

L'Ortica SETTIMANALE

Anno XXII n°27 - 2019 | D E L V E N E R D Ì | Punge ma non fa male



Settimanale indipendente di cronaca, attualità, politica, sport - Fondato da Filippo Di Lorenzo - ANNO 22 - 05/07/2019

IL GIORNO DEL GIUDIZIO

Il 7 febbraio 2020
la Cassazione metterà
la parola fine sull'omicidio
di **Marco Vannini**.
Un'intera nazione spera
che sarà finalmente resa
giustizia alla famiglia.

CERVETERI

Arriva Jovanotti
spariscono le dune

LADISPOLI

Pendolari lasciati
sotto il solleone

BRACCIANO

Carenza idrica
il Sindaco diffida Acea



un nome, una garanzia

Superal

2000

COSTRUISCE
LE FINESTRE
IN PVC
A PREZZI DI FABBRICA



FABBRICA
PORTE IN VETRO
MODELLO
TODOCRISTAL



NUOVO
SHOWROOM
400 MQ
AL PIANO SUPERIORE
CON ASCENSORE

PERGOTENDE - PERGOLE - TENDE - FRANGISOLE



S.O.S.

PRONTO INTERVENTO

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

ZONA ARTIGIANALE VIA DON LORENZO MILANI 3

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

WWW.SUPERALL2000.IT

IMMOBILIARE DONINI



La prima agenzia immobiliare di Ladispoli



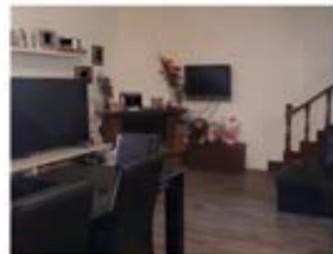
LADISPOLI - DOMITILLA
Villa a schiera su tre livelli fuori terra composta da: PT, salone con camino cucina a vista, bagno, corte anteriore e corte posteriore. 1P: due camere da letto regolari, bagno, terrazzo e balcone. 2P: grande sottotetto, bagno, ripostiglio e balcone. Box auto. Classe En G
Cod. 69L/18V
€ 160.000,00



LADISPOLI - CENTRALISSIMO
Appartamento in buonissime condizioni, composto da: ingresso, soggiorno, cucinotto, camera da letto matrimoniale, bagno, balcone. Ottima esposizione. Riscaldamento autonomo. Classe En G
Cod. 35L/19A
€ 97.000,00



CENTRALE
Attico bilivelli in ottimo stato composto da: salone doppio con camino, cucina abitabile, bagno e terrazzo a livello di circa 25 mq. Al piano superiore troviamo due camere, un bagno, terrazzino. Box di pertinenza. Termoautonomo. Assolato. Classe En G.
Cod. 31L/18A
€ 170.000,00



LADISPOLI - VIA ROMA
Villa su tre livelli fuori terra, composta da P.T: soggiorno con camino, angolo cottura, bagno giardino con posto auto interno. 1P: camera, cameretta, bagno, terrazzo. 2P: camera matrimoniale, bagno, terrazzo con vista mare. Termoautonomo. Ottima esposizione. Classe En G
Cod. 42L/19V
€ 180.000,00



LADISPOLI - CENTRALE
Appartamento in buone condizioni composto da: Ampio ingresso, salone, cucina semi abitabile, due camere matrimoniali, bagno, ampio balcone angolare. Termoautonomo. Posto auto. Classe En G.
Cod. 60L/18A
€ 145.000,00



CAMPO DIMARE
Appartamenti di recente costruzioni vari tagli a partire da
€ 110.000,00
Classe En G
Cod. 57C18A



LADISPOLI
Adiacente la Chiesa locale commerciale con una ampia vetrina su strada ed in buone condizioni, fornito di canna fumaria e piccolo magazzino sul retro. Possibilità di affitto €1.100,00 Classe En G
Cod. 34L/19N
€ 120.000,00



APPARTAMENTO CON SPLENDIDA VISTA MARE
composto da: Ingresso, soggiorno, cucina abitabile, camera matrimoniale, bagno e solarium di proprietà. La metratura consentirebbe di ricavare la seconda camera dalla cucina. Classe En G
Cod. 06L/19AT
€ 130.000,00



LADISPOLI CENTRALE VIA ANZIO
Villa FINEMENTE ristrutturata su tre livelli fuori terra. PT, Salone, cucina abitabile, bagno, patio coperto, giardino. 1P: due camere, bagno, balcone angolare. Al piano fuori terra troviamo un ampio disimpegno, camera, bagno, ripostiglio. Classe En G.
Cod. 70L/17V
€ 330.000,00



CERVETERI
Appartamento in villa su tre livelli composto da: Salone con camino, tre camere, cucina abitabile, doppi servizi, sala Hobby, balcone, ampio giardino a verde. Luminoso Ottimo Classe En G
Cod. 51C/19T
€ 190.000,00

ESPERIENZA E SERIETÀ AL VOSTRO SERVIZIO

Molte altre proposte immobiliari su www.immobiliaredonini.it

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

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

SETTIMANALE
L'ortica
DEL VENERDÌ

Martedì
7 febbraio 2020,
il giorno del giudizio



Settimanale indipendente.

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

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

Responsabile scientifico:
Aldo Ercoli

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

Speciale Cinema
Michele Castiello

Speciale Viaggi
Adriano Botta

Marketing:
Luciano Delollis
Vito Michelangelo Lius

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

Grafica
Isabel Maccari

Stampa:
Universo Editoriale

Redazione
Piazza Risorgimento, 4
Cerveteri

Tel. 06 99 41 736

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



Segnate in rosso sul calendario, amici lettori, la data di martedì 7 febbraio 2020. Perché quello sarà il giorno in cui gli italiani sapranno se in questa nazione esiste ancora la parola giustizia. Oppure, dovranno amaramente prendere atto che non sempre le vittime ottengono la giusta condanna dei loro carnefici. Tra sette mesi è stata fissata l'udienza in Corte di Cassazione del processo per la morte di Marco Vannini, il ventenne di Cerveteri ucciso da un colpo di pistola sparato nella villetta dei genitori della fidanzata a Ladispoli la notte tra il 17 e il 18 maggio del 2015. Sarà il capitolo finale di una vicenda tragica, contorta, avvolta ancora da una nebbia nella quale è difficile districarsi e comprendere cosa sia realmente accaduto quella maledetta notte a casa della famiglia Ciontoli. Si arriverà davanti alla Suprema Corte con la consapevolezza che il verdetto questa volta sarà definitivo. Ed allora sapremo il significato della parola giustizia in questa nazione. C'è un popolo intero che si è stretto attorno ai genitori di Marco, pretendendo di conoscere i fatti reali che hanno portato all'uccisione di un ragazzo con un colpo di pistola. C'è una stampa mai come questa volta schierata compatta ed unita che ha effettuato inchieste, ha scavato sotto la sabbia dell'omertà e delle omissioni, che ha messo sul piatto dei giudici la possibilità di vagliare se esistono le condizioni per ribaltare la sentenza di Appello che ha condannato Antonio Ciontoli ad una pena di cinque anni per omicidio colposo, mentre gli altri membri della famiglia, Martina, Federico e la moglie Maria, a tre. Assolta Viola Giorgini, la ragazza del fratello della fidanzata di Marco. In questi mesi sono accadute tante cose, alcuni programmi televisivi come Le Iene hanno svelato particolari rimasti fuori dalle porte dei primi due processi, diamo atto alla magistratura di essersi mossa tempestivamente per mettere a fuoco le clamorose rivelazioni uscite sul caso Vannini. Gli elementi ci sono tutti per assumere una decisione che non lasci adito a dubbi e spazio all'inquietante pensiero che la giustizia non sia uguale per tutti. Occhi bene aperti fino a febbraio del prossimo anno, la battaglia è difficile ma non impossibile da vincere. Ma serve compattezza visto che qualcuno sta schierando l'artiglieria pesante come confermato da alcuni programmi televisivi sui quali preferiamo stendere un velo pietoso. C'è un popolo intero che chiede giustizia.

Il Direttore
Gianni Palmieri

IL DIRITTO DI ESSERE DISCONNESSI

APPELLO DAL PARLAMENTO CONTRO IL 5G E L'INTERPRETAZIONE ARBITRARIA DI TELECOMUNICARE: NON ABOLITE IL TELEFONO FISSO!

Libertà di restare disconnessi, se la connessione è sempre e solo *wireless*. Citando lo scandalo francese del cosiddetto **Phonegate** sui cellulari fuori legge e l'interpretazione arbitraria della Direttiva Europea Servizio Universale sulla connessione oltre ogni limite spazio-temporale (*"tutta a vantaggio del wireless e non delle comunicazioni green se si smantellano le cabine telefoniche e si abolisce il telefono su linea fissa"*), l'alleanza italiana Stop 5G ha presentato in Parlamento **STOP 5G DISCONNESSI DAY**, giornata europea di sciopero digitale consumata lo scorso 1° Luglio, una 24 ore di disobbedienza civile digitale, in cui si è fatto a meno dell'uso di Smartphone, cellulari, Tablet, Wi-Fi e qualsiasi connessione wireless, per mandare un segnale forte e chiaro sui pericoli in cui la società civile incorre, memori anche della recente sentenza del Tar Lazio che ha condannato tre ministeri per omessa informazione pubblica sui pericoli delle radiofrequenze.

