'uscita del libro, la credibilità e l'accesso maggiore da parte dei lettori.

Il giornalista si può sottrarre, a certi livelli, a questo meccanismo?

Sottrarsi significa non fare carriera e non lavorare. I sistemi di persuasione sono tali da scoraggiare qualunque giornalista che volesse uscire dal sistema della corruzione. Nelle riunioni segrete del gruppo Bilderberg vengono invitati i giornalisti, quest'anno c'era Lilli Gruber e c'è l'obbligo di non rivelare a nessuno le informazioni condivise.

Anche alcuni cittadini che provano a diffondere informazioni attraverso i canali social subiscono censure.

I social sono un formidabile strumento di contro informazione, ma anche i social sono controllati. In questo momento io sono bloccato da Facebook per esempio, sono bloccato e questo mi è capitato spesso soprattutto quando riferisco notizie che riguardano il Medio Oriente. Ho scritto un libro a tal proposito "La censura di Facebook".

Tornando al libro da lei tradotto, quante copie ha venduto?

La prima edizione è andata esaurita, con la pandemia dopo la prima presentazione ci siamo fermati. Uscirà a breve una seconda edizione.

Lo chiedo in merito al contenuto. Non stupisce che l'informazione non sia indipendente, nessuno è ingenuo ma leggere nomi, fatti e guerre che Ulfkotte elenca è come riscrivere la Storia. Quanto debilita la perdita di certezze?

Effettivamente un libro del genere dice al lettore: guarda la storia di cui sei stato testimone



Via Nevada, 5 - 00055 Ladispoli (Rm) ☎ 06.9912500 - 347.5938218

✉ info@professiondance.it 🌐 www.professiondance.com

DONA IL TUO ❤️ C.F. 05765331003 700 MQ DI AMBIENTI SANIFICATI

AGORA
SPAZIO PERFORMATIVO
NELLE IDEE, OPINARE
CON PROFESSIONISTI

MANDALA
DANCE
www.mandaladance.com

CORRISPONDENZE

ACS

DANCE
L'UNIVERSITY
WEEK

MATRIX

e spettatore va riscritta, come la questione dell'Euro. C'è un capitolo dove Ulfkotte riporta un sondaggio, rivela che la grande maggioranza era contraria all'introduzione dell'Euro e voleva mantenere il Marco. Ebbene fu fatta una grande campagna definita 'pubblicità da detersivo per una moneta', un vero e proprio lavaggio del cervello. Quando tutti i mezzi di comunicazione all'unisono dicono la stessa cosa si crea nel popolo un consenso di massa.

L'ha detto la televisione, il premier, il medico, la radio dunque è vero? Sta dicendo che l'utente non si pone domande, solo fiducia cieca? Questa autorevolezza da dove nasce?

Gli antichi latini dicevano *ipse dixit* - l'ha detto lui! E dentro c'era l'autorevolezza di chi aveva detto una certa cosa. Come ora in epoca di Coronavirus, dove l'informazione è concentrata su un dramma collettivo si schierano naturalmente gli addetti ai lavori: scienziati, virologi, ricercatori, si riscontra che anche all'interno del mondo accademico-scientifico ci sono una serie di differenziazioni per cui il cittadino che non ha gli strumenti per valutare è confuso. Se a questo aggiungiamo il lavoro di disinformazione attraverso messaggi falsi che si usa diffondere sui social media (Facebook, Instagram) si crea una situazione di collasso dell'informazione. Spesso diventa un eroe colui che fa le false notizie, un esempio

recente: il pronto soccorso sono vuoti! Un giovane biellese ha fatto un video in cui chiamava tutti coloro che credono nel virus Covidioti, mentre a Biella i letti negli ospedali sono esauriti e i malati vengono trasferiti in altre città. Menzogne credute verità e verità non riconosciute.

Come proteggersi o fermare il meccanismo? Non comprare i giornali, disdire gli abbonamenti online potrebbe essere una risposta?

Penso che dobbiamo sempre ragionare con la nostra testa, effettuare un'analisi logica dei fatti come quelli che in questi giorni coinvolgono le nostre emozioni, le nostre vite, avere atteggiamenti unilaterali non giova. Il dubbio metodico e sistematico è utile, ragionare da soli. Il compito del giornalista, servo dell'informazione dovrebbe essere: "la notizia è sacra, ma il commento è libero". Ma la notizia deve essere vera!

Il punto è questo, un giornalista oggi cosa può fare per svolgere la professione con onestà?

Un drammaturgo e poeta tedesco Christian Friedrich Hebbel, disse: "Se tutti i giornalisti in quanto tali, fossero in carcere, non ci sarebbero certo tanti innocenti rinchiusi più di quelli che già ci sono". Il giornalista deve indurre il lettore a dubitare anche di quello che egli stesso ha scritto, il rapporto deve essere critico. La verità non c'è, però possiamo avvicinarci.



Udo Ulfkotte (1960 – 2017)

Giornalista tedesco. Ha lavorato per il quotidiano *la Frankfurter Allgemeine Zeitung*. È diventato celebre nel 2014 con il libro *Gekaufte Journalisten*, "Giornalisti comprati" in cui ha rivelato di essere stato per 17 anni al soldo della CIA e quindi degli USA e come la CIA stessa ed altre agenzie di servizi segreti paghino soldi ai giornalisti occidentali per porre certe notizie a loro favore e apertamente a favore della NATO.

Diego Siragusa

Scrittore, saggista e traduttore. Sua la traduzione di "Giornalisti Comprati", sua anche la Prefazione. Nessuno in Italia ha voluto tradurre questo libro, nessun editore si è preoccupato di pubblicarlo, tranne Zambon. Siragusa è autore di numerosi testi, tra le sue opere più importanti: *Cercate l'Angkar*, in collaborazione con Bovannrith Tho Nguon, *Jaca Book* (Premio Tiziano Terzani nel 2007), *Il Terrorismo Impunito* e *Papa Francesco Marxista?*



Immobiliare Ciavarella

ACCETTIAMO IN PERMUTA
IL VOSTRO IMMOBILE
CON PROVVIGIONI VANTAGGIOSE
PER CHI **ACQUISTA** E **VENDE** CON NOI

CHIAMACI PER UNA CONSULENZA GRATUITA



LADISPOLI CERRETO

PIANO TERRA PARZIALMENTE
SEMINTERRATO

AMPIA METRATURA DI 85 MQ
GRANDE SALONE CON CAMINO,
CUCINA A VISTA, DUE CAMERE E BAGNO.
RISCALDAMENTO AUTONOMO
E CLIMATIZZATORI.

COMPLETAMENTO AUTONOMO
SENZA CONDOMINIO
OTTIMO INVESTIMENTO

€ 99.000,00

Classe Energetica G



LADISPOLI DOMITILLA

VILLA BILIVELLI RISTRUTTURATA

SALONE, CUCINA ABITABILE, 3 CAMERE,
DOPPI SERVIZI, DUE TERRAZZI,
GIARDINO ANGOLARE CON POSTI AUTO
INTERNI

RISCALDAMENTO AUTONOMO

€ 210.000,00

Classe Energetica G



LADISPOLI
RECENTE COSTRUZIONE

SPLENDIDA VILLA
DI GRANDE METRATURA

GIARDINO DI OLTRE 200 MQ

CONTESTO SIGNORILE E CURATISSIMO
SALA HOBBY CON INGRESSO INDIPENDENTE

€ 255.000,00 TRATTABILI

Classe Energetica G

CONTATTACI PER UN APPUNTAMENTO

VIA LADISLAO ODESCALCHI, 109 - LADISPOLI (RM)

TEL: 06 99 13 797 - 349 66 33 199 - immobiliareciavarella@alice.it



Nel riquadro la vittima

UN KILLER PER MESI TRA I LADISPOLANI

ALLA FINE È STATO ARRESTATO DAI CARABINIERI SUL LUNGOMARE L'UOMO BULGARO ACCUSATO DI AVER FATTO A PEZZI LA SUA EX

Inospettabile, del resto chi poteva sapere che un killer ricercato in Europa potesse nascondersi a Ladispoli per mesi e mesi? Un omicida tra noi, sul lungomare, nel negozio di ferramenta, nelle nostre abitazioni mentre saltuariamente prendeva qualche lavoretto come muratore. Eppure il suo nascondiglio perfetto era alla luce del sole, sul lungomare centrale di via Regina Elena, a casa di suoi conoscenti che lo hanno ospitato, ignari hanno poi detto alle forze dell'ordine, di sapere quello che avesse combinato. Ma alla fine, come in quasi tutte le storie, arriva il capitolo fine. E così si è conclusa proprio a Ladispoli la latitanza del bulgaro di 36 anni, Lybomir, accusato di aver ammazzato e fatto a pezzi lo scorso gennaio la sua ex nel villaggio Kopanitsa a Radomir, nel sud ovest della Bulgaria. I carabinieri della stazione locale lo hanno catturato in quell'appartamento tranquillo e soleggiato di fronte ad alcuni stabilimenti balneari. Si è arreso, non ha opposto resistenza l'uomo che ha ucciso la 30enne Antonia Gervazieva Ventsislavova ed il cui cadavere occultato in 40 parti all'interno di una valigia è stato rinvenuto solo due settimane fa in un bosco della regione Pernik. Forse però l'assassino indiziato numero uno era già a Ladispoli da parecchio tempo ed è ciò che ha sconvolto ancor di più la comunità ladispolana. Secondo alcuni media dell'Est, l'uomo non si è tenuto in contatto con nessuno, i parenti della donna lo cercavano per sapere di più della loro separazione. Gli hanno scritto messaggi, lo hanno chiamato al telefono, ma niente.

È il 7 gennaio 2020 quando giornali e tg in Bulgaria danno la notizia della scomparsa di Antonia. Secondo notizie acquisite dagli inquirenti della procura distrettuale di Pernik la povera donna sarebbe stata strangolata e poi massacrata da Lubomir (un movente in realtà ancora tutto da chiarire) che a sua volta avrebbe rivelato il feroce crimine al padre. I due senza esitazione avrebbero nascosto il corpo. Il figlio fugge e raggiunge l'Italia a metà gennaio. Di lui però si perdono le tracce. A tutti gli effetti diventa un ricercato e destinatario di un mandato di arresto europeo per i reati di omicidio e vilipendio di cadavere. Fino ad arrivare ad agosto quando il 36enne casualmente viene sottoposto ad un controllo per via di una lite in un'abitazione. Viene schedato dai carabinieri e per Lubo le cose si mettono male. I carabinieri scoprono perché la Direzione Centrale di Polizia Criminale lo stia cercando da tempo e segnalano la sua presenza nel territorio Ladispoli. Intanto il padre messo alle strette, confessa alla polizia e viene arrestato nella località dell'Est. Giorni dopo, il 26 ottobre scorso, il ritrovamento della donna confermato anche dai campioni di Dna prelevati sul corpo. I carabinieri ladispolani vengono informati e organizzano l'operazione. Appostamenti e pedinamenti in un luogo non facile perché è il lungomare centrale. Alla fine però scatta il blitz e il bulgaro viene acciuffato e condotto nel carcere di Rieti a disposizione dell'Autorità giudiziaria e in attesa di una probabile estradizione.