Per spiegare le ragioni della richiesta per una moratoria nazionale in grado di arginare il 5G, il medico **Annunziata Patrizia Difonte dell'Associazione Italiana Elettrosensibili** ha poi descritto il calvario patito dai malati dell'era elettromagnetica: "Alcuni vivono in caravan o a lume di candela perchè non è più tollerata neanche l'elettricità dell'impianto di rete domestica e alcun tipo di lampada soprattutto neon e luci a fluorescenza. Vediamo sempre

più numerosi casi di alunni che non riescono più a permanere nelle aule scolastiche per l'insorgenza di cefalea, tremori, palpitazioni e altre problematiche scatenate dalla presenza di sistemi wifi o di telefoni cellulari. Lavoratori elettrosensibili allo stesso modo non riescono a svolgere la



mansione lavorativa con le intuibili conseguenze sul piano della **conservazione del posto di lavoro**. Se esposti, **non ricevono alcuna tutela** per la mancanza di riconoscimento della patologia deficitaria di un suo codice nosologico. Come medico dell'Associazione Italiana Elettrosensibili ricevo richieste di aiuto ogni giorno da ogni parte d'Italia. Invitiamo pertanto il Governo e il Parlamento a riconoscere l'**Elettropersensibilità**

come **disabilità** e adottare provvedimenti tesi alla salvaguardia della salute delle persone elettropersensibili come diritto previsto dalla Costituzione Italiana e come espresso dal Parlamento europeo, alla tutela sul luogo di lavoro, offrendo ai malati pari opportunità e livelli adeguati di assistenza. Ci appelliamo anche al Presidente della Repubblica affinché venga tutelata la nostra salute. In assenza di una moratoria, i malati ipersensibili rischiano di aggravare ulteriormente le proprie condizioni di salute, evitando che si arrivi a gesti estremi come già accaduto."

Cataldo Curatella, ingegnere consigliere del **Comune di Torino** e presidente della commissione **Smart City** ha detto: "se da un lato crediamo sia fondamentale procedere sulla strada dell'innovazione, la cosiddetta Smart City, dall'altro non possiamo ignorare tutto quello che riguarda la tutela di salute e ambiente, soprattutto nel momento in cui la comunità scientifica mostra evidenze scientifiche su potenziali rischi, con la IARC che non solo da maggio 2011 ne classifica gli effetti come possibili cancerogeni ma da aprile 2019 definisce come prioritaria una riclassificazione nel prossimo quinquennio. Credo che in queste situazioni la Politica debba muoversi tutelando la salute e agendo nel rispetto dell'art. 32 della Costituzione mediante l'applicazione del Principio di Precauzione che a Torino abbiamo già indicato nelle linee di mandato dell'amministrazione 2016-2021 votate in Consiglio Comunale il 28 luglio 2016".

Presenti all'evento promosso nella Camera de Deputati anche l'**On. Sara Cunial**, **on. Silvia Benedetti**, **on. Veronica Giannone**, **on. Gloria Vizzini**, parlamentari firmatari della mozione che impegna l'esecutivo Conte all'applicazione del principio di precauzione. Sul tavolo dei relatori il **sen. Saverio De Bonisein** sala l'**on. Matteo Dall'Osso**. Durante l'incontro è stato infine presentato un documento-appello firmato da 45 portavoce eletti del **MoVimento 5 Stelle** tra Regioni e Comuni italiani inviato al **Sen. Pierpaolo Silieri** (presidente Commissione Sanità) e all'**On. Mirella Luzzi** (tra le più attive per la sperimentazione del 5G), redatto con lo scopo di "offrire un contributo ai nostri colleghi nazionali, come forma di partecipazione dal basso e dialogo all'interno del M5S, un impegno verso tutti quei cittadini che attendono risposte cautelative e preventive atte a scongiurare possibili pericoli sanitari per la collettività e la natura, richiamando così anche la tutela dei soggetti più deboli garantita insieme ai cosiddetti soggetti 'sani' dagli inalienabili principi costituzionali". **La base dei cinque stelle si schiera contro i loro stessi rappresentanti più alti e chiede al Governo, ai ministri Grillo e Di Maio di fermare il 5G.**

HAIR & BODY
BOUTIQUE
FRANCHISING ITALIANO

Elite Hair Style

PACCHETTO 30
COLORE - RICOSTRUZIONE
CAPELLI - PIEGA
SEMIPERMANENTE MANI

€ 30,00



MECHES
45,00 €



SHATUSH
BALAYAGE
50,00 €



RICOSTRUZIONE
MOLECOLARE
30,00 €

PIEGA
DA 10 €

TAGLIO
10 €

COLORE
DA 13 €

TEL. 370 10 23 032
LADISPOLI - VIA NAPOLI 114
CERVETERI - VIA SETTEVENE PALO 157

f Elite Hair Style

JOVA BEACH A CAMPO DI MARE? BOCCIATO DA AMBIENTALISTI E RESIDENTI

Ph Isabel Maccari

“DISASTRO AMBIENTALE SUL LIDO DI CERVETERI PER ALLESTIRE IL VILLAGGIO DI JOVANOTTI A POCHI METRI DALL’OASI”

Loris Pietrelli: “Avete preso in consegna tratti di litorali sabbiosi con una loro vita e ce li renderete morti, azoici e afitoici, appiattiti sotto il peso del denaro e di una presunta originalità nel settore degli spettacoli live nazionali”

Il tour di Jovanotti sulle coste italiane non piace agli ambientalisti, nonostante il partner sia niente popò di meno che il WWF Italia. Aspre polemiche in molte delle sedi prescelte da parte anche dei residenti e della popolazione locale. Il vento delle contestazioni ambientaliste, dopo aver travolto il folle progetto di piazzare il concerto a Torre Flavia, in piena Riserva Naturale, ha investito anche Campo di Mare, dove fra meno di un mese farà tappa il Jova Beach Party. Sul web è una vera e propria rivolta. Post e commenti gridano allo scempio ambientale sulla spiaggia del litorale cerite dove è stato aperto un cantiere allo scopo di preparare l’area destinata al concerto.

“NON è solo per il FRATINO! – scrive Loris Pietrelli appartenente al GAROL (Gruppo Attività Ricerca Ornitologica del Litorale, un gruppo che sta monitorando il fratino nel Lazio dal 1989) – Giovedì 20 giugno, un mese prima dell’evento JOVA BEACH previsto a Marina di Cerveteri sono stato a vedere il cantiere necessario per allestire il “villaggio” che sarà popolato da almeno 20.000 persone. Uno sbancamento vasto quanto l’area interessata. Quando sono arrivato ho contato 4 mezzi meccanici impegnati nei lavori e almeno

53 mucchi di sabbia distribuiti in una porzione molto limitata dell’area interessata. Il cassone di un camion ha una capacità di 22-27 m3, questo significa che in quelle poche ore pomeridiane sono state spostati almeno 22x53=1166 metri cubi di sabbia. Se queste sono le modalità con cui si allestirà il “villaggio” dove si ballerà sotto il sole, con i piedi sulla sabbia e il costume addosso quei pezzi di litorale coinvolti e molti ambientalisti nostrani ne usciranno malconci. Non si tratta, infatti, solo della tutela del fratino, qui è in gioco ben altro, è in gioco la credibilità di chi ha avallato questo disastro annunciato. Oggi un biglietto vale oltre 60 €, moltiplicate per 20.000 persone a concerto, moltiplicate ancora per 17 concerti e fatevi due conti: quello è il prezzo di 17 scampoli di territorio. Jovanotti ha aperto un fronte, ha legittimato una richiesta, motivando economicamente le amministrazioni locali; quest’anno sulle spiagge ci sarà LUI e negli anni a venire? Recita il comunicato di presentazione del JOVA TOUR: “Un progetto in collaborazione con il WWF per rispettare l’ambiente e lasciare la spiaggia migliore di come l’abbiamo trovata”. Migliore perché dopo l’evento tutta la plastica sarà rimossa? Ecco finalmente un fantastico

evento PLASTIC FREE. Accidenti che novità! Dobbiamo essere grati a chi non getterà sulla spiaggia bottiglie, bicchieri e tutto il corredo plastico che solitamente accompagna questi eventi. Dobbiamo essere grati a chi gestirà (o meglio tenderà di gestire) i rifiuti prodotti durante l’evento. Grazie, grazie e grazie ancora. **Avete preso in consegna tratti di litorali sabbiosi con una loro vita, seppur limitata dal degrado che spesso pervade porzioni, anche vaste, delle nostre coste e ce li renderete morti, azoici e afitoici, appiattiti sotto il peso del denaro e di una presunta originalità nel settore degli spettacoli live nazionali”.**