CAMPO DI CALCIO LOMBARDI ABBANDONATO

**VETRI ROTTI, PORTE DIVELTE,
IMPIANTI SRADICATI DAL MURO,
SEDIE, MOBILI E MATERIALI VARI
ROTTI E SPARSI OVUNQUE**

A Ladispoli, con la realizzazione e il funzionamento nel 2017 del nuovo stadio comunale intitolato ad Angelo Sale in località Campi Vaccina, la vecchia struttura sportiva di San Nicola, il campo "Lombardi", si è andata velocemente a svuotare di tutta quella vita riempita dai bambini e dai ragazzi che eravamo abituati a vedere, anche passando dalla via Aurelia, indaffarati ad allenarsi per le competizioni sportive di categoria. Un futuro quindi per la struttura affatto roseo e che già avevamo segnalato in un articolo di giugno passato. Anche lo stesso consigliere di maggioranza Giovanni Ardita aveva denunciato questo stato di degrado dove a rimetterci sono soprattutto le famiglie e i ragazzi. La notizia di fine estate che ha visto l'aggiudicazione, a seguito di bando, della gestione della struttura per vent'anni alla società Il Gabbiano, ha portato molte speranze perché in una intervista l'organizzazione auspicava di inaugurare il nuovo impianto addirittura questo Novembre. Ma cosa è successo da allora?

Siamo andati sul posto e lo scenario che si è prospettato è ben lontano da ipotizzare qualunque inaugurazione. Ancora regna uno stato di abbandono totale ma adesso sono evidenti anche segni di pesanti atti vandalici: vetri rotti, porte divelte, impianti sradicati dal muro, sedie, mobili e materiali vari rotti e sparsi ovunque. Una struttura che è stata per tanti anni un punto di riferimento sociale e sportivo importante per la collettività, sotto gli occhi di tutti, adesso è ridotta in condizioni pessime che non ne permettono chiaramente l'utilizzo. Una situazione inaccettabile sia per gli sportivi che per la comunità cittadina, con un patrimonio pubblico oramai sempre più fragile e da tutelare. Cosa succederà ora?



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



 Ferri Carni

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

TROVA IL MARITO CON UN'ALTRA E DÀ FUOCO A TUTTO

**PER IL GESTO FOLLE DI UNA DONNA CLOCHARD PAGHERANNO TUTTI:
IL SINDACO PRONTO A MURARE I LOCALI SOTTO AL PONTE**

Non ci ha visto più quando ha sorpreso il marito con un'altra a letto, nella baraccopoli. E allora acciecata dall'ira si è vendicata e ha tentato di dare fuoco al letto, distruggendo tutti i container utilizzati come alloggi di fortuna dai clochard, sotto al cavalcaferrovia di viale Europa, a Ladispoli. La donna, una 48enne originaria della Polonia registrata come senzateo, è stata arrestata dai carabinieri della stazione locale con l'accusa di incendio aggravato e tradotta nel carcere di Teramo. All'interno del container dove i senzateo vivevano c'erano delle bombole gpl che miracolosamente non sono esplose per l'arrivo tempestivo di vigili del fuoco, protezione civile e carabinieri. Ma per il suo gesto folle di sabato scorso in pieno giorno potrebbero pagare tutti gli altri senza fissa dimora che da anni popolano i magazzini del viadotto in condizioni di igiene precarie e senza rispetto delle norme sulla sicurezza. Il sindaco ladispolano Alessandro Grando ha reso noto che ora sarà costretto a murare tutti quei locali improvvisati dove vicino tra l'altro si forma sempre una mega discarica a cielo aperto. Già in passato Palazzo Falcone aveva sgomberato l'area ma poi dopo pochi giorni gli sbandati tornarono a popolare i magazzini del viadotto.

Si sono sempre verificati episodi drammatici. Liti per un accaparrarsi un materasso o una coperta, accoltellamenti, cittadini dell'Est deceduti per il freddo, altri invece investiti mortalmente sui binari dai treni in transito. Una condizione al

limite della decenza segnalata quasi sempre dai residenti della zona, dagli utenti della posta e della biblioteca e dagli automobilisti di passaggio. «Purtroppo è così – ammette Sergio Blasi, comandante della Polizia locale – a breve dovremmo necessariamente agire per la tutela e la sicurezza. Non possiamo più tollerare che vengano messe a repentaglio delle vite umane». Ora i vari container neanche esistono più, sono stati inceneriti dal rogo e lo spazio per i clochard è ancora più ristretto. La domanda è inevitabile: dove andranno a finire gli sbandati? In queste ore dei gruppetti sono tornati a prendere possesso dei giardini centrali di via Ancona dove si svolge ogni giorno il mercato ortofrutticolo. A Ladispoli, così come a Cerveteri, non esiste un centro di accoglienza. Nessuna amministrazione comunale ha mai pensato di avviare un iter temendo che altri stranieri arrivassero da varie località del Lazio. Nemmeno la Chiesa in realtà. La Caritas diocesana concede loro solo un pasto caldo, indumenti e la possibilità di farsi una doccia e rinfrescarsi. Al tramonto però diventano nuovamente "invisibili" in cerca di alloggi di fortuna. Le sponde dei fossi, i ponti, i prefabbricati abbandonati, i parchi pubblici e persino i muretti del lungomare. Una situazione di emergenza destinata ad aggravarsi con l'arrivo delle temperature rigide. A gennaio del 2017 fece clamore la morte di Marcel, polacco 30enne finito carbonizzato sotto ad un ponte perché accese una bombola del gas per riscaldarsi dal gelo.

PNEUS CAR di Giacobbe **CENTRO REVISIONI**

CARROZZERIA - SOSTITUZIONE BOMBOLE GPL - SOCCORSO STRADALE H24

SOSTITUIRE LA BOMBOLA GPL
**NON È PIÙ
UN PROBLEMA**

CHIAMA PER UN PREVENTIVO



AZZERA OGNI RISCHIO >>>
DI CONTAMINAZIONE

**SANIFICA
LA TUA AUTO**

**CHIAMACI
AL 06.99551289**



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**

STORIE DI DONNE SOPRAVVISSUTE



“LA VIOLENZA È UN MALE DELL’ANIMA.

SI FERMA SOLO CON LA CONSAPEVOLEZZA DEL PROPRIO VALORE, CON LA DECISIONE, CON LA DETERMINAZIONE A BLOCCARE UN COMPORTAMENTO CHE NESSUNO SI MERITA, SIANO ESSI UOMINI, DONNE O BAMBINI”

Inizio con il pensiero dell’autrice di **“Storie di Donne Sopravvissute”**, il racconto del piacevole incontro avuto con Patrizia Bettinelli. Una donna solare, spontanea, pacifica. Tanto da rendere l’appuntamento un momento di piacevole intimità. L’enorme dolore provato per un grave evento di violenza, subito da una giovane donna a lei vicina, ha ispirato le 134 pagine in cui troverete poesie, testimonianze, pratici consigli e spunti di riflessione frutto della sensibilità di Patrizia, scrittrice, insegnante, mamma, ora nonna, di quanto ha saputo cogliere negli sguardi, nelle parole, nei cambiamenti della società contemporanea.

Chi è Patrizia Bettinelli?

Portare un messaggio agli altri è il mio progetto d’amore, lo scopo per cui sono nata e forte di questa consapevolezza sono una persona che vede il lato positivo sempre, e scrive. Credo

nell’amore universale, credo che uomini e donne abbiano un compito importante da svolgere sulla Terra, che lo debbano realizzare insieme e che la loro vita debba essere nella pace.

Il tuo punto di vista sulla violenza sulle donne?

Ci sono dei segnali che non vanno trascurati, dalla violenza verbale alla violenza gestuale, alla violenza fisica il passaggio è brevissimo. Oggi noto che tutti si prendono a parolacce con facilità, usando espressioni volgari. L’ho vissuto nella scuola, i ragazzi sono molto sboccati e ho spiegato loro che le parole hanno energia. Bisogna stare attenti alle parole che si dicono perché le parole che butti addosso a un altro gli restano ma restano anche addosso a te. L’energia che noi siamo viene trasmessa, se ci troviamo in una classe il pensiero negativo esce e lo sentiamo tutti. La violenza nasce dalle parole, se non



**La casa
del Pane**



Via Fiume, 67 Ladispoli - Tel. 06 9914 4577

reagisci alle parole impedendo di essere offeso e maltrattato l'escalation è rapida in quanto nella natura umana c'è il bene e il male. E la Volgarità è male. La gentilezza è bene. La dolcezza è amore, la volgarità non è amore e chi dice le parolacce anche nell'uso comune del linguaggio, senza indirizzarle a qualcuno emana il male.

Perché sopravvissute?

Non sono morte. Non un femminicidio ma una violenza fisica, spirituale, psicologica, economica. Anche la violenza economica incide molto, ci sono donne che non sono libere di spendere soldi anche se lavorano. È una forma di violenza anche questa.

Ma sono realmente sopravvissute?

Sono sopravvissute portando i segni della violenza e li porteranno sempre. Ma sono sopravvissute perché hanno ricominciato a vivere, chi con problemi di anoressia chi di alcolismo, di depressione. Situazioni che vengono di conseguenza, anche la prigione. C'è chi ha ucciso l'uomo dal quale subiva soprusi ed è reclusa.

Nel libro parli della sofferenza dei figli che assistono a comportamenti di violenza nei confronti della mamma?

C'è un capitolo dedicato ad un'esperienza del genere, e parlo di chi Reagisce alla violenza. Questa è la prima possibilità. Reagire alla violenza subito: alla prima parolaccia, al primo insulto, al primo schiaffo. In qualsiasi modo, andando via, dandoglielo a tua volta, facendo rumore. Le persone che commettono atti violenti sono spesso vigliacche, anche gli uomini subiscono violenza, solo che non vengono uccisi, però questa volta è capitato. In uno dei racconti parlo di una donna che ha ucciso.

Ci sono dei segnali che aiutano a comprendere per tempo chi si ha davanti?

Il linguaggio e i gesti sgradevoli, magari fatti apparentemente per gioco. Ad una mia alunna, il fidanzato ha lanciato una moneta nell'occhio, è una cosa banale? No, è stato un segnale chiaro di aggressività. La ragazza lo ha raccontato solo alla madre e lei lo ha tenuto nascosto al padre. La famiglia è la prima responsabile in alcuni casi.

Il silenzio dei figli è assordante, i genitori non comprendono facilmente i segnali?

Siamo distratti. Lavoriamo tutto il giorno, e la sera quando arrivi sei distrutto, è difficile accorgersi per il tipo di vita che la società ci impone. Ci porta alla morte dell'anima.

Stare accanto ad una donna che ha subito violenza è difficile, cosa si può fare in suo aiuto?

Anzitutto con la presenza, poi un primo consiglio è quello di denunciare la violenza subita perché spesso dopo arriva anche lo stalking, altra forma



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

VIA GLASGOW, 58 LADISPOLI TEL. 06.99144828

 UN PEZZO DI RUSTICA

di violenza. Le donne non devono subire per se stesse ma anche per i figli, che restano segnati dal trauma di aver assistito impotenti al gesto. Addirittura alcuni sono arrivati ad odiare la madre in quanto non si difendeva. Parole che non dimenticherò mai. Un bambino che si sentiva in dovere di difendere la madre ma essendo piccolo a sua volta veniva picchiato. I genitori devono denunciare anche se capita che la figlia non confermi l'episodio, come nel caso che mi ha ispirato il libro, il padre denunciava e la ragazza davanti alle autorità smentiva. Ma la famiglia non deve smettere di proteggere, di denunciare.

Cosa pensi del sistema di assistenza per le donne maltrattate?

Il livello di assistenza adesso è migliorato, le persone incaricate stanno facendo dei corsi di formazione per essere preparati al delicato incarico. La realtà però è che spesso la donna non veniva creduta magari perché non denunciava subito oppure veniva sottovalutato il gesto raccontato. Dipende anche dalla sensibilità del singolo operatore, ora le denunce sono prese seriamente, difficilmente si consiglia di portare pazienza.

La violenza domestica considerata una consuetudine dalle persone a cui ci si rivolge in cerca di aiuto?

Esatto. Noi donne ci portiamo dietro questo bagaglio culturale, non scordiamoci che tanto tempo fa le donne venivano picchiate, tutte. A qualche vittima è capitato di essere respinta, non compresa addirittura di sentirsi consigliare di perdonare. Io credo che si debba perdonare, ma

allontanandosi dalla persona che ci fa del male.

Può rivelarsi un'ulteriore violenza, dove vado allora?

In alcuni casi sì, emerge e si fortifica quella parte interiore che dice è anche colpa mia. Infatti le donne spesso sono convinte di meritarsi i torti che ricevono, la maggior parte. Indispensabile lasciarsi aiutare dai professionisti, andare in terapia per uscire dal meccanismo perverso, trovare l'equilibrio necessario per intraprendere relazioni sane.

Come si torna ad aver fiducia negli altri?

Credendo in Dio. È un'affermazione difficile oggi, anche per la situazione in cui versa la Chiesa attualmente con le notizie emerse, a partire dalla pedofilia. Quando tradisci un bambino, tradisci l'Umanità. Noi abbiamo Dio dentro, senza guardare i suoi rappresentanti sulla Terra, ci possiamo aiutare da soli.

Dunque tutto parte da noi?

Tutto parte dentro di noi, sempre. Siamo noi che creiamo la nostra realtà, siamo esseri meravigliosi e irripetibili.

“Storie di Donne Sopravvissute”

L'autrice, originaria di Milano ha scelto da molti anni Cerveteri come casa e di raccontare la città che l'ha adottata.

Il libro è disponibile nella vicina libreria Scritti e Manoscritti di Ladispoli, in tutte le librerie Feltrinelli, online.

“Un libro deve essere un buon compagno di viaggio per tutto il tempo che starà nelle nostre mani. Mi auguro che questo possa veramente esserlo per i miei lettori” Patrizia Bettinelli

CERVETERI, MODALITÀ DI ACCESSO AGLI UFFICI SOLO SU APPUNTAMENTO.

L'ELENCO DEI NUMERI DI CELLULARE DEI SERVIZI

A seguito delle nuove normative in materia di contenimento al COVID-19, il Comune di Cerveteri ha regolamentato l'accesso agli uffici comunali mediante appuntamento.

Sarà possibile accedere ai vari uffici del Parco della Legnara solo ed esclusivamente mediante appuntamento. All'ingresso del Parco, sarà

presente la Protezione Civile di Cerveteri che contingerà gli accessi all'area e misurerà tramite termoscanner la temperatura corporea dei cittadini.

Al contempo, a causa di una problematica legata alle linee telefoniche fisse, si rendono noti i numeri di telefono cellulare dei vari uffici:

Protocollo: 3346159634

Anagrafe: 3294104193

Stato Civile: 3294104130

Ufficio Carta di Identità Elettronica:
3346159990

Servizio Sociale: 3294104217

Ufficio Ambiente: 3389385755

Ufficio Urbanistica: 3346159936

Ufficio Pubblica Istruzione: 3346159978

Ufficio Tributi: 3386234145

Ufficio Condono: 3515148674

Segreteria del Sindaco: 3356178478

URP – Ufficio Relazioni con il Pubblico:
3294104223



GRANDI MAGAZZINI ITALIANI DAL 1982



Speciale Giocattoli

26.90

IL TRENINO IN FATTORIA



AMORE MIO BABY OPLA'

18.80



AMPLIFICATORE TROLLEY CON MICROFONO Dim: 270x490x135 mm

18.80



SUPERSFIDA 2 BUGGY R/C SC. 1:28 cm 15

13.99

LADISPOLI - Via Glasgow, 60 - ANGUILLARA - Via Giolitti, 3
CERVETERI - Via Largo Almunecar, 20 - BRACCIANO - Via Arturo Perugini snc
OFFERTE VALIDE DAL 19/11 AL 13/12/2020
SALVO ESAURIMENTO SCORTE

MAGAZZINI
Maurys

MAGAZZINI
Maurys

MAGAZZINI
Maurys

MAGAZZINI
Maurys

MAGAZZINI
Maurys

38.80

CON RADIOCOMANDO
MARIO KART QUAD

CON RADIOCOMANDO
LUIGI KART MACH 8

CON RADIOCOMANDO
MARIO KART MACH 8

PISTA A BATTERIA MARIO KART
24.50

PISTA FORMULA 1
38.80

PISTA A BATTERIA
DISNEY CARS
24.50

PISTA A BATTERIA
PAW PATROL
24.50

9.90

SUPER TRENO
A BATTERIE SC. 1:16

F1 PISTA
GRAN PREMIO
FORMULA 1

BUGGY PISTA
GRAN TURISMO

DINOSAUR PISTA
SUPER CAR
CON 2 AUTO
19.90

PISTA C/2 AUTO
RETROC. BERSAGLIO
10 CARTE GIOCO
14.99

LADISPOLI - Via Via Glasgow, 60 - ANGUILLARA - Via Giolitti, 3 - CERVELLO - Via
OFFERTE VALIDE DAL 19/11 AL

MAGAZZINI
Maurys

MAGAZZINI
Maurys

MAGAZZINI
Maurys

MAGAZZINI
Maurys

MAGAZZINI
Maurys



ME CONTRO TE
BEAUTY SCIENCE

22.99



ME CONTRO TE
SFIDA ALL'ULTIMO GLITTER

14.99



ME CONTRO TE
PAZZI PER LA CHIMICA

22.99



ME CONTRO TE
VERO O FALSO

24.90



Originale
ME CONTRO TE
FASHION DOLL COPPIA 30 cm

24.90



Originale
ME CONTRO TE
CUFFIE CON MICROFONO

ME CONTRO TE
CUFFIE CON MICROFONO

22.99



ME CONTRO TE
CANTA TU

46.90



Originale
ME CONTRO TE
MICROFONO CON ASTA

39.90



Originale
ME CONTRO TE
FASHION DOLL ass.

ME CONTRO TE
FASHION DOLL ass.

14.99



ME CONTRO TE
MICROFONO

12.99



ME CONTRO TE
CANDY SURPRISE

16.99



ME CONTRO TE
PASTE MODELLABILI 12 PZ

16.99



ME CONTRO TE
CREA PENNARELLI

22.99



17.50 PLAY-DOH
LA PIZZERIA



PLAY-DOH
BURGER SET

9.90



PLAY-DOH
IL REGISTRATORE
DI CASSA

14.50

PLAY-DOH
DOTT. TRAPANINO

PLAY-DOH
SET PER LA PASTA

ETERI - Via Largo Almunecar, 20 - BRACCIANO - Via Arturo Perugini snc
13/12/2020 SALVO ESAURIMENTO SCORTE



7.99 SMARTPHONE
TOUCH & PLAY



12.99 IL MIO PRIMO
TABLET



FUN GARAGE BABY TRACK

14.90



18.80 ALICE
LA MIA PRIMA
BAMBOLA



BABY MICKEY
BABY MINNIE
GIOCA E IMPARA

22.90



ARTÙ
IL RE TAMBURO

16.90



19.90 ALBERTO
ELEFANTINO
IN CONCERTO



BUBÙ
CAGNOLINO CUCÙ

19.90



6.99 BABY GARDEN



6.99 VEICOLI ATTIVITÀ
SCOPRI E IMPARA



LELE COCCOLE E PAROLE

14.90



TAVOLO
HAPPY PARK

24.90



22.90 TAVOLO
PARCO
GIOCHI

LADISPOLI - Via Glasgow, 60 - ANGUILLARA - Via Giolitti, 3
CERVETERI - Via Largo Almunecar, 20 - BRACCIANO - Via Arturo Perugini snc
OFFERTE VALIDE DAL 19/11 AL 13/12/2020
SALVO ESAURIMENTO SCORTE



CAMPO DI MARE, UNPONTE SUL FIUME ZAMBRA

**LA GIUNTA PASCUCCI APPROVA IL PROGETTO CHE RENDERÀ
ACCESSIBILE IL TRATTO DI COSTA NORD "GLI SCOGLIETTI"**

La data di giovedì 12 novembre 2020 sarà ricordata come una giornata storica per la nostra Cerveteri. Abbiamo infatti dato il via a un progetto strategico che cambierà il volto di Campo di Mare con ricadute importantissime su tutta la città. Con la delibera di Giunta n 127 – ha dichiarato il sindaco di Cerveteri Alessio Pascucci – è stato approvato il progetto per la realizzazione di un ponte sul fiume Zambra all’altezza della foce e di una pista ciclopedonale, che consentiranno di rendere accessibile il tratto di costa nord (noto come “gli scoglietti”) a tutti i cittadini e i turisti, per la prima volta nella storia della nostra città. L’opera ha un costo di oltre un milione di euro, ma la prima parte del progetto, quella relativa alla realizzazione del ponte, è già finanziata con 400.000 euro ottenuti dalla Regione Lazio e 200.000 euro di compartecipazione del Comune di Cerveteri. E anche questa è un’altra piccola rivoluzione: annunciamo alla città un’opera, sul cui finanziamento abbiamo già lavorato e che verrà cantierata per certo e in tempi brevi. Grazie a questo nuovo accesso – ha proseguito Pascucci – la costa della nostra città è finalmente tutta accessibile e si realizza un sogno che ho sempre avuto fin dal primo giorno.