A quanti affermano che a Campo di Mare non è stata sbancata la spiaggia, ma solo un parcheggio malmesso, Loris Pietrelli replica: “Il fratino è solo una specie “bandiera” e un litorale sabbioso è un ecosistema complesso che va tutelato anche se parzialmente degradato. Inoltre il fatto che alcuni tratti di quel suolo fossero adibiti a parcheggio non giustifica la rimozione di migliaia di metri cubi di sabbia. Quello del presunto parcheggio nel progetto di JOVABEACH rappresenta solo una porzione del “villaggio” che verrà costruito, sarà coinvolto anche il tratto di spiaggia antistante. Inoltre un cantiere che inizia un mese prima, necessariamente dovrà coinvolgere mezzi pesanti e attrezzature senza contare poi le attività di smantellamento post evento. Un cantiere, quindi, della durata di oltre 30 giorni. Vogliamo parlare poi dell’impatto determinato da almeno 20000 persone che sosterranno con i loro mezzi di trasporto a poche decine di metri dalla riserva di torre Flavia?! Mi domando infine chi paga questi lavori e quanto, del denaro ricavato dall’evento rimarrà in loco. A Vasto il comune ha stanziato 80000 € per la “messa in ordine” del sito. E comunque sarei curioso di vedere l’area interessata il prossimo inverno con le prime piogge!”. Non meno taglienti ed arrabbiati i commenti al post di Pietrelli: “Io mi chiedo come il WWF possa collaborare ad una roba del genere. E questo voleva sbancare la sabbia anche su un pezzo di riserva?!” commenta Alessandro riferendosi alla riserva di Torre Flavia, la location che era stata scriteriatamente scelta da Jovanotti in precedenza e poi “graziata” anche grazie alla strenua opposizione delle associazioni ambientaliste. “Sistemare non deve significare distruggere l’habitat di altre specie viventi al fine di rendere l’area fruibile ai soli esseri umani” commenta Nicoletta. “Troppi soldi in ballo per pensare al povero Fratino e alla sua spiaggia! A Ladispoli ancora si mordono le mani per i soldi persi, mentre Cerveteri zitta zitta ne ha approfittato senza badar a nessuno” afferma Claudio. “Sono seriamente preoccupata come



1968
crida



CENTRO RECUPERI INDUSTRIALI

DEMOLIZIONI AUTO

RICAMBI AUTO NUOVI E USATI

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

Pasquale **335.1419426**

Nicola **335.1419424**

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



la maggior parte dei residenti di questa zona.” Ed ancora “Il Ministro dell’Ambiente perché tace? È uno scempio nazionale”. “Lasciare la spiaggia migliore di come l’hanno trovata? Nella assoluta convinzione che la spiaggia sia soltanto un accumulo disordinato di un supporto inerte (la sabbia) da “disciplinare” come è disciplinato un campo da calcio. Ignoranza ed arroganza supreme!”

C’è anche chi invece vede con favore il cantiere, sostenendo che i lavori coinvolgono solo l’area che era utilizzata (impropriamente) come un parcheggio “Seriamente ora il parcheggio del lungo mare, con erbacce era per voi un’area naturale?”. **“Quello che alcuni credono essere un prato di scarso valore, - replica F. D. - in realtà è un cuscinetto costiero e le erbacce sono flora costiera e serve a non far “mangiare” dal vento e dall’acqua la costa. Ora che hanno fatto quella spianata succederà un casino. Quando poverà quelle buche ricoperte saranno peggio delle sabbie mobili, come è successo qualche settimana fa che sono rimasti impantanati perché la terra/sabbia non è una duna nè un prato più solido”**
“UNA PIANTA DI PANCAZIO NON FA UNA DUNA”

“Se una rondine non fa primavera, - afferma Loris Pietrelli, per spiegare il valore dell’area che stiamo sacrificando - una pianta di pancrazio (Panicum maritimum, pianta tutelata nella regione Lazio) ed un ciuffo di Ammophila (Ammophila arenaria) non fanno una duna. Tanto per la cronaca si tratta di specie caratteristiche degli habitat tutelati dalla Dir. 43/92/CEE 2110 - Dune mobili embrionali e

2210 - Dune fisse del litorale del Crucianellion maritimae).

In sostanza, quindi, qui (sul litorale di campo di Mare) fino a ieri c’era un embrione di duna che, se tutelato a dovere, poteva estendersi cambiando l’aspetto del sito. Al contrario, oggi c’è una spianata di sabbia, rimossa e riposizionata per livellare il suolo del JOVABEACH, sabbia che è destinata probabilmente a creare problemi di stabilità con le prime piogge invernali.

Facendo una media delle distanze, il cantiere attualmente è esteso 659x75=49425 m2. Ho escluso la spiaggia, altrimenti si arriverebbe a circa 89000 m2 comprensivi dei due stabilimenti balneari. Facendo inoltre una media (30 cm) dello strato di materiale inerte rimosso e posizionato si arriva ad una stima di circa 15000 metri cubi di sabbia spostata da una parte all’altra del cantiere.
SUMMER CIRCUS VILLAGE: UN DIVERTIFICIO A POCHI METRI DALLA RISERVA

Nel frattempo il comune di Cerveteri sta organizzando il Summer Circus Village, un preludio al JOVABEACH. Può essere questo il destino di quell’area? Un Circo permanente, un DIVERTIFICIO a pochi metri dal Monumento Naturale di Torre Flavia dove tranquillità e silenzio dovrebbero garantire la permanenza delle specie”.

Una riflessione corre d’obbligo: depredare un territorio delle sue dune e della sua vegetazione spontanea (definita dagli ignoranti “erbacce”), sacrificare ecosistemi, stravolgere tratti di litorale, per ospitare un evento di pochi giorni, che porterà molti soldi nelle tasche di pochissimi, è davvero cosa buona e giusta?

Tabaccheria Fazio L.

APERTI ANCHE LA DOMENICA MATTINA

since 1988

ARTICOLI PER FUMATORI - RICARICHE - BIGLIETTI E ABBONAMENTI - WESTERN UNION - PAGAMENTO BOLLETTE

DAL 6 LUGLIO



SCONTI DAL 20% AL 70% SU BORSE, PORTAFOGLI ARTICOLI PER FUMATORI



VIA FONTANA MORELLA, 59 - CERVETERI (ROMA) TEL. 06 9941204



SPERIAMO DI SALVARE I CINQUE ALBERI DI TAMERICE TRAPIANTATI NELLA PALUDE DI TORRE FLAVIA

L'ingresso dell'area protetta della Palude di Torre Flavia a Campo di Mare si arricchisce di nuove alberature. Sono state ultimate infatti le operazioni di piantumazione di cinque nuovi alberi di tamerice, che andranno da impreziosire notevolmente quello che a tutti gli effetti è un patrimonio naturalistico di estremo valore che con un lavoro sinergico tra l'Assessorato alle Politiche Ambientali del Comune di Cerveteri, Città Metropolitana di Roma Capitale, ARSIAL e associazioni di volontariato ambientalistico e naturalistico si sta valorizzando e promuovendo in particolar modo tra giovani e scolaresche. "Si tratta di cinque alberi già esistenti a Campo

di Mare, precisamente vicino alla spiaggia dell'Associazione Nautica, quest'estate spostatasi più a Nord - dichiara l'assessora alle Politiche Ambientali, Elena Gubetti - grazie alla disponibilità del Presidente della Nautica, Celso Caferrri, e di tutto il Direttivo dell'Associazione, abbiamo recuperato questi alberi e li abbiamo riposizionati in una zona naturalistica come la Palude, con la speranza di riconsegnarli a nuova vita e a nuove fioriture.

Continueremo a lavorare su quest'area, certi che il suo rilancio e la sua tutela possano rappresentare un punto di forza per la nostra costa e il nostro lungomare".

ANCHE LIPU CONTRO JOVANOTTI

LA LEGA ITALIANA PER LA PROTEZIONE DEGLI UCCELLI CHIEDE DI ANNULLARE LE DATE DEGLI EVENTI

12

Il tour di Jovanotti non piace neanche alla Lega Italiana per la protezione degli uccelli (Lipu) che è così preoccupata da aver chiesto agli organizzatori di annullare le date degli eventi che si svolgeranno nei siti più delicati.

«Le imponenti strutture necessarie allo svolgimento dei concerti, le opere propedeutiche e le decine di migliaia di persone che popoleranno ogni evento rappresentano problemi oggettivi che non possono lasciare insensibili gli organizzatori del tour e lo stesso Jovanotti. Si è ancora in tempo per rinunciare alle date più impattanti e aumentare le attenzioni per tutte le altre»

Gli ecosistemi più a rischio sarebbero quelli di Vasto e del Lido degli Estensi, località balneare in provincia di Ferrara. La Lipu esprime preoccupazione anche per il concerto previsto in Lazio, a Campo di Mare, in cui sono in atto interventi aggressivi e destabilizzanti dell'ambiente costiero.

"Quest'anno siamo ancora in periodo di nidificazione per molte specie animali -dichiara Marco Gustin,

responsabile Specie e ricerca della Lipu - che, come il fratino e la tartaruga marina, trovano negli arenili e nelle dune lungo le spiagge il loro unico habitat riproduttivo. Per questa ragione, e considerando che a luglio la nidificazione di queste e altre specie è in una fase ancora molto attiva, il tour rappresenta un motivo di preoccupazione che deve spingere gli organizzatori alla massima attenzione, soprattutto nei riguardi della messa in sicurezza totale degli ambienti sensibili, a cominciare dalle dune e dalla loro vegetazione più preziosa. E' quindi necessario anche un surplus di vigilanza, prima, durante e dopo gli eventi».

Lapidario Danilo Selvaggi, direttore generale della Lipu: «**Jovanotti può suonare sulle spiagge ma il fratino non può nidificare nei palasport: se non si coglie questa asimmetria, applicabile a molti altri casi di pressione antropica, non si capisce il dramma che in generale la natura sta vivendo e la richiesta di aiuto che in mille modi ci invia, alla quale davvero nessuno può più sottrarsi**».