“È stato un iter lungo e faticoso che parte dalla adozione della Variante Speciale al Piano Regolatore del 2017 quando abbiamo istituito un parco protetto accessibile ai cittadini in quel tratto di costa. C’è poi stata la adozione del PUA – Piano di Utilizzo degli Arenili, che forniva indicazioni in merito all’utilizzo di quella spiaggia e la demanializzazione delle spiagge di Campo di Mare, sottratte ai privati per diventare di proprietà dei cittadini. Inoltre lunedì 16 novembre sono ripartiti i lavori per la realizzazione del lungomare. Quando avevo detto 8 anni fa – ha continuato il Sindaco di Cerveteri – che avremmo raggiunto questi risultati, molti pensavano che non sarebbe stato possibile. E invece ce l’abbiamo fatta. Un grazie speciale da parte di tutta la nostra comunità alla famiglia Pallavicini che ha firmato con noi un comodato d’uso gratuito per le aree di sua proprietà, indispensabile per la realizzazione del ponte. Ci tengo a ringraziare personalmente la Principessa Maria Camilla Pallavicini e il dott. Moroello Diaz della Vittoria, che non soltanto hanno assecondato con entusiasmo le nostre richieste, ma hanno anche risposto in tempi record, consentendoci di poter realizzare questo obiettivo strategico per la città.”



© Arsiat

CERVETERI, “LA CAPITALE DELLA CULTURA” ... **CHE DISTRUGGE LA PROPRIA CULTURA**

**IL PINO, DEFINITO ELEMENTO ESSENZIALE DEL PAESAGGIO ITALIANO,
NEL NOSTRO TERRITORIO È LASCIATO, SENZA RIMORSI
E SENZA OPPOSIZIONE, SPARIRE PER SEMPRE**

Non c'è vero cervetrano a cui non stringe il cuore nell'affrontare la leggera salita che porta al piazzale delle tombe.

Dal Campo della fiera si entra d'improvviso nel “buio” che non incute paura, anzi rassicura. Gli ombrelli delle decine di pini, che si alternano a cipressi-sentinella, accolgono il viandante nella galleria dal resinoso profumo.

Il vento di mare arieggia il percorso e saette di luce improvvise ne squarciano l'ombrosità.

Corteccia grigio-bruna che sfaldandosi scopre intensi color terrecotte etrusche, aghi calpestati sprigionano dolce profumo di pinoli.

Pigne verdi, strette come cuori aridi, pigne marroni, aperte come generose fanciulle.

Upupe timorose dal batter veloci d'ali e squittenti rondinelle che s'imbucano nelle stanze più intime delle tombe a camera, cani che si avvicinano ad annusarti accompagnano il percorso. Passo molle di giovani mamme. Passo ambiguo, passo veloce, passo lento, pensieroso a godere per l'ultima volta, forse, di quel privilegio. Il pino osserva, silenzioso.

Soste sulle banchine dei ponticelli in attesa di essere raggiunti, prima sigaretta stirata e passata di mano, guardinghi topolini di campagna che

fanno “capoccella” dai pertugi tra un “quadrone” e l'altro di tumuli spaccati da radici di querce.

Sopraffatti da siffatta bellezza lasci che l'aria riempia i polmoni fino a provare dolore. Sguardi che si incrociano, amori dichiarati, amori illeciti, amori eterni o di una serata senza remore. Silenzioso, il pino, ascolta. Anche la notte, ascolta.

Poetato da Virgilio nelle Bucoliche, definito «elemento essenziale del paesaggio italiano», filmato da Fellini in Roma e dal geniale Sorrentino ne La grande bellezza, il pino nel nostro territorio è lasciato, senza rimorsi e senza opposizione, sparire per sempre.

Non soltanto i pini della Necropoli stanno inesorabilmente morendo. La favolosa pinetina che stringeva la via di Ceri ce la siamo già bella che “pippata”.

Centinaia di altri innocenti e solitari pini sono stati giustiziati dalle Autorità perché disturbavano le marmitte delle scatole di latta che gli umani amano più della loro prole.

Altro che Capitale della Cultura.

A quando un rigurgito di coscienza da parte dei più sensibili per arginare l'apocalisse dei segni del passato?



METALVETRO

di Luigi Bonifazi

Infissi in PVC



La poetessa Antonia Pozzi, una «delle voci liriche più sofferte e più pure, più luminosamente illimpidite», della poesia italiana di questo secolo» recita:

Anima, sii come il pino:
che tutto l'inverno distende
nella bianca aria vuota
le sue braccia fiorenti
e non cede, non cede,
nemmeno se il vento,
recandogli da tutti i boschi
il suono di tutte le foglie cadute,
gli sussurra parole d'abbandono;
nemmeno se la neve,
gravandolo con tutto il peso
del suo freddo candore,
immolla le fronde e le trae
violentemente
verso il nero suolo.

Anima, sii come il pino:
e poi arriverà la primavera
e tu la sentirai venire da lontano,
col gemito di tutti i rami nudi
che soffriranno, per rinverdire.
Ma nei tuoi rami vivi
la divina primavera avrà la voce
di tutti i più canori uccelli
ed ai tuoi piedi fiorirà di primule
e di giacinti azzurri
la zolla a cui t'aggrappi
nei giorni della pace
come nei giorni del pianto.....

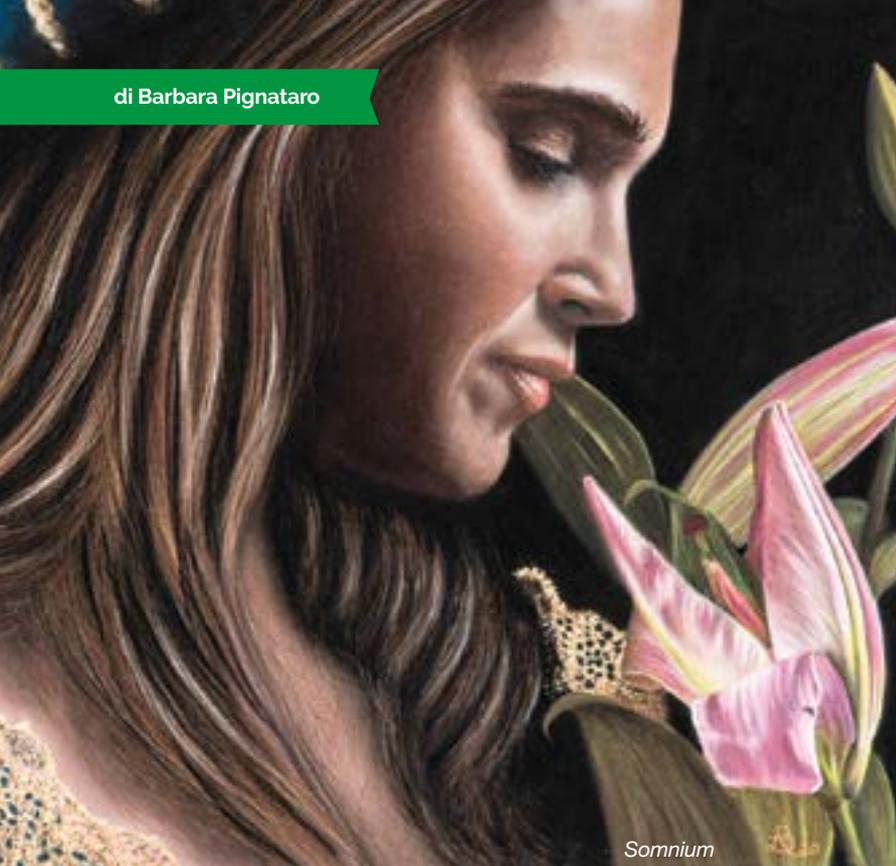
SCHÜCO 100%

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
Vetrare in cristallo a pacchetto
Box doccia su misura

Ladispoli - Via Venezia, 5/A

Tel. 06 99222243

bonifazi4@libero.it - 338.8943790



Somnium



Katharsis

DANIELA RUM ART

QUANDO LA NATURA E L'ARTE SI INCONTRANO ACCADONO GRANDI COSE!

Non solo polemiche, nel Comune di Cerveteri, culla di numerosi talenti, buone notizie arrivano dal mondo dell'arte. **Daniela Rum**, una pittrice conosciuta lo scorso anno per il successo riscontrato con l'opera "Secretum Mundi", continua a mietere successi realizzando capolavori con la tecnica del pastello secco, nonostante la pandemia abbia raggiunto anche il settore artistico, la creatività non si ferma.

Ad ottobre è arrivata 1a al "The 2020 American Art

Awards" categoria Realismo Animali con la sua opera "Rex Noctis". Artisti provenienti da 62 paesi hanno gareggiato nel più prestigioso bando d'arte online, dove le 25 migliori gallerie e musei d'America hanno valutato tutte le opere. Nonostante i numerosi riconoscimenti ottenuti Daniela resta un'artista umile, in continua formazione e dedita all'insegnamento.

Un tuo progetto era organizzare una personale, sei riuscita nell'intento?

Non ancora, ipotizzo di riuscire per il prossimo anno,



Rex Noctis



Secretum Mundi

ho in mente due mostre personali nelle due tecniche che prediligo: nella prima saranno esposte 10 opere in grafite mentre per il secondo evento 10 opere a pastello secco.

Attualmente una mia opera "Somnium" è in mostra sugli schermi dell'Artbox Gallery a Zurigo. Quest'opera a cui tengo molto, è frutto di una collaborazione con il fotografo Andrea Paoni e Sara Belfiore, che si sono prestati per questo mio progetto personale. Mi sta regalando grande soddisfazione, in quanto, l'opera è stata selezionata anche per la mostra online, sempre della Galleria Artbox Gallery, a Barcellona 1.0 a Marzo 2020. Purtroppo a causa della chiusura Covid l'evento è stato posticipato a maggio 2021.

Che novità ci porti dal mondo del pastello secco?

Come vicepresidente della Pasit Pastellisti Italiani posso dire che stiamo crescendo tantissimo. Siamo una bella squadra, sempre causa Covid non è stato possibile allestire la 2a Biennale Internazionale ma contiamo di organizzarla quanto prima. Intanto abbiamo appena lanciato il 3° Concorso Internazionale Online Pasit 2020 e già dalla prima ora di pubblicazione nei social abbiamo avuto iscrizioni sia al Concorso che come Soci Pasit. Mi sento di dover dire un enorme grazie alla Presidente Felicita Fiorini, al Segretario, Massimo Mollica alla tesoriera Antonella Proserpi per la sintonia, la collaborazione e l'impegno che ci stiamo mettendo. Con amore e passione si arriva a tutto.

Creatività e crisi sanitaria, ha influito sulle tue performance?

All'inizio è stata dura, la paura aveva prevalso su tutto, anche sulla mia pittura. Però stando a casa sono riuscita, post crisi, a studiare e dipingere di più, ormai mi sono lanciata e mi sento pronta nell'ardua impresa di produrre opere per 2 personali.

Sto crescendo, ma non mi aspettavo tanti riconoscimenti, oltre al premio di cui ho parlato prima, ad agosto ho vinto con "The Queen" lo Special Merit al concorso 10th Animals Art Exhibition per la Galleria d'Arte Light Space & Time; in ottobre all'opera "Katharsis" è stato conferito il Certificato di Eccellenza dal CFA Circle Foundation for the Arts per il contest "Art in the time of Coronavirus & Social Distancing"; la mia opera "Secretum Mundi" che vanta ben 6 premi, ha appena ricevuto una Menzione d'Onore al concorso americano Light Space & Time. Ed in più, sempre "Secretum Mundi" è arrivata come semifinalista al prestigioso evento 15° Art Renewal Center, le finali ci saranno a gennaio 2021.

Infine un'altra vittoria, di cui non posso ancora divulgare nulla in quanto verrà ufficializzata a fine anno. Un'ulteriore bella notizia. Sono felice, mi sono impegnata molto con amore e costanza e i frutti stanno arrivando.

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 (vuota per pieno) €11.90

Sodastream 450 gr (senza vuota) €21.90

Usa e Getta 600 gr €15

Ricaricabile 2 kg (vuota per pieno) €20

Ricaricabile 4 kg (vuota 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



LA BACCHETTA DI HARRY POTTER PER LA DONNA DEL TERZO MILLENNIO

**MENOPAUSA - IL TEMPO RITROVATO,
UNA GUIDA MEDICA E NATURALE INDISPENSABILE PER LA SALUTE FEMMINILE.
500 PAGINE SUI CUI RIFLETTERE E MEDITARE, DA SOTTOLINEARE, STRAPAZZARE,
LEGGERE E RILEGGERE**

Dopo tre anni di studio e approfondimento, dopo mesi di revisione e correzioni, finalmente è nato! Un libro illuminante, una guida rivoluzionaria che invita ogni donna a riappropriarsi di ciò che veramente l'appaga e la rende felice, recuperando l'innato potere femminile di guarigione e di autoguarigione con la consapevolezza che il corpo, se ascoltato, è un alleato prezioso dotato di un'intima saggezza. Nella nostra società il termine menopausa ha una connotazione per lo più evocatrice di un lungo elenco di problematiche: aumento di peso, vampate, osteoporosi, calo del desiderio e in definitiva un declino generale inarrestabile. Menopausa - Il tempo ritrovato, ci conduce per mano alla scoperta di un'altra verità. Sfatando pregiudizi e false credenze, ci mostra che in realtà questo momento, se affrontato con gli strumenti giusti, rappresenta il portale di una trasformazione fisica, emozionale e spirituale che può condurre a un'era di evoluzione ricca di

creatività e nuove opportunità.

Roberta Raffelli e Monica Bertoletti, un medico e una naturopata, coniugano le più avanzate scoperte scientifiche con i più antichi saperi di medicina tradizionale, traducendoli in consigli concreti che spaziano dalla dieta alle tecniche energetiche, dagli integratori agli ormoni bioidentici, alla corretta gestione dello stress e alla scoperta di una sessualità soddisfacente, in un'ottica di riequilibrio e di rispetto della perfezione insita in ciascuna di noi.

Si tratta di un lavoro enorme, condotto con rigore e passione, e percorso da una vena poetica che riesce a rendere emozionanti persino i processi fisiologici più complessi come quelli ormonali trasformandoli in una vera e propria "danza degli ormoni".

Così spiegano le autrici: «Non è un instant book, di quelli che proliferano come funghi dopo due giorni da qualche evento. Noi ci abbiamo impiegato tre anni, durante i quali abbiamo

studiato, approfondito, limato, aggiornato, per cercare di essere precise, esaustive e coerenti. Non è un libro di edificanti storie dei nostri successi professionali. Non ci interessa fare lo show, ma dare supporti concreti. I miracoli esistono, però crediamo che non siano merito nostro ma dei pazienti che hanno saputo far fruttare il nostro aiuto: noi non abbiamo il potere di guarire nessuno, ma tutti possono guarire se indirizzati correttamente e disposti a mettersi in gioco.

Non è un libro che propone soluzioni facili e scorciatoie. Chi ci segue già lo sa, siamo considerate talebane, ma non crediamo che si possa guarire bevendo bicchieri di acqua calda. Solo con una revisione radicale del nostro stile di vita, includendo alimentazione, attività fisica, attitudini mentali, relazioni, detossificazione possiamo pensare di invertire processi patologici ormai cronicizzati. Chi sta bene forse può anche permettersi di mangiare "un po' di tutto con moderazione", ma chi ha qualche patologia deve fare delle scelte nette, a meno di non preferire la via farmacologica, tamponando dei sintomi ma certo non curando.

Non è un libro da leggere sotto l'ombrellone. Sono cinquecento pagine che siamo riuscite ad ottenere sacrificando interlinee, rinunciando ad andare a capo dove spesso ci sembrava necessario, aumentando leggermente il formato. Questo per contenerle e soprattutto per contenere il prezzo. È un libro da studiare, sottolineare, strapazzare, leggere e rileggere. È un libro sul quale concentrare l'attenzione, prendere appunti, meditare. Abbiamo cercato di usare un linguaggio accessibile ma non banale, non sacrificando i dettagli scientifici. Dietro quello che diciamo ci sono studi pubblicati, non chiacchiere da forum online, e li abbiamo mostrati e citati.

Non è un libro stampato un tanto al chilo. Abbiamo corretto infinite volte le bozze, esaminato con la lente ogni riga per scovare refusi; se è vero che il libro perfetto non esiste, certo abbiamo fatto del nostro meglio per avvicinarci a questo ideale. Quindi, è un libro per molti ma non per tutti. Se cercate soluzioni sbrigative o vi aspettate che solo leggerlo risolva tutti i problemi, non è per voi.

Ci piace paragonarci al signor Ollivander, il mitico costruttore di bacchette magiche di Harry Potter – concludono le autrici - noi possiamo fornirvi uno strumento eccellente, ma non vi esimerà dall'affrontare le vostre sfide e dal combattere i vostri nemici, anche se sarà l'alleato fedele per vincerli.

Buona lettura a tutte/i!»

**PRE-ORDINA
ORA**

**SENZA COSTI
DI PREVENDITA
E SENZA SPESE
DI SPEDIZIONE**

SU WWW.EDIZIONIUNIVERSO.IT

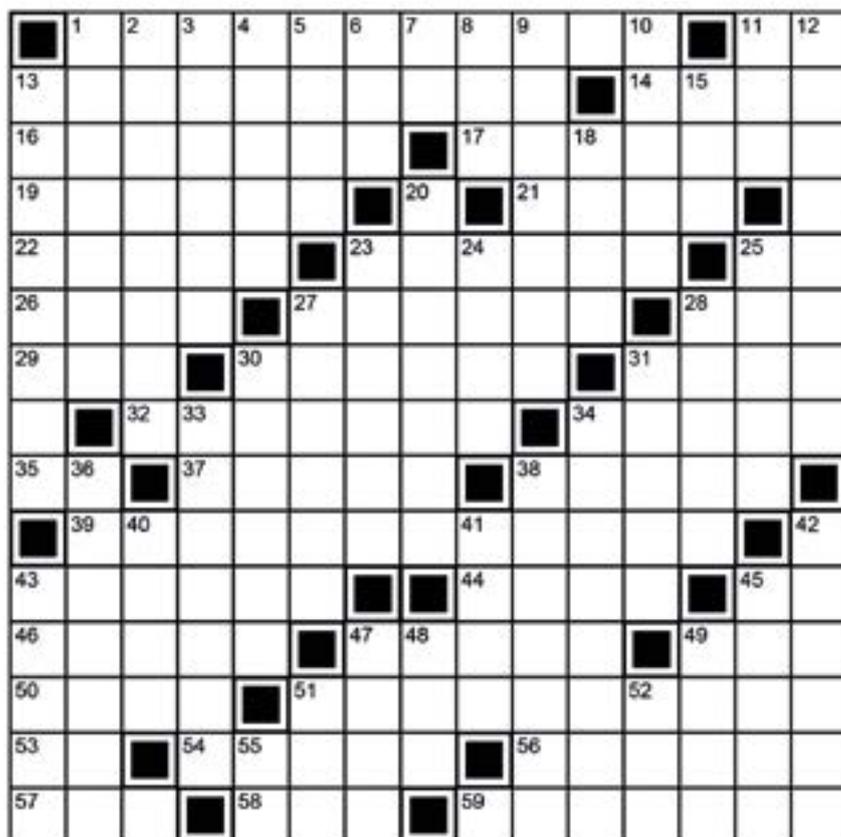
**Calo del desiderio?
Aumento di peso? Osteoporosi?**

Un medico e una naturopata insieme
sfidano le false credenze su questi argomenti.

Una guida illuminante per donne
di ogni età in cerca di salute,
equilibrio ormonale, bellezza, longevità,
sessualità soddisfacente.

di **Monica Bertoletti
e Roberta Raffelli**



**ORIZZONTALE**

- 1 Raccolte... registrate
 11 Le consonanti del socio
 13 Una delle cavità del cuore
 14 Piccolo lago piemontese
 16 Carica di rancore e ostilità
 17 Il laboratorio del sarto
 19 La regione con Graz
 21 Feroce avversione
 22 Si gareggia per vincerla
 23 Viene pompato dal cuore
 25 Lo... rendono alto
 26 Compie atti di valore
 27 Mucche e vitelli
 28 In un secondo tempo
 29 Gli Zeppelin del rock
 30 Vino bianco romagnolo
 31 Tessera che offre vari servizi ai titolari
 32 Attacco di cuore
 34 Pudibonde come la biblica Susanna
 35 Il cuore dell'acrobata
 37 È affine allo zirconio
 38 Il refettorio aziendale
 39 Il fiore... nella bussola
 43 Il segno tra i Gemelli e il Leone
 44 Multiplo del grammo
 45 La bambina le ha uguali

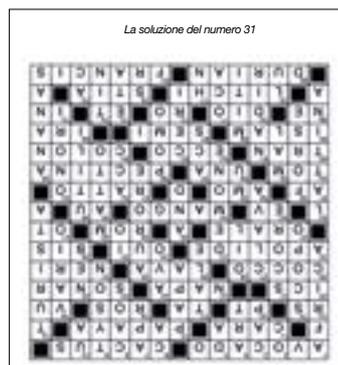
- 46 Servono per la Comunione
 47 I luoghi a ciascuno più cari
 49 La "poetica" è di Orazio
 50 Il no russo
 51 La membrana che avvolge il cuore
 53 Il famigerato Capone
 54 Una cavità del cuore
 56 I cavoli per i würstel
 57 Precede... Orleans e York
 58 Si segna con un calcio
 59 Ricambiato nell'affetto

VERTICALE

- 1 Saggio eroe omerico
 2 Due località opposte della Terra
 3 La formano i discendenti
 4 Omero ne cantò l'assedio
 5 Le solleva il comico
 6 È più grossa dell'anitra
 7 In mezzo ai motori
 8 La Weber della TV
 9 Una mela profumatissima
 10 Le isole con Panarea
 11 Queste in breve
 12 Un'arteria del collo
 13 La nave fantasma dell'"Olandese volante"
 15 C'è quella de Janeiro
 18 Cesare li sconfisse in Gallia

- 20 Luoghi attrezzati per il bucato
 23 Moderate nel vitto
 24 L'indimenticato Manfredo
 25 Arteria che parte dal cuore
 27 Delicato, tutt'altro che drastico
 28 Si può tornare sui propri
 30 Questione rilevante
 31 Lo studia chi ha voce
 33 Il primo passo nella vita
 34 Un metro quadrato di terra
 36 Il Paese di Ronaldo e Kaká
 38 Figli di bianchi e indios
 40 Intollerabili offese
 41 Proibizioni categoriche
 42 Il ferro del mestiere dei barbieri
 43 Tra... Arthur e Doyle
 45 Il nome della Ekland
 47 L'Armstrong astronauta
 48 La pianta del sapone
 49 È con le «compagne» in un film di Pietrangeli
 51 Si valuta col contro
 52 Una memoria del computer (sigla)
 55 I notiziari sul piccolo schermo (sigla)

La soluzione del numero 31



♈ Ariete

Elemento Fuoco

Un'amicizia consolidata da tanti anni non si rivelerà sincera come pensavate e questo porterà forti turbamenti e malumore: mantenete la calma e non rinvangate il passato ne va della vostra tranquillità. Siate comprensivi con i figli.