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

www.immobiliareciavarella.com

SPECIALE CASA AL MARE

LADISPOLI CENTRALE

Esposizione panoramica e luminosa
bilocale di 70 mq con due balconi
a due passi dalla spiaggia e dal centro

€ 119.000
TRATTABILI



LADISPOLI LUNGOMARE CENTRALE

Attico di ampia metratura
con eccezionale vista panoramica sul mare
terrazzo di 60 mq

€ 145.000
TRATTABILI



CONTATTACI PER LA VALUTAZIONE GRATUITA DEL TUO IMMOBILE

Via Ladislao Odascalchi, 109
Ladispoli (Rm)

06 99 13 797
349 66 33 199

www.immobiliareciavarella.com
immobiliareciavarella@alice.it



A CAMPO DI MARE DAL 12 LUGLIO ARRIVA SUMMER CIRCUS VILLAGE

14

A Campo di Mare l'estate entra nel vivo ed arriva il Summer Circus Village. Con cinque giorni di spettacoli, stand gastronomici, attrattive per bambini e famiglie promossi da Associazione Commercianti Cerveteri.

Il Lungomare di Cerveteri si trasformerà dunque in una straordinaria arena spettacoli a due passi dal mare. Tra le attrattive principali, oltre ai concerti e agli show serali, l'area bimbi, esibizioni sportive e come in un grandissimo Parco dei divertimenti, uscite in mongolfiera e sulla ruota panoramica. "Il Jova Beach Party è pronto a far divertire la nostra città e a trasformarla nel punto di ritrovo per tutti i fan del grande Lorenzo Jovanotti - spiega Pascucci - un evento grande, imponente, per il quale ci siamo però fatti trovare pronti, lavorando in stretto contatto con gli organizzatori e con le Forze dell'Ordine, che ci hanno fornito preziosi consigli su come riuscire a coniugare il grande spettacolo alla tutela del territorio e della sicurezza di tutti.

A far da cornice al Jova Beach Party, una ulteriore novità assoluta per Cerveteri e per Campo di Mare soprattutto. Per la prima volta, grazie al tessuto economico di Cerveteri, rappresentato dall'Associazione Commercianti, sul lungomare, a due passi dal mare, avremo un vero e proprio

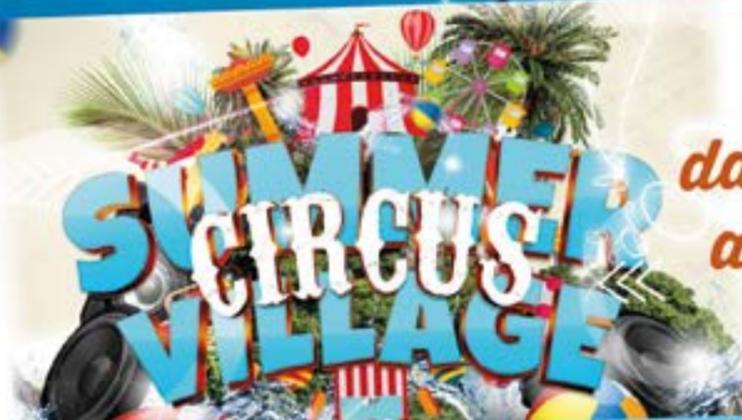
villaggio. Cinque giorni tra iniziative, stand e molto altro. I miei complimenti e ringraziamenti vanno a tutta ASCOM e il mio invito a cittadini e famiglie di tutto il Litorale, di venirci a trovare e trascorrere le sere d'estate aspettando insieme a noi l'arrivo di Jovanotti".

Venerdì 12 luglio alle 21.30 il primo grande appuntamento del Summer Circus Village. Alle 21.30, dopo il successo primaverile al Parco della Legnara, torna l'Orchestraccia, band romana che riproporrà in chiave rock storici brani della tradizione romana, poesie e versi.

Sabato 13 luglio la Radio si fa a Campo di Mare. Dalle 17.00 Radio Globo, una delle emittenti radiofoniche più seguite in Italia trasmette dal lungomare di Cerveteri. Dalle ore 21.00, Radio Globo Dj Set - Summer Festival, con la voce di Andrea Torre.

Domenica 14 luglio un'ondata di colori al Summer Circus Village. Dalle 19.00, Holi Festival - Saluto al Sole, vere e proprie cannonate di colore, tutte rigorosamente atossiche, pronte ad esplodere e a far divertire famiglie e ragazzi.

Lunedì 15 luglio, dalle ore 19.00, aperitivo vicino al mare e DJ Set. Ogni giorno inoltre, a partire dalle ore 18.00 esibizioni sportive di skate e in seconda serata DJ SET.



*Vi Aspettiamo
da venerdì 12 luglio
a martedì 16 luglio
Campo di Mare*



CAERELANDIA DIVENTA PARCO MARCO VANNINI

L'AREA GIOCHI PER BAMBINI DI MARINA DI CERVETERI SARÀ INTITOLATA
ALLA MEMORIA DEL RAGAZZO DI 20 ANNI UCCISO A LADISPOLI

Un segnale forte e chiaro per ricordare che nessuno a Cerveteri, e nel litorale, abbassa la guardia nella vicenda della morte di Marco Vannini. Un gesto simbolico ma di grande valenza che, insieme alle tante iniziative lanciate da amministrazioni, associazioni e semplici cittadini, rammenta che si attende con ansia di veder fatta giustizia per la famiglia dello sventurato ventenne di Cerveteri ucciso in una villetta di Ladispoli. La notizia è che l'area verde di Largo Tuchulcha, conosciuta per anno come Caerelandia, diventerà Parco Marco Vannini. Lo ha annunciato il sindaco Alessio Pascucci in occasione della riapertura al pubblico dello spazio verde di Marina di Cerveteri.

“Entro l'estate ci sarà un nuovo parco attrezzato, che per noi sarà dedicato a Marco Vannini – ha annunciato il sindaco – in accordo con i familiari del ragazzo abbiamo deciso di pensare questo giardino come un luogo di gioco e sorrisi per i bambini e le famiglie. Con il ricordo sempre vivo nel cuore, di quel ragazzo di appena 20 anni strappato alla vita e all'amore dei suoi cari in una maniera così violenta e ingiusta. Stiamo iniziando in queste ore tutte le procedure per arrivare all'intitolazione ufficiale, nel frattempo, installeremo comunque una targa in ricordo all'ingresso di quello che per noi da oggi sarà Parco Marco Vannini”. La restituzione dello spazio verde di Marina di Cerveteri ha permesso al primo cittadino di togliersi qualche sassolino dalla scarpa in una vicenda che si è trascinata per anni a colpi di carte bollate e polemiche, culminate perfino con l'arrivo di Striscia la notizia. “Dopo non poche difficoltà, abbiamo restituito questo meraviglioso parco alla città e alle famiglie

di Cerenova e di Cerveteri tutta – continua Pascucci – uno spazio che per tanti anni è stato gestito in maniera scellerata da una società privata che non ha mai rispettato la convenzione stipulata con il Comune, portando avanti attività nel suo interesse privato a scapito della collettività e dal 2012 non ha pagato quanto dovuto per l'utilizzo delle aree. Ma il fatto più triste di tutta questa vicenda, brutalmente strumentalizzata dalle opposizioni due anni fa, è avvenuto quando la convenzione è stata revocata e i gestori, invece di lasciarlo in buone condizioni, mantenendo le opere migliorative così come previsto, hanno abbandonato l'area verde, portando via i giochi che invece secondo la convenzione avrebbero dovuto lasciare alla collettività, rimuovendo il cancello di protezione di accesso all'area e lasciando una notevole quantità di materiali inerti tra cui i viottoli in cemento sollevati da terra oltre a pezzi di vecchi giochi. Perciò il Comune, prima di poter riaprire il parco, ha dovuto provvedere anche alla bonifica dell'area, una pulizia che ha richiesto tempo e denaro dei cittadini per circa 80 mila euro, eseguiti in danno alla società, per la rimozione e conferimento dei materiali, per la pulizia e la bonifica degli spazi. Di recente Pascucci ha effettuato un sopralluogo anche nell'altra area verde di Cerveteri, quella di via Oscar Romero conosciuta come Parco Fürstenfeldbruck, rilasciata alcuni giorni fa dal privato che lo teneva in gestione per scadenza dei termini della convenzione e dunque rientrato a pieno titolo sotto la tutela dell'ente. Anche questa area verde è già aperta, perfettamente fruibile e anch'essa gestita dalla Protezione Civile di Cerveteri.

PNEUS CAR

di Giacobbe
CENTRO REVISIONI e AUTOFFICINA



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

**TEMPO DI PARTENZE
E DI CONTROLLI PER LA TUA AUTO**

**PROMO TAGLIANDO
ESTATE 2019**

€ 120,00

COMPRESO DI: OLIO MOTORE + FILTRO OLIO + FILTRO ARIA

**RICONOSCI LA TUA AUTO?
CHIAMACI PER BLOCCARE L'OFFERTA**



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



ROCCO PAPALEO E GIANCARLO GIANNINI PER I 15 ANNI DI UNESCO

FINO A SETTEMBRE LA NECROPOLI DELLA BANDITACCIA DIVENTERÀ UN'ARENA DI GRANDE MUSICA E TEATRO CON SPETTACOLI ANCHE DI SERGIO CAMMARIERE E MICOL ARPA