♌ Leone

Elemento Fuoco

Basta cambiare idea, scegliete un obiettivo e seguite la strada per raggiungerlo. Questo stato di indecisione porta solo nervosismi, tormenti e stress. Nel lavoro rispolverate un progetto che era stato messo nel cassetto, sarà vincente!

♐ Sagittario

Elemento Fuoco

Ricavati del tempo libero per stare con te stesso o con la famiglia, perché preso dai tanti impegni che hai, rischi di trascurare gli affetti più cari. Nel lavoro buone opportunità di emergere e di ottenere una promozione o un avanzamento.

♉ Toro

Elemento Terra

I mesi precedenti sono stati un continuo mutamento e hanno portato un pochino di ansia a voi che siete generalmente dei tradizionalisti. Però se volete avere successo dovete adesso azzardare qualche piccolo rischio. Buona la salute.

♍ Vergine

Elemento Terra

Cosa aspetti a rimetterti in gioco? L'amore è dietro l'angolo che tu ci creda o no ma se non ti decidi a riconoscerlo è chiaro che non ti aspetterà per sempre! A volte le cose belle sono proprio di fronte a noi, senza bisogno di guardare lontano.

♑ Capricorno

Elemento Terra

Periodo di buona energia che bisogna tenere alta perché ci sono tanti progetti da far partire e tanti impegni da assolvere. Le amicizie conosciute di recente porteranno l'amore da vivere con serenità e con una buona intesa.

♊ Gemelli

Elemento Aria

La settimana si apre con una scelta da fare in campo sentimentale tra l'amore della vita e la famiglia di origine. Questo non significa necessariamente una decisione drastica ma sicuramente vi impone una forte dialettica e tanta pazienza.

♎ Bilancia

Elemento Aria

Per chi ha fatto il passo più lungo della gamba, problemi relativi ad un contratto o ad una stipula che non riuscite ad onorare. Evitate quindi altri esborsi economici non ponderati. Per chi è stato lungimirante invece arriveranno entrate extra.

♒ Acquario

Elemento Aria

Inizia già adesso un periodo di corsa verso il nuovo anno: nuove proposte di lavoro, vecchi progetti da chiudere e tanto entusiasmo. Ma ricordatevi sempre di prendere tra un impegno e l'altro una pausa necessaria. In amore la gelosia è alle porte.

♋ Cancro

Elemento Acqua

Mettetevi in gioco senza timori in una situazione lavorativa precaria ma che potrebbe portare a risvolti positivi inaspettati. Nella salute il peggio sembra passato ma adesso dovete pensare a voi stessi e rimettervi. Siate comprensivi con il partner.

♏ Scorpione

Elemento Acqua

Chi si sente stretto in una relazione fa bene a mettere in chiaro le cose senza però accusare o chiudersi a riccio: bisogna semplicemente dialogare! Se lavori in una attività familiare potrebbe essere il momento giusto per riscattarla.

♓ Pesci

Elemento Acqua

Aspettate a fare tante piccole spese perché nelle prossime settimane si presenterà una buona occasione per un investimento importante che porterà buone entrate economiche dall'inizio del prossimo anno. L'amore potrebbe venire da lontano!

new Cafe Millennium

Viale Fregene Cerenova (Adiacente Poste)
Tel. 06 99 02 887

Tabaccheria CATALDI

BIGLIETTI COTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI

Sisaf, TIV, WIND, SKY, and other logos are visible.

DISCARICA DI CUPINORO: DAL 2021 I LAVORI DI CAPPING DEFINITIVO

**SCADONO IL 16 NOVEMBRE I TERMINI PER IL BANDO DI GARA
PER L'AFFIDAMENTO DEI LAVORI DA 8 MILIONI DI EURO**

La discarica di Cupinoro verso il capping definitivo. Scade il 16 novembre il termine per la presentazione delle domande del bando di gara per l'affidamento dei lavori con i quali l'impianto di smaltimento verrà definitivamente messo in sicurezza. Si tratta di un intervento importante dell'importo di circa 8 milioni di euro. L'affidamento avverrà in base al criterio dell'offerta economicamente più vantaggiosa. Dopo una prima messa in sicurezza che ha richiesto l'affitto dei terreni dell'Università Agraria di Bracciano sui quali insiste l'impianto di smaltimento, il capping costituisce l'intervento finale per garantire la prevenzione di ogni forma di inquinamento. L'intervento era stato oggetto di un incontro pubblico al Comune di Bracciano nel corso del quale sono stati presentati alcune caratteristiche del progetto. In particolare il capping prevede il completo isolamento del corpo rifiuti dall'esterno, il mantenimento dei sistemi di evacuazione del percolato e captazione del biogas, la risistemazione delle aree di pertinenza dell'impianto, la rimodellazione del profilo della discarica, la rinaturalizzazione dell'area attraverso la piantumazione di essenze endemiche e la ricostruzione di corridoi naturali per la ricucitura del tessuto agro forestale ed il libero passaggio della fauna.

Il panettone della discarica è destinato pertanto a divenire una collina lungo la Settevene-Palo tra Bracciano e Cerveteri. Se è vero che il capping

al momento è finanziato dalla Regione Lazio, le spese relative tuttavia ricadranno sul Comune di Bracciano. La conferma è stata data dal commissario ad acta Peppino Palumbo che testualmente scrive che le spese relative al Capping della discarica di Cupinoro saranno a carico del Comune di Bracciano così come stabilito dalla DGR 45/2017 "Fallimento Bracciano Ambiente Spa - attivazione potere sostitutivo nei confronti del Comune di Bracciano - Discarica di Cupinoro in Comune di Bracciano - Nomina Commissario ad Acta ai sensi dell'art. 191 del dlgs 152/16 e art. 13 L.R. 27/98" e successive Delibere".

Il commissario Palumbo nella stessa nota ha ritenuto tuttavia di aggiungere e precisare che è pendente un ricorso al Capo dello Stato promosso dal Comune di Bracciano relativo all'annullamento di detta deliberazione nella parte in cui le spese vengono messe a carico dell'ente ed pendente un procedimento per l'escussione delle polizze fidejussorie della Bracciano Ambiente spa da parte della Regione Lazio". L'esito del ricorso presentato dal Comune di Bracciano nel febbraio 2017 al Capo dello Stato non è stato reso noto, né ad oggi sono state diffuse informazioni sulle procedure di escussione da parte dell'Avvocatura regionale che se ne sta occupando. Sui tempi di realizzazione l'assessore regionale al ciclo dei rifiuti Massimo Valeriani ha precisato che i lavori di capping, partiranno all'inizio del 2021.

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



L'ASSOCIAZIONE NAZIONALE DEI VETERINARI E LA FONDAZIONE SALUTE ANIMALI PROMUOVONO UN NUOVO TEST PER LA DIAGNOSI DELL'ARTROSI. IL TEST È ONLINE E COMPLETAMENTE GRATUITO

L'artrosi, nota anche come osteoartrite, oggi è una tra le prime cinque cause di dolore cronico dei nostri amici a quattro zampe. Questa malattia colpisce l'80% degli animali domestici anziani e il 35% di quelli adulti. Dunque, è una malattia da non sottovalutare. Una giusta diagnosi è molto importante per poterli curare presto e bene. Oggi per individuare cosa sta accadendo al nostro gatto o al nostro cane, in tempo, arriva un test specifico, gratuito e online. Questo test permette di capire come e dove dobbiamo agire prima che sia troppo tardi. Il tutto è promosso dall'Associazione Nazionale dei Veterinari (ANMVI) e dalla Fondazione Salute Animali (FSA). I gatti e i cani non parlano, non piangono, ma usano mille modi diversi per comunicarci che "hanno male" alle articolazioni. Il gatto vive il dolore articolare in modo ancora più "segreto" del cane. Segnala tuttavia che "qualcosa non va", modificando il suo comportamento e la sua proverbiale abitudinarietà. Non balza più sul davanzale a spiare gli uccelli di passaggio, evita il salto sul divano scegliendo postazioni più in basso, evita il grattatoio e gli artigli si allungano. Saper riconoscere con tempestività i sintomi dei dolori articolari, anche quelli più nascosti, è molto importante per arrivare alla diagnosi. Questo nuovo test gratuito ci aiuta ad aiutarli. I nostri gatti in realtà sono nati per cacciare, tendere agguati e arrampicarsi sugli alberi. Hanno articolazioni forti e potenti che li trasformano in serial killer casalinghi alla stregua dei loro lontani parenti.

E' proprio la muscolatura possente, particolarmente sviluppata nel treno posteriore, che consente loro di acciambellarsi o di ruotare il corpo fino a 180° se si trovano a mezz'aria. A tenere unite le loro oltre 230 ossa, sono tre tipi di articolazioni, diverse le une dalle altre per struttura e funzione. Ma questo capolavoro della natura spesso è vittima di vecchi pregiudizi: primo fra tutti quello che sanno badare a se stessi. Solo il 33% dei gatti di proprietà beneficia di una visita dal veterinario nell'arco di un anno e solo il 7% dei gatti con problemi articolari viene adeguatamente curato. Il gatto però non è capace di autocurarsi, come molti pensano. Un check-up annuale dal veterinario è la chiave per prevenire i fattori di "rischio artrosi", primo fra tutti l'obesità, e consentire ai nostri piccoli felini di casa di affrontare la terza età con articolazioni ancora sane ed efficienti. Alcune razze, in particolare, sono predisposte a problemi ortopedici come la displasia dell'anca, che colpisce in particolare Maine Coon, Persiani e Devon Rex, o come la lussazione della rotula, che colpisce maggiormente Abissini, Bengala, Devon Rex e Maine Coon. L'importante è saper cogliere i segnali di disagio in tempo. Oggi il test online promosso da ANMVI e FSA ci aiuta a far rapidamente il punto della situazione.

Il test: <https://www.articolazioniprotette.it/test-dolorearticolare-gatto/>

Colonia felina del castello di Santa Severa: <https://gliaristogatti.wordpress.com>



AMBULATORIO VETERINARIO

Dir. Sanitario

Dott. De Angelis Pio

Cerveteri (Rm)

Via Soprani Fratelli, 50

Tel./Fax 06 9943155 - Cell. 360 240002



**NOI
CI
SIAMO**

#SALUSMEDICALCENTER

06 9949944 • LADISPOLI - VIA ANCONA, 94

WWW.GRUPPOSALUS.NET



Ortica

Salute Benessere

A cura del
Dottor Professor **ALDO ERCOLI**



COMBATTERE
UNA EPIDEMIA
SENZA ESERCITO
E SENZA ARMI

SANITÀ FRANTUMATA, BUROCRATIZZATA, TAGLIATA. DOVE SONO FINITI I "MEDICI CONDOTTI" DI UN TEMPO"? DOV'È ORA LA MEDICINA DEL TERRITORIO?

Brutta bestia questo coronavirus (Covid-19), piccolissimo ma micidiale, virale. Lui attacca tutti, non guarda in faccia nessuno, belli o brutti, risparmia i bambini e si accanisce sugli anziani. Uniche armi, le sole difese che vengono date a noi mortali sono le solite, sempre le stesse, mai originali: mascherina, distanziamento sociale, lavaggio frequente delle mani. Poi dipende tutto dal "quantum infettante" (carica virale con cui si è venuti a contatto) ed il nostro sistema immunitario (sia innato che acquisito).

Chi è avanti con gli anni, con varie e serie patologie è più esposto al pericolo di una polmonite interstiziale con insufficienza respiratoria grave.

Chi è nel fiore degli anni, in perfetta salute risponde molto meglio, anche senza sintomi, all'aggressione

virale.

In genere bastano un paio di settimane perché il tampone si negativizzi.

Il "barricamento totale", lo stare tutti chiusi in casa evitando contatti con estranei, quello che chiamano tutti "lockdown" è un sorta di scudo difensivo che può proteggerci per un po' di tempo ... ma fino a quando? Se non si lavora, si campa di sussidi, prebende, manette, accenti ... e poi?

La privazione della libertà personale, l'assenza mancata degli spazi liberi all'aperto, l'estinguersi dalla vita sociale porterà inevitabilmente ad egoismi, individualismi, egocentrismi sempre più esasperanti.

Non vedo alternative. Il vaccino che verrà, oramai ... entro fine anno, pare avere un'efficacia del 90%. Ma sarà

veramente così? Quanta popolazioni mondiale sarà in grado di proteggere? Qui non si gioca al pessimismo ma alla prudenza. Nel frattempo; nell'attesa, ci si ripara dentro il "lockdown", si gioca in difesa accumulando giovani e anziani negli stessi appartamenti, se non nelle stesse stanze, quando ci sono per tutti. A differenza della famiglia patriarcale il "capo famiglia", il capostipite, è diventato il "nonnetto dove lo metto, meglio isolarlo nelle RSA (residenze per anziani) così non rompe più le scatole con i suoi proverbi antichi, sorpassati, parenti dei dinosauri". Eppure quel vecchietto aveva una funzione stabile, il dono dell'esperienza, il frutto sempre verde di una vita vissuta.

Certo si ammalava più facilmente, specie d'inverno, aveva i suoi acciacchi dovuti al trascorrere degli anni ma veniva curato amorevolmente. Il "dottore" di famiglia veniva sempre a casa, e più di una volta, telefonava per sentire se era migliorato.

Ma sembra di vedere quel "piccolo mondo antico" del Fogazzaro. Anche malato nel suo letto era difficile che contagiasse tutto il resto della famiglia che andava a stargli vicino. Fateci caso ora è l'inverso si è verificato l'opposto, sono i parenti che danno, con questo nuovo virus, il colpo di grazia all'anziano ammalato. C'è qualcosa di nuovo oggi nell'aria, in questo tiepido sole autunnale.

Ci si difende in trincea, in casa, senza nessuno che venga a difenderci, a liberarci. Siamo soli, terribilmente soli, con la saltuaria voce di una gentile signorina che dalla Asl ci dice quando ci ha prenotato il nuovo tampone molecolare nasofaringeo dopo quelli negativi. Ancora una quarantena d'angoscia, a letto, a cuccia.

Dove sono finiti i "medici condotti" di un tempo? Tutti morti? Dov'è ora la medicina del territorio? Quasi sempre è rintanata negli studi medici (seppure ci sono eccellenti eccezioni).

E' chiaro che anche il presidente della federazione degli Ordini dei medici (FNOMECEO) vuole anche lui il lockdown.

Con quale esercito di medici, peraltro non adeguatamente equipaggiati né preparati ad eseguire i tamponi domiciliari, potrebbe recarsi a casa dei malati? Siamo senza esercito e senza armi. Si spiegano solo così le enormi file di auto con dentro ammalati davanti a tutti nostri ospedali.

Vigliacchi coloro che hanno tagliato i fondi alla sanità. Vigliacchi coloro che l'hanno frantumata, smembrata, burocratizzata. I nomi di chi ha tagliato i fondi alla sanità li conosciamo.

life
brain
Eccellenza per
la tua salute

Laboratorio
Analisi
Salus Ladispoli



TEST INTOLLERANZE ALIMENTARI 108 ALIMENTI NOVEMBRE IN PREVENZIONE

Tariffa agevolata fino al 31 dicembre 2020.



COVID-19 / TEST ANTIGENICO RAPIDO

Ricerca Antigeni SARS-CoV-2



Il Test intolleranze alimentari 108 alimenti analizza una gamma completa di alimenti che possono essere responsabili di un'intolleranza alimentare.

Laboratorio Analisi Salus Ladispoli



Via Ancona, 94
00055 Ladispoli



06 83780971

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

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



LAURA VANNI

Operatore tuina, istruttore
di taijiquan e qi gong



RISALITA DELLO YANG EPATICO IN MEDICINA CINESE

Ginnastica
energetica:
lezione di prova
per tutti i lettori
dell'ortica.
Prenota la tua

Salute e Benessere

Il concetto di salute e malattia in medicina cinese coinvolge il concetto di equilibrio energetico.

Questo approccio è molto diverso da quello della medicina occidentale.

In medicina occidentale assumiamo, infatti, che in assenza di malattia ci si trovi in una condizione di salute. In medicina cinese non è così.

L'assenza di malattia può verificarsi anche in una condizione di squilibrio energetico. Questo squilibrio spesso causa piccoli o grandi disturbi alla persona (disturbi ai quali la persona a volte si abitua e non percepisce più) e, prima o poi, si manifesterà in malattia conclamata.

A questo aggiungiamo che uno stesso squilibrio energetico può manifestarsi in diverse possibili "malattie" allo stesso tempo, la stessa malattia può derivare da una molteplicità di quadri energetici. La differenziazione di questi quadri richiede una metodologia ben precisa di indagine da compiere sulla persona.

Da tutto questo deriva il motivo per cui non è possibile sapere da cosa dipende un mal di testa o un'insonnia senza fare una valutazione energetica personale.

Queste "malattie", infatti, per la medicina cinese non sono altro che foglie di un albero.

Le foglie esprimono la malattia (magari sono secche, aggrinzite...) ma quello che dobbiamo comprendere (e trattare) è nelle radici dell'albero. Le radici dell'albero sono il terreno energetico e questo presenta a volte alcuni disequilibri. La risalita dello yang epatico può essere uno di questi disequilibri e si manifesta nel nostro organismo con vari sintomi e segni.

Definizione della risalita dello yang epatico

La risalita dello yang epatico rappresenta una sindrome energetica di tipo misto tra eccesso e deficit.

Questo può stupire in quanto le sue manifestazioni di Calore potrebbero far pensare ad un comune



CENTRO OCULISTICO
GAROFALO

osservatore ad una sindrome da eccesso puro. Di fatto, però, l'analisi più attenta rivela che ad essere coinvolto in questa sindrome non è solo lo yang del Fegato che "risale", ma anche uno Yin che non "trattiene in basso".

Lo Yin ad essere in deficit è in prevalenza lo Yin del Fegato/Rene e il Sangue di Fegato.

Di fondo, quindi, l'attenzione in presenza di risalita dello Yang epatico deve sì andare all'eccesso ma anche e soprattutto al deficit e allo squilibrio Yin-Yang che ne deriva.

Sintomi della risalita dello Yang epatico

Uno dei sintomi più evidenti a carico della risalita dello yang epatico è relativo agli aspetti emozionali.

Coerentemente con le caratteristiche dell'Organo Zang Fegato a cui si associa l'emozione della rabbia, in presenza di risalita dello Yang avremo presenza di frustrazione, rancore protratto nel tempo, tendenza ad avere attacchi di rabbia esplosivi, insonnia.

Non mancano, poi, i sintomi "fisici", i quali hanno a che fare con la testa a causa della tendenza ascensionale dello Yang.

Possiamo, quindi, avere acufeni, a volte sordità improvvisa, capogiri, rigidità del collo, mal di testa cronico (molto comune).

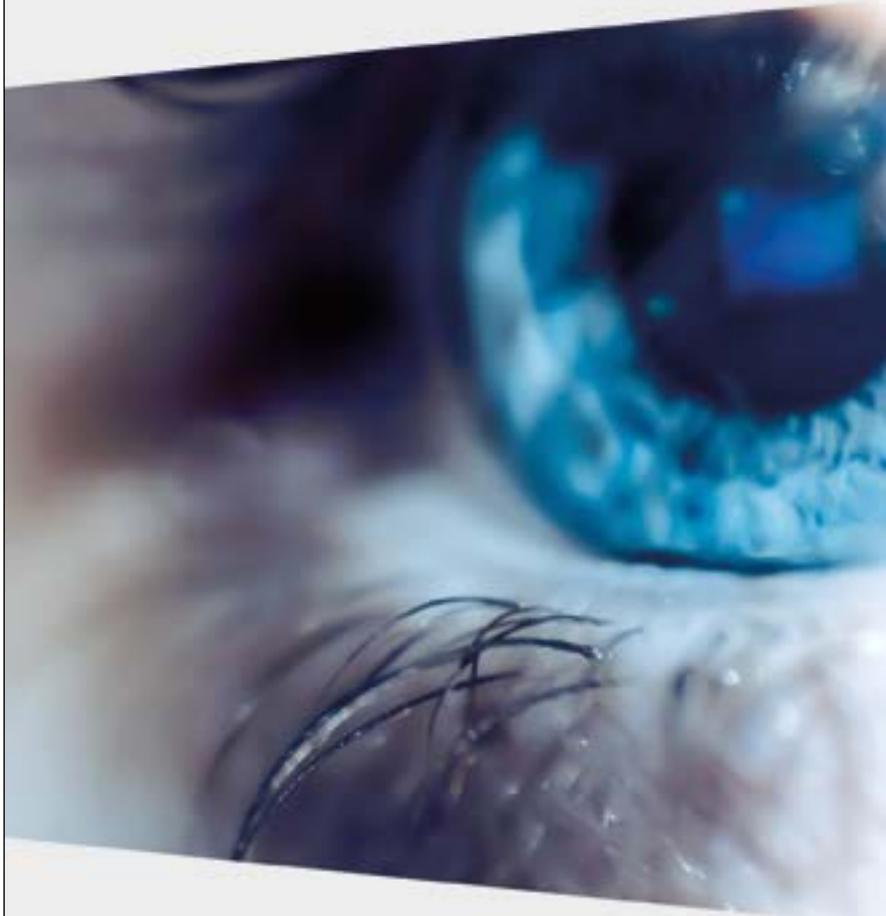
Il mal di testa è tra i sintomi prevalenti e maggiormente distintivi per questa sindrome.