Cerveteri festeggia 15 anni dall'entrata nella lista Patrimonio Mondiale dell'UNESCO. E lo fa con uno straordinario programma di eventi all'interno della suggestiva cornice della Necropoli Etrusca della Banditaccia, che per tutta l'estate si trasformerà in una meravigliosa arena all'aperto con artisti di fama internazionale della musica e del teatro. Davvero grandi nomi quelli che sbarcheranno nella città etrusca per celebrare un evento epocale. Si chiama "Immaginario Etrusco", la rassegna inserita all'interno del progetto di "ArtCity", il cartellone messo a punto dal Polo Museale del Lazio insieme all'Assessorato alla Promozione e Sviluppo Sostenibile del Territorio del Comune di Cerveteri, che per tutta l'Estate 2019 trasformerà il Sito UNESCO della Necropoli della Banditaccia in un luogo di arte e cultura di elevatissimo pregio. "Un ricco programma di spettacoli di musica, teatro e visite guidate a tema di qualità assoluta che rende onore ai primi 15 anni dall'iscrizione nell'UNESCO - ha dichiarato Lorenzo Croci, Assessore alla Promozione e Sviluppo Sostenibile del Territorio del Comune di Cerveteri - sarà possibile scoprire e vivere la magia dei luoghi della nostra storia e della nostra cultura, tra le profonde note del jazz e i versi e le strofe recitate da icone internazionali del cinema e del teatro. Immaginario Etrusco è solo una piccola parte del programma, davvero ricco di eventi e di nomi celebri, che quest'estate animerà le serate di

Cerveteri e delle sue Frazioni. Un calendario che sarà presentato in maniera più dettagliata nei prossimi giorni dall'Assessore alle Politiche Culturali Federica Battafarano, che ringrazio per la collaborazione" "Finalmente dopo l'enorme lavoro fatto in questi anni per rilanciare la Necropoli partiamo con un programma straordinario. Siamo convinti che il turismo, la cultura e l'economia della nostra città possano ripartire soltanto da qui. E vogliamo trasformare questo appuntamento in un evento annuale - ha dichiarato Alessio Pascucci, Sindaco di Cerveteri - Nelle ultime settimane, grazie al lavoro degli Assessori Lorenzo Croci e Federica Battafarano, ma soprattutto grazie alla straordinaria disponibilità e sensibilità da parte del Polo Museale del Lazio, siamo riusciti ad allestire un cartellone di eventi di livello assoluto. Ci tengo pertanto a ringraziare personalmente la Direttrice del Polo, Dottoressa Edith Gabrielli, e l'Architetto Marina Cogotti, per il grande lavoro svolto". Ad aprire la rassegna giovedì 4 luglio è stato Sergio Cammariere, musicista, interprete di rara e raffinata intensità espressiva, che ha nella sua anima l'eco delle note dei maestri del jazz, i ritmi latini e sudamericani, la musica classica e lo stile della grande scuola cantautorale italiana. Venerdì 5 luglio spazio ad un volto nuovo del panorama musicale italiano, ma già nota per la sua originalità e capacità di intrattenimento sul palcoscenico: Micol Arpa. Unica arpista rock sulla scena Internazionale, è riuscita a contaminare uno



strumento antico come l'arpa con la musica rock e a farsi apprezzare nell'ambiente musicale per i suoi particolari arrangiamenti di brani che hanno fatto la storia del rock: dai Led Zeppelin ai Nirvana, Genesis, David Bowie, dai Pink Floyd a Bruce Springsteen. Sabato 6 luglio una particolare riproposizione in chiave jazz di 'Novecento', opera di Alessandro Baricco. Domenica 7, chiude il primo fine settimana di eventi alla Necropoli della Banditaccia, lo spettacolo teatrale "Opera Pia", a cura dell'Associazione Margot Theatre. Venerdì 19 luglio a salire sul prestigioso palcoscenico della Necropoli Etrusca della Banditaccia, un mostro sacro del cinema e del teatro italiano: Giancarlo Giannini, accompagnato dal Marco Zurzolo Quartet, porta in scena "Parole Note". Ad agosto un nuovo imperdibile appuntamento. Ad esibirsi, un altro big dello spettacolo italiano. Sabato 3 agosto, in scena Rocco Papaleo. Giovedì 8 agosto si celebrano i 90anni del simbolo italiano nel mondo: l'Ensemble Synfony Orchestra, presenta The Legend of Morricone, una serata omaggio al genio di Ennio Morricone. Ancora appuntamenti nel mese di settembre, quando la Necropoli della Banditaccia diventerà il regno del grande Jazz internazionale. Venerdì 6 settembre, ad esibirsi Daniel Mille e Gregoire Korniluk, seguiti dallo Jacopo Ferrazza ensemble con Camille Bertault. Sabato 7 settembre, Pascal Contet e Daniele Roccato e a seguire Franco D'Andrea Trio New Thing. Tutti artisti di fama internazionale nel mondo del jazz, che chiuderanno così il ciclo di grandi eventi serali della Necropoli Etrusca della Banditaccia. Tutti gli spettacoli hanno inizio alle ore 21.00. Ingresso con biglietto, a soli 6 euro, ovvero il costo dell'ingresso alla Necropoli. I posti saranno disponibili fino ad esaurimento. Per ogni informazione, contattare il numero 069940001.



SEGUICI SU  **FERRI CARNI**

Via Sergio Angelucci, 5 - Cerenova - Cerveteri
paolofrancesco@inwind.it - Tel/Fax 06 9904388

DOPO 9 ANNI L'ACQUA TORNA POTABILE A I TERZI

REVOCATA L'ORDINANZA DEL 2010 CHE VIETAVA IL CONSUMO UMANO NELLA FRAZIONE RURALE, L'APPROVVIGIONAMENTO ARRIVERÀ DA UN ALTRO ACQUEDOTTO

S spesso si esagera con gli aggettivi celebrativi, però in questo caso possiamo veramente parlare di evento storico. Ovvero, che nella frazione del Terzi, l'acqua è tornata ad essere potabile dopo nove anni. Il Comune infatti annullerà l'ordinanza di non potabilità firmata nel 2010 e l'acqua potabile tornerà ufficialmente nella località rurale di Cerveteri. La Asl, su richiesta dell'amministrazione, ha inviato le analisi effettuate sull'acqua della frazione dall'Arpa Lazio, confermandone la potabilità e autorizzando il sindaco di fatto a revocare l'ordinanza n.53 del 21 dicembre 2010. "Nessuno si era mai preoccupato dell'approvvigionamento idrico de I Terzi - commenta Pascucci - e, quando sono iniziati i lavori di Acea e Arsiar per la realizzazione dell'acquedotto di Tragliatella, abbiamo chiesto e ottenuto di inserire in tale progetto la tratta per portare la rete idrica anche alla nostra frazione, garantendo l'alimentazione dei serbatoi I Terzi e Spanora. In attesa del completamento dei lavori, sin dal 2014, abbiamo attivato il dearsenificatore pubblico de I Terzi, ma non ci siamo mai fermati fino a che non abbiamo raggiunto il risultato di garantire l'approvvigionamento attraverso il nuovo acquedotto. Un impegno serio e preciso preso con

la cittadinanza del nostro piccolo borgo, che ha avuto un lungo e faticoso iter, ma che ha portato al raggiungimento di questo traguardo davvero storico per la frazione che, nella sua storia, non aveva mai avuto il riconoscimento ufficiale della potabilità dell'acqua. I campionamenti effettuati dall'Arpa Lazio lo scorso maggio, trasmessoci dalla Asl hanno certificato che l'acqua è conforme ai parametri per la potabilità e l'uso umano. Al mio insediamento da sindaco, avvenuto nel 2012, avevo garantito alla collettività il massimo dell'impegno mio e dell'amministrazione comunale. Oggi possiamo finalmente annunciare che anche la frazione de I Terzi, grazie ad un lavoro sinergico, costante, tra Amministrazione, Acea Ato 2 E ARSIAR, avrà così come tutto il resto di Cerveteri l'acqua potabile con la revoca dell'ordinanza che da anni ne impediva l'utilizzo. Già sei mesi fa avevamo annunciato che mancava l'ultimo step prima dell'arrivo dell'acqua potabile nella frazione e avevamo garantito che entro l'estate sarebbe arrivata. Era il mese di Gennaio, infatti, quando Acea Ato 2 aveva iniziato ad immettere l'acqua del Peschiera, la stessa di tutto il resto della città, all'interno della nuova rete. Abbiamo mantenuto la promessa e portato a termine l'iter entro l'estate".

20

Cerveteri

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

Tabaccheria CATALDI
BIGLIETTI COTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI

Sisal, TAM, WIND, SKY, and other logos are visible.



PIÙ ACQUISTI, MENO PAGHI.

La parola è nostra, il prodotto è REER.



REER

Una vasta gamma di lampadine ad un **PREZZO INCREDBILE. A partire da €1,20 a lampadina, se acquistate in confezioni da 10.**

Via Aurelia Km. 40 - 00055 Ladispoli (RM) - Tel. 069947405 - E-mail: info@edaurelia.it
Orario: dal lunedì al venerdì 8:00-13:00 / 15:00-19:00 - sabato 8:00-13:00

www.edaurelia.it

Visita la nostra e-commerce e metti un like alla nostra pagina FB.

MAI PIÙ PLASTICA DURANTE LE ATTIVITÀ SPORTIVE

IL COMUNE LANCIA UNA CAMPAGNA PER INCENTIVARE L'USO DELLE BORRACCE DA PARTE DELLE SOCIETÀ E DEGLI AMATORI

Lo sport libero dalla plastica, questo il nome dell'iniziativa che invita ad abbandonare la plastica monouso nelle palestre e nei campi sportivi, ideata dall'assessorato all'ambiente in collaborazione con Loredana Ricci, presidente del G.S. Cerveteri Runners. La battaglia portata avanti dall'Amministrazione del Comune per la riduzione della plastica ha oggi dei grandi alleati, tutti gli atleti del gruppo sportivo Cerveteri Runners.

"In piena sintonia con l'educazione ambientale che stiamo cercando di diffondere nella comunità attraverso ogni possibile mezzo - dichiara l'assessore all'ambiente Elena Gubetti - per la tutela e sicurezza del nostro ambiente e del nostro mare, da oggi gli atleti del gruppo sportivo Cerveteri Runners utilizzeranno solo boracce personali, eliminando le plastiche monouso, principali responsabili del problema delle microplastiche oramai presenti anche nel cibo. Un'iniziativa che è l'ennesima dimostrazione, dopo l'ordinanza per il divieto dell'uso della plastica in spiaggia, della sensibilità della nostra amministrazione sul tema del rispetto ambientale. Nella campagna saranno coinvolti

decine di ragazzi e atleti del nostro territorio e, grazie allo sport, li renderemo consapevoli di quanto i piccoli gesti quotidiani, come l'uso di una borraccia invece delle bottigliette in PET, possano cambiare la nostra vita. Per noi è un grande onore perché attraverso questa iniziativa veicoleremo l'importantissimo messaggio di amore per lo sport, così come per l'ambiente che ci circonda. Invitiamo pertanto tutte le società sportive della nostra città e dei comuni limitrofi ad aderire al progetto coinvolgendo i propri atleti e iscritti. Le società aderenti riceveranno un attestato di società sportiva Plastic Free e nelle prossime settimane predisporremo un logo che verrà esposto nei locali sportivi che aderiranno all'iniziativa. Vogliamo coinvolgere più realtà e atleti possibili per promuovere dei comportamenti sostenibili che portino a un risparmio di plastiche monouso sempre maggiore, con risvolti positivi per l'ambiente e per la tutela del nostro territorio". L'iniziativa è molto importante, la speranza è che anche altre realtà sportive ed associazioni possano seguire questo esempio che rappresenta un passo importante per la tutela dell'ambiente che ci circonda.



Via Fiume, 67 Ladispoli - Tel. 06 9914 4577

Offerte valide dal 27 Giugno al 13 Luglio 2019
salvo esaurimento scorte
(immagini e prezzi validi salvo errori e/o omissioni)

GRANDI MAGAZZINI ITALIANI DAL 1982
il numero 1 del risparmio

Offerte SALVA SPESA

1.59 VERNEL ammorbidente ass. 40 lavaggi - L. 3 - 1L 0,33

0.49 VIDAL doccia ass. ml 250 - 1L 1,98

0.39 DEFEND saponi ass. ml 75 - 1L 5,20

39.90 PISCINA FAST SET cm 244x66 2300 litri con pompa filtro e carabaccia

44.00 LETTINO mare alluminio

99.00 NORDMENDE TV color 24"

OGNI 30 EURO DI SPESA CON IL CONTRIBUTO DI **1€uro** riceverai un CONTENITORE PORTA PRANZO a scelta

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

Tutti al mare!

OFFERTISSIME

Tutti al mare!

CM 102X90X109H

55.00

PISCINA FAST SET cm 308x78 537 litri con pompa filtro e carucola **69.00** **POMPA E FILTRO INCLUSI!**

PISCINA FAST SET cm 205x75 363 litri con pompa filtro e carucola **55.00** **POMPA E FILTRO INCLUSI!**

PISCINA FAST SET cm 184x66 230 litri con pompa filtro e carucola **39.90** **POMPA E FILTRO INCLUSI!**

PISCINA FAST SET cm 158x51 112 litri **18.80**

PISCINA SUMMER 3 anelli con fondo gonfiabile cm 102x25 **4.49**

PISCINA BABY con fondo gonfiabile cm 64x25 **2.99**

STUOIA MARE BORSETTA COVER cm 70x130 **2.49**

POLTRONA DESIGNER con schienale e portabicchieri cm 111x84 **5.90**

MATERASSINO 18 buchi con fondello cm 138x171 **4.90**

MATERASSINO antiscivolo cm 213x99 **4.90**

SALVAGENTE CON TESTA ELEFANTE cm 11x11 **5.99**

SALVAGENTE UNICORNO cm 136x131 **5.99**

BRACCIOI Sweet Sale **0.99**

SALVAGENTE MANTONA cm 60 **3.99**

PISCINA FAST SET cm 144x66 230 litri con pompa filtro e carucola **5.99**

CAVALCABILE POP STRUZZO cm 150x68 **19.90**

CAVALCABILE SQUALO con maniglie cm 183x112 **6.99**

CAVALCABILE TARTARUGA con maniglie cm 140x140 **6.99**

PISCINA JUNGLA con fondo gonfiabile e copertura protezione UV cm 99x147 **9.90**

TELO MARE Nazario Gabrielli **6.99**

CARAPONE cm 61x60 **13.99**

SPAGNINA COVER REAL Anas cm 3 posizioni **15.90**

LETTO COVER Anas cm 187x102 4 colori **16.90**

SPAGNINA COVER Anas cm 3 posizioni **6.99**

SEDIA RELAX cm 125x58x70 **18.80**

SPAGNINA cm 105x60 **15.90**

POLTRONA RELAX cm 125x58x70 **25.99**

SEDIA RELAX cm 125x58x70 **28.80**

BORSA MARE cm 46x32 **3.99**

OMERELLONE Poliestere 200 cm 180 **3.99**

OMBRELLONE DUPLEX cm 200 **9.90**

LOL SURPRISE! **bingo Live** **GORMITI** **MINNIE** **SPIDER-MAN** **FROZEN**

TELO MARE cm 100x150 **5.99**

PONCHO cm 100x150 **4.99**

INFRADITO cm 100x150 **3.30**

TELO MARE cm 100x150 **3.99**

BORSA FRIGO cm 20x20 **1.99**

CAPPELLO cm 55x55 **3.30**

OCCHIALI DA SOLE cm 14x14 **4.90**

OCCHIALI DA SOLE cm 14x14 **3.30**

TRACOLLA cm 100x150 **5.99**

TRASVERSALE cm 100x150 **5.99**

BORRACCIA ALLUMINIO cm 20x20 **3.59**

GIABATTINE cm 20x20 **2.99**

FLIP FLOP cm 20x20 **1.99**

LADISPOLI - Via Via Glasgow, 60 - ANGUILLARA - Via Giolitti, 3
CERVETERI - Via Largo Almunecar, 20 - BRACCIANO - Via Arturo Perugini snc
 Offerte valide dal 27 Giugno al 13 Luglio 2019
 salvo esaurimento scorte

GIARDINO

ELETRICO
RASAERBA ELETRICO 1300W 36.99
TAGLIASIEPI ELETRICO 500W 24.99
TAGLIABORDI 19.90
BORSA 0.79
TUBO retrattile PVC 4.90 / 6.99
MAURY'S forbice da giardino 5.99
MAURY'S forbice da potatura 2.69
MAURY'S forbice da potatura 1.99
MAURY'S forbice da potatura 2.69
MAURY'S forbice da potatura 2.88
MAURY'S forbice da potatura 1.99
MAURY'S forbice da potatura 1.49
MAURY'S forbice da potatura 1.49
SUPPORTO PER TUBO DA GIARDINO 0.99
TUBO GIARDINO 6.99
ROTOLO SIEPE ARTIFICIALE 16.90
MAURY'S zerbino in gomma 1.99
MAURY'S pattumiera 6.99 / 31
MAURY'S pattumiera 10.99
BORSA TERMICA POIS 5.50 / 6.49 / 6.90 / 5.99 / 2.99 / 2.49 / 3.99 / 1.99
BORSA TERMICA POLAR 3.39 / 3.99 / 1.99 / 2.99 / 1.49
MAURY'S PORTA VASO ASSORTITI 33% SCONTO ALLE CASSE

LADISPOLI - Via Glasgow, 60 - ANGUILLARA - Via Giolitti, 3
 CERVETERI - Largo Almunecar, 20 - BRACCIANO - Via Arturo Perugini snc
 Offerte valide dal 27 Giugno al 13 Luglio 2019
 salvo esaurimento scorte

NOVANTA ANNI DI GRANDI GIOIE E PROFONDE AMAREZZE

IL CERVETERI CALCIO FESTEGGIA IL PRESTIGIOSO TRAGUARDO DI UNA SPLENDIDA AVVENTURA INIZIATA NEL LONTANO 1929

I Cerveteri Calcio compie 90 anni. Una storia lunga, costellata di gioie e dolori, scritta da personaggi che hanno lasciato una impronta indelebile nella memoria sportiva della città. Fede e tifo, un legame indissolubile. Storie di altri tempi, racconti di vita racchiusi in 90 anni, quelli che compie il calcio a Cerveteri. E' il 1929 quando fu fondata l'Associazione Sportiva Cerveteri, un club nato per mano di un gruppo di amici. La città si prepara a vivere un compleanno importante, una festa che è la rivisitazione delle tappe più significative e memorabili. Intorno al calcio cresce un paese figlio degli etruschi, si cementa la filiera della cerveteranità, una passione per la quale la gente andava fiera. Le tappe indimenticabili sono molte, belle o meno. Ad inizio anni ottanta si registra il primo grande successo, la vittoria contro il Mentana sul neutro di Bracciano che vale il salto in Promozione dove tra alti e bassi i verde azzurri vi rimarranno sino a fine anni ottanta. Negli anni novanta Cerveteri raggiunge l'apice ottenendo la serie C2, nello spareggio finale del 26 maggio del 1991 contro il Giorgione. Epocale fu la radiocronaca diretta della gara effettuata dal nostro direttore Gianni Palmieri sull'emittente Rta Tele Agylla che tenne inchiodate migliaia di persone davanti al televisore. Il Cerveteri a Castelfranco Veneto strappò in dieci uomini un eroico pareggio, stesso risultato nella partita di ritorno allo stadio Galli e vittoria ai calci di rigore. L'anno dopo ottenne una salvezza insperata, il 19 luglio negli spareggi di Terni contro Valdagno e Teramo. La finale contro gli abruzzesi fu vinta per 2 a 1, nella città umbra salirono 2500 tifosi. Lo stadio era una pentola a pressione, si spostò un fiume umano sull'E45, auto e pullman per inseguire un sogno che si trasformò in un incubo nel 1994 quando la società fu esclusa dai professionisti. Nella storia di questo club,