Si tratta in genere di un mal di testa localizzato sulle tempie oppure parietale (su un lato della testa) o un mal di testa che interessa l'occhio o la zona al di sopra dell'occhio. Spesso il mal di testa da risalita dello Yang epatico è "pulsante". Caratteristica frequente è un mal di testa asimmetrico, ovvero che si manifesta solo da un lato (asimmetria come tratto distintivo dell'elemento Legno).

Come si determina questa sindrome e quali conseguenze può avere?

Una condizione che generalmente favorisce la risalita dello Yang epatico è il deficit di Sangue di Fegato, il Deficit di Yin del Fegato e il deficit di Yin dei Reni (questi ultimi due spesso in combinazione tra loro).

La risalita dello Yang epatico può essere una sindrome molto insidiosa e può, alla lunga, condurre alla formazione di Fuoco del Fegato con sintomi di Calore e Secchezza molto importanti. Può, inoltre, condurre allo sviluppo di Vento interno (capogiri, tremori). Quest'ultimo sviluppo può essere particolarmente frequente nell'anziano a causa delle condizioni energetiche tipiche in tarda età, che prevedono un deficit di Sangue più o meno grave.



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 - RETINOGRAFIA

VISITA ORTOTTICA E STUDIO DELLA MOTILITÀ OCULARE

PER APPUNTAMENTO:

329.4586661 - Ladispoli Via Berna 6/A

338/3996983 - Roma Via Merulana 88



giocchino.garofalo@uniroma1.it



Centro Oculistico Garofalo

www.gioacchino-garofalo.docvadis.it



Dottor **RICCARDO COCO**
Psicologo - Psicoterapeuta

3° PARTE

L'OMOSESSUALITÀ NEL DIBATTITO SCIENTIFICO CONTEMPORANEO

Nei precedenti articoli ho descritto le posizioni contrapposte nel mondo scientifico circa le cause dell'omosessualità, sottolineando come la tendenza generale sia quella di considerare l'omosessualità semplicemente una scelta sessuale, un modo di stare al mondo tra tanti modi possibili. Nel 2° articolo ho descritto come la psicoanalisi freudiana di inizio '900 abbia contribuito a rafforzare l'idea che l'omosessualità fosse una problematica psicologica da curare con un percorso di analisi che "risolvesse" l'angoscia di castrazione sottesa. Ho sottolineato poi come la psicoanalisi contemporanea abbia preso le distanze da questa posizione, spostando il suo interesse sull'analizzare non le cause dell'omosessualità, ma il perché da secoli ci sia un tale astioso accanimento religioso, politico e socio-culturale in diverse parti del mondo contro l'omosessualità. La teoria psicoanalitica a tal proposito ci dice che le persone maggiormente ostili verso gli omosessuali, così come le persone che hanno forte il bisogno di "normare" i vari comportamenti in generale, hanno una struttura di personalità rigida e fortemente controllante rispetto alle loro stesse pulsioni, di cui avrebbero imparato ad avere timore. E qui ovviamente il timore si estende anche al timore di poter scoprire in se stessi una bisessualità e/o delle pulsioni omosessuali. A tal proposito ho trovato molto interessante il film "American beauty", con Kevin Spacey. In questo film viene descritta brillantemente la dinamica di cui sto parlando, poiché viene mostrato come uno dei personaggi fosse inconsapevole della sua omosessualità e fosse al contempo invece molto intollerante verso l'omosessualità degli altri, timoroso

che il figlio potesse essere gay. Il suo odio violento contro gli omosessuali cresceva con il crescere della sua attrazione per il vicino, mentre lo vedeva allenarsi nudo. Queste pulsioni però gli creavano angoscia, se ne difendeva, non le poteva minimamente accettare in se stesso e allora le rimuoveva e le proiettava sugli altri, "gli sporchi omosessuali" da odiare e combattere. Ma la battaglia era dentro di lui. Ora naturalmente questa è una caratterizzazione cinematografica, nel senso che non tutti quelli che sono intolleranti verso i gay sono inconsciamente gay essi stessi senza saperlo, tuttavia probabilmente hanno una personalità autoritaria e rigida, orientata a definire cosa sia giusto e cosa sbagliato, cosa sia socialmente accettabile e cosa non vada bene, con un bisogno forte di controllare l'ambiente, ma anche le sensazioni e le emozioni che arrivano da dentro di loro, che inconsciamente temono, anche perché non le conoscono bene, non ne hanno confidenza. Questo perché hanno ricevuto probabilmente un'educazione rigida o perché si sono messi in testa fin da piccoli che essere accettati dai loro genitori significasse diventare come si immaginavano loro volessero che fossero. E probabilmente si sono immaginati li volessero perfetti, controllati, molto educati ed hanno ottenuto questo controllo sul proprio corpo e i loro desideri attraverso un'autodisciplina molto severa che li ha allontanati da una confidenza con le proprie ambivalenze emotive, con le loro pulsioni. La psicoterapia può in tali casi essere di grande aiuto nel diminuire queste rigidità caratteriali e permettere un alleggerimento del modo di vivere se stessi dapprima e poi gli altri.

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



AGLIO, IL FARMACO VERDE

Le proprietà terapeutiche dell'*Allium Sativum* erano note fin dall'antichità. Nel corso della prima Guerra Mondiale, durante l'epidemia di spagnola, molte persone sono sopravvissute grazie all'uso massiccio di aglio. Nei decenni successivi anche la scienza medica ha confermato le virtù curative di questo bulbo aromatico: l'aglio può prevenire le malattie cardiocircolatorie, è un efficace diuretico, stimola la digestione, abbassa l'eccesso di colesterolo, ha proprietà antireumatiche, previene la degenerazione cellulare, ricco com'è di sostanze antiossidanti di vitale importanza anche nella prevenzione dei tumori. Inoltre risulta che i consumatori abituali di aglio manifestino difese immunitarie più forti e resistano meglio alle infezioni d'origine batterica e/o virale. Importante è evitare l'aglio irradiato a scopo antigermogliativo e /o coltivato con pesticidi. L'unico aglio sicuro è quello da coltivazione biologica certificata. L'aglio ha un'azione antibatterica e antivirale conferitagli dall'allicina, quella sostanza dal forte odore che si

libera dallo spicchio quando viene schiacciato o tagliato. Regola la pressione sanguigna, abbassa il colesterolo e fluidifica il sangue. È un ottimo sostituto naturale dei farmaci betabloccanti che vanno a regolare la pressione arteriosa e le aritmie. Contiene sostanze antiossidanti che liberano le arterie da coaguli del sangue. Test effettuati su un campione di infartuati rivela che, col consumo quotidiano e costante di aglio (2 spicchi al dì), il rischio di successivi infarti si riduceva del 50%. E' anti cancro: studi su un campione di persone consumatrici di aglio e cipolla rivela che queste ultime avevano un rischio di contrarre tumore allo stomaco del 50% inferiore ai consumatori normali. Anche su quelli del colon e della pelle l'aglio esercita la sua azione preventiva. Ha effetti benefici sull'osteoartrite e previene la perdita di massa ossea.

Controindicazioni: gravidanza e allattamento; problemi di stomaco o di digestione, l'aglio può irritare il tratto gastrointestinale; allergia all'aglio.

di Miriam Alborghetti

La TRIACA ERBORISTERIA



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

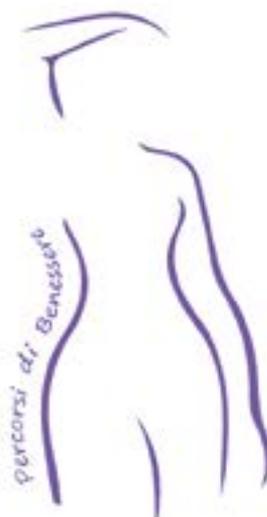
FITOCOSMETICA
FIORI DI BACH
CAMELLE SENZA ZUCCHERO
ALIMENTAZIONE NATURALE
LAMPADINE DI CRISTALLI DI SALE
PRODOTTI SPARGIRICI

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

CABINA **ESTETICA**

PERCORSO VISO

Rughe - rilassamento cutaneo
schiarente discromie
RADIOFREQUENZE
ELETTROPORAZIONE
RAD. FRAZIONATA
SCRUB AD ULTRASUONI
OSSIGENOTERAPIA



PERCORSO CORPO

Defaticante - inestetismi cellulite
adiposità localizzate - perdita elasticità
ONDE D'URTO
RADIOFREQUENZA
BENDAGGI A FREDDO
MASSAGGIO DRENANTE

EPILAZIONE PROGRESSIVA
LASER A DIODO 808 NM VISO/CORPO

Dott.ssa Cosmetologa: Lucia - Beauty: Francesca



SERVIZI ATTIVI IN **SICUREZZA**

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

- > ANALISI GENETICA DELLA FLORA BATTERICA INTESTINALE BIOMAPLAN
- > HOLTER PRESSORIO
- > HOLTER CARDIACO
- > ECG ADULTI E BAMBINI
VALIDO ANCHE PER ATTIVITÀ SPORTIVA
- > CONTROLLO NEI IN TELEDERMOSCOPIA
- > BIOTRICOTEST
- > MISURAZIONE PRESSIONE
- > NOLEGGIO
AEREOSOL-TIRALATTE-BILANCIA PESA NEONATI-STAMPELLE

È ATTIVO IL SERVIZIO **GRATUITO** DI RITIRO RICETTE E CONSEGNE DOMICILIARI (NON SOLO FARMACI).

NUMERO ABILITATO AL SERVIZIO (ANCHE WHATSAPP) 320.4049960

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

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

Farmacia PratoCavalieri Dr.ssa T. Morabito

Grilli
al **7**

TEMPORARY STORE

OTTICA **GRILLI**

I nostri occhi vedono meglio. Dal 1977

SEGUI LA NOSTRA PAGINA INSTAGRAM GRILLI_AL_7
OGNI GIORNO VIENE PUBBLICATA UN'OFFERTA SPECIALE

VALIDA

SOLO
24
ORE



LADISPOLI - PIAZZA MARESCOTTI N°7 - TEL 0689520322
Instagram icon **grilli_al_7**