oggi in Promozione con la denominazione Città di Cerveteri, ci sono personaggi e simboli da elencare. Gli allenatori più famosi sono il compianto Dioniso Arce e Vincenzo Ceripa, l'artefice del raggiungimento della serie C2. "Da cerveterano vincere da allenatore è il massimo che ti possa capitare - dice Ceripa - di questi 90 anni la metà li ho vissuti sia da giocatore e poi da tecnico. Ecco, posso dire che il calcio come si viveva a Cerveteri era particolare. Una città piena di ideali, di orgoglio e passione. Ogni tanto osservo le foto dello spareggio con il Giorgione e quello con il Teramo e ancora oggi riesco a provare delle sensazioni positive". Altro simbolo, un giocatore che a distanza di 27 anni è nel cuore dei tifosi, è Alessandro Cordelli. I tifosi lo chiamavano "Lupo", e allora gli intonavano i cori sulle note della celebre canzone di Lucio Dalla. "I momenti più emozionanti della mia carriera li ho vissuti a Cerveteri, dove sono riuscito ad attirare la passione dei tifosi - ricorda Cordelli- ancora oggi quando mi capita di ritornarci la gente mi saluta, mi abbraccia e devo ammettere che dentro di me ho delle vibrazioni. Ho trascorso dei periodi stupendi, ho conosciuto persone fantastiche. Spero tanto che un giorno ritornino a giocare in campionati che più lo competono. Io mi sento uno di loro e in questo periodo della mia vita che sono alla prese con qualche problema fisico non immaginate i messaggi di vicinanza che mi arrivano da Cerveteri". Passione, tifo e cerveteranità. I gruppi ultras hanno radici profonde, ad inizi anni70, precursori dei movimenti in Italia. Tra un anno compiranno 30 anni le Brigate, gruppo leader della tifoseria verdeazzurra, pionieri del tifo organizzato negli anni novanta. Ma intanto si pensa a celebrare il novantennale. E festa sia...

SOFIA TELCH AI CAMPIONATI MONDIALI DI POLE SPORT

L'ATLETA DI LADISPOLI A NOVEMBRE DIFENDERÀ
I COLORI DELL'ITALIA IN FINLANDIA NELLA CATEGORIA POSA

Per gli amici è solare e determinata, non disdegna i libri anche se la sua passione sono le fiction il cinema e la musica. Per molti è la ragazza acqua e sapone della porta accanto, eppure Sofia Telch, 26 anni, sarà uno dei fiori all'occhiello che rappresenterà l'Italia ai campionati mondiali di Pole Dance che si terranno a novembre in Finlandia. Ovvero una delle tante atlete da tutto il mondo che si contenderanno l'ambito podio. Per conoscerla meglio l'abbiamo raggiunta e l'abbiamo intervistata.

Chi è Sofia Telch? "Una ragazza semplice determinata come tutte le ragazze semplici di 26 anni ho una vita normale ma allo stesso tempo tutti i giorni mi reco in palestra per dedicarmi circa due, tre ore all'allenamento della disciplina che amo ovvero la pole dance".

Ci spieghi cos'è la Pole Dance?

"È una disciplina che ha iniziato a prendere piede in Italia negli ultimi anni. È un ramo della ginnastica artistica mista alla danza. Io mi dedico alla pole sport che è un altro ramo ancora di gare dove a predominare è la tecnica con un codice punteggiato; ci sono delle regole da seguire ed un articolato regolamento".

Come ti sei avvicinata alla Pole Dance? "Per gioco, per provare per curiosità poi è nata la passione grazie al fortunato incontro di una collega, Giulia Venanzoni, con la quale è nata una collaborazione attiva presso la palestra The Black Sheep di Ladispoli sita nella zona

artigianale. Infatti sin dai primi giorni in cui ci siamo conosciute abbiamo iniziato ad allenarci insieme e poi è nata questa passione forte tant'è che lavoriamo ed insegniamo insieme".

È stato il tuo primo sport? "No io vengo dal pattinaggio artistico. Un anno sono stata ferma, avevo bisogno di ritrovare la passione in qualcosa e questo qualcosa è stata la pole dance". **Cosa rappresenta per te questa disciplina?**

"In questo momento tutta la vita mia. Ci lavoro, mi ci alleno e sono stata rapita dalla sensazione di libertà, di leggerezza di volo che provo ogni qualvolta mi alleno con quello che è il protagonista di questo sport ovvero il palo utilizzato per le varie acrobazie".

Quando hai iniziato a crederci veramente? "È stato amore a prima vista e i traguardi raggiunti hanno alimentato questa mia grande passione".

Quando hai ottenuto i primi traguardi? "Nel 2014 mi sono classificata seconda nella categoria amatori, a livello nazionale. Nel 2017 ho vinto il Campionato Italiano nella categoria Professional; nel 2018 ho partecipato al contest nazionale Italian Pole Dance Contest aggiudicandomi il podio, ovvero il primo posto, per la miglior tecnica, mentre nel 2019 terza classificata Campioni Italiani nella categoria Elite".

Al di fuori delle palestre com'è visto questo sport? "I Primi anni, lo confesso, è stata dura. Tutti associavano questa disciplina ai night club invece,

negli ultimi anni c'è stata un'inversione di rotta grazie anche alla televisione che sta dando una propria identità a questa nuova disciplina sportiva. Tutti quanti stanno capendo che si tratta di un connubio tra la danza e la ginnastica artistica".

Come tutte le discipline sportive anche la Pole Dance apporta dei benefici alla salute? "Certo. A livello fisico tanti. Si acquisisce più flessibilità più forza e un maggiore controllo del corpo. A livello mentale ti fa stare bene in quanto ci sono sempre degli obiettivi da raggiungere quindi ad ogni lezione c'è sempre qualcosa di stimolante da imparare, ad ogni passo ci sono dei limiti da superare e traguardi da raggiungere compresa una grande attenzione".

Quanto è importante la costanza degli allenamenti? "Essendo uno sport a tutti gli effetti bisogna essere costanti negli allenamenti, se si vogliono raggiungere determinati traguardi. Un conto è allenarsi sporadicamente, fermo restando che anche allenandosi poco i risultati a livello di salute si registrano con una maggiore flessibilità e forza; è un vero e proprio potenziamento muscolare che potrebbe influire positivamente anche su eventuali situazioni osteoporodiche future. Si tratta di un allenamento efficace a tutti gli effetti. Invece se si vuole intraprendere l'attività agonistica il discorso cambia perché l'allenamento diventa metodico, quotidiano".

Cosa ci racconti del regime alimentare a riguardo? "Faccio un pochino fatica perché sono una golosona. Tuttavia se ho una gara divento ligia alle regole alimentari poi terminata la gara faccio prevalere il motto: *me lo merito* e mi tolgo qualche sfizio culinario".

Ti piace leggere? "Preferisco il cinema e le serie tv ascolto tanta musica e ho una forte passione per il mio cane con il quale faccio tante passeggiate all'aria aperta". **In tre aggettivi come ti definiresti?**

"Tre aggettivi sono pochi. E se per qualche amica cara è un piccolo elefante in una cristalleria, per tutti Sofia è una ragazza solare buona, determinata e costante".

Che ci racconti dell'amore? "Sono fidanzata da sette anni. Innamorata persa e convivo". **Prossimi traguardi?** "Rappresenterò, a fine novembre, l'Italia in Finlandia dove si terranno i campionati mondiali di Pole Sport POSA. Si tratta delle migliori atlete di tutto il mondo che si contenderanno l'ambito riconoscimento. Tre di queste atlete partiranno dall'Italia per aggiudicarsi il titolo mondiale di Pole Sport. Grazie a questi atleti, inoltre, che concorrono in queste tipologie di gare più diamo una impronta sportiva seria nel mondo della Pole Sport e Pole Dance in generale più acquisiamo consensi positivi dalle maestranze del Coni che ultimamente ha iniziato ad attenzionare questo nuovo settore per cercare di farlo diventare uno sport olimpionico; quindi più traguardi si raggiungono più il comitato olimpico osserva maggiori sono le prospettive di inserire questa disciplina nella rosa di quelle olimpiche". Oltre ad essere un'atleta è anche personal trainer certificata FIPE. Ci sarebbe tanto altro da raccontare su Sofia ma per adesso ci congediamo augurando un grande in bocca al lupo a Lei e alle sue colleghe. Ladispoli e l'Italia intera farà il tifo per voi giovani promesse sportive, orgoglio italiano.



CHIAMA SUBITO
Sopralluogo e Preventivo
GRATUITO



TENDE DA BALCONE

LADISPOLI
338 4356815
333 9106933
www.toptende.it

TENDE DA SOLE

TENDE DA BALCONE - MONTAGGIO COMPRESO

Larghezza	Altezza	PREZZO
ml 1	ml 2,50	€ 145,00
ml 2	ml 2,50	€ 180,00
ml 3	ml 2,50	€ 220,00
ml 4	ml 2,50	€ 270,00



Show Room Porte e Finestre

COSTRUZIONE E RISTRUTTURAZIONI EDILIZIE

-22% SOLO DA NOI
DI IVA



PORTA MICHELA BATTENTE

- NOCE LK40
- CILIEGIO CRUDO
- PALISSANDRO BIANCO
- PALISSANDRO BLU
- LARICE SABBIA

A PARTIRE DA € 210
(maniglia compresa)



**TENDE DA SOLE
TEMPOTEST**



ZANZARIERA A MOLLA
€ 60,00 FINO A 2MQ

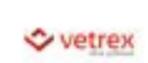


ZANZARIERA LATERALE
€ 80,00 FINO A 2MQ

PREZZI ESCLUSI DI MONTAGGIO

- SERVIZI MANUTENZIONE ANNUO
- PERGO TENDE
- PAVIMENTI
- PORTONI BLINDATI
- GRATE DI SICUREZZA
- PERSIANE BLINDATE
- PERSIANE IN ALLUMINIO
- INFISSI IN PVC-ALLUMINIO E LEGNO



Via Settevene Palo, 91/93 - CERVETERI (RM)
Tel. 06.83088606 - Cell. 324.6049163
rialportee finestre@gmail.com
www.rialportee finestre.com

"NON VEDO L'ORA DI INIZIARE A LAVORARE"



INTERVISTA A TUTTO CAMPO CON MICHELE ZEOLI, IL NUOVO ALLENATORE DELL'UNIONE SPORTIVA LADISPOLI, A POCHI GIORNI DALL'AVVIO DELLA STAGIONE CALCISTICA

Si è già messo al lavoro Michele Zeoli, il nuovo allenatore dell'Unione Sportiva Ladispoli, scelto dalla società per sostituire mister Cotroneo e condurre la squadra nel prossimo campionato di Serie D. Un tecnico preparato, 46enne, che, dopo aver collezionato un buonissimo passato da giocare in Serie B e Serie C, ha scelto di intraprendere da pochi anni la carriera di allenatore, ottenendo buoni risultati soprattutto con il Cerveteri. Un personaggio che dunque conosce a fondo il nostro territorio e che dovrà centrare una serena salvezza, così come nelle aspettative della società che sta allestendo un organico degno di un girone che non sarà facile. Lo abbiamo intervistato mentre già stava preparando il programma del ritiro del Ladispoli che è previsto per l'ultima settimana di luglio.

Mister Zeoli, che sensazione prova dopo essere stato scelto per allenare il club rossoblu?

"La chiamata dei dirigenti del Ladispoli è stata qualcosa di inaspettato. Un vero fulmine a ciel sereno, dovrò allenare il Ladispoli, ovvero una grande piazza sportiva alle porte di Roma in un campionato prestigioso come la Serie D. Per me è una scommessa, alleno da tre anni, ho collezionato positive esperienze in Promozione, sarà un affascinante doppio salto professionale. Sinceramente non emozionato e non vedo l'ora di iniziare la stagione, sto contando i giorni. Mi sento sempre con i giocatori ed i dirigenti, sono veramente felice visto che pensavo di stare fermo un anno per seguire alcuni corsi professionali. Davvero grazie al presidente Paris ed a tutta la società per la fiducia nella mia persona".

Il Ladispoli sta effettuando una campagna acquisti senza sosta, dall'ingaggio di alcuni

giocatori possiamo ipotizzare una squadra dove esperienza e gioventù saranno le armi vincenti?

"Sarò certamente una squadra giovane, un cocktail di esperienza e voglia di rilancio soprattutto da parte degli atleti che lo scorso anno hanno sofferto fino all'ultima giornata per ottenere la salvezza per colpa di alcuni episodi sui quali è inutile tornare. La società ha preso giocatori con forti motivazioni, partiamo dall'esperienza dello scorso anno per acciuffare col gioco e con l'impegno la permanenza in Serie D".

A proposito di Serie D, che campionato si aspetta?

"Sarà un torneo dove tutte le squadre conoscono a memoria vizi e virtù degli avversari. Ormai anche tra i Dilettanti la tecnologia svela le caratteristiche dei club. Il Ladispoli avrà novità tattiche, il campionato sarà molto livellato in alto, ogni gara sarà una battaglia per ottenere punti necessari alla salvezza. Servirà l'aiuto dei tifosi, vorremmo uno stadio Angelo Sale sempre gremito".

Lei viene dal Cerveteri, club non proprio amato dai tifosi del Ladispoli. Che accoglienza si aspetta?

"Credo siano ormai campanilismi superati, la vicenda Sarri insegna che gli allenatori come i giocatori ormai sono professionisti che vanno ovunque. Ai tifosi assicuro che darò il massimo per il Ladispoli, tutti insieme centeremo gli obiettivi concordati con la società".

In bocca al lupo da parte della nostra redazione al nuovo allenatore del Ladispoli nella speranza che la società gli metta a disposizione un organico realmente competitivo per evitare ai tifosi ed alla città un'altra stagione di sofferenza.

Infissi 2000

Di Villella Giuliano

FABBRICA DI INFISSI IN ALLUMINIO



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 - Cell. 339 61 84 947 - 329 78 70 446
www.infissi2000sas.it - villaggiuliano@tiscali.it



FINO AL 31 AGOSTO ATTIVA LA GUARDIA MEDICA TURISTICA

Con l'arrivo effettivo della stagione balneare cresce sul litorale la necessità di garantire adeguata assistenza sanitaria alle migliaia di bagnanti che affollano le spiagge di Ladispoli e Marina di Cerveteri. A tale scopo, fino al 31 agosto presso la Casa della Salute in via Aurelia, Km 41,500, dal lunedì al sabato è attivo il servizio di Guardia Medica Turistica. Un servizio prezioso per i villeggianti di cui si può usufruire dal lunedì al venerdì dalle ore 14:00 alle 18:00, il sabato dalle ore 8:30 alle 12:30. Il turista, sia residente che non residente nella regione Lazio, dovrà retribuire le prestazioni erogate eseguendo il pagamento presso lo sportello Cup prima di effettuare le prestazioni. I costi sono visita

ambulatoriale 15 euro, visita domiciliare 25 euro atti medici ripetitivi ovvero ricette 5 euro. La Asl Roma 4 ricorda che presso il Poliambulatorio di Ladispoli è attivo l'Ambulatorio infermieristico a cui si accede con prescrizione del medico curante o del medico di guardia turistica, previo appuntamento da prendere agli sportelli Cup della Casa della Salute, portando il materiale necessario per l'effettuazione della prestazione. Un servizio dunque importante per non residenti e turisti che garantisce immediata assistenza in caso di necessità, oltre ovviamente al prezioso contributo offerto dal posto di primo intervento, vero baluardo per assicurare interventi efficaci nell'emergenza.



AL CIMITERO IN ARRIVO 1.200 NUOVI LOCULI PER RISOLVERE L'EMERGENZA SEPOLTURE

Se Cerveteri piange per la mancanza di loculi e spazi dove seppellire i defunti, Ladispoli può invece sorridere per aver messo in moto il meccanismo per risolvere l'emergenza sepolture. Entro l'estate infatti partiranno i lavori per la costruzione di 1.200 nuovi loculi all'interno del camposanto comunale di via Settevene Palo, decisione che rappresenterà la soluzione alla mancanza di loculi all'interno del camposanto di Ladispoli. "In virtù della concessione sottoscritta dal comune nel 2005 con la ditta Sara 94 - spiega il sindaco Alessandro Grando - i loculi saranno realizzati entro dodici mesi, a costo zero per le casse municipali e senza alcun ampliamento

della durata della concessione esistente. Il project financing - ricorda il sindaco - ha una durata complessiva di 35 anni a partire dal 2005, dopo di che la gestione del cimitero tornerà nella disponibilità dell'amministrazione comunale. Ci siamo mossi per tempo per evitare, come accaduto ad altre città del territorio, di dover fronteggiare l'emergenza loculi e creare disagi alla cittadinanza in un momento di grande dolore legato alla scomparsa di un proprio caro. Colgo l'occasione per ringraziare gli uffici comunali, la società e tutti gli amministratori che hanno lavorato per raggiungere questo importante risultato".



**Farmacia
Cavallini Maria Teresa**

Omeopatia - Erboristeria - Veterinaria - Sanitaria



Servizi Salute

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

Via Vivaldi, 37 - Valcanneto/Cerveteri (Rm) - Tel./Fax 06.99206361
email: farmacavallini@gmail.com Farmacia Cavallini Dott.ssa Maria Teresa
Orari d'apertura dal lunedì al sabato 8:30/13:00 - 16:00/19:30 - Aperta tutte le domeniche dalle 9:00 alle 13:00

CARENZA IDRICA, IL COMUNE DIFFIDA ACEA

L'EROGAZIONE A SINGHIOZZO DELL'ACQUA HA INDOTTO IL SINDACO DI BRACCIANO AD INVIARE UNA DURA NOTA DI PROTESTA ALL'AZIENDA CAPITOLINA

Il sindaco di Bracciano Armando Tondinelli ha inviato in questi giorni una formale diffida ad Acea a ripristinare subito un regolare servizio ai cittadini di Bracciano, soprattutto col caldo torrido.

“Si rende urgente e improcrastinabile – ha scritto il primo cittadino in una lettera indirizzata al gestore idrico – un incontro tra le parti per risolvere i problemi, i cittadini non possono più aspettare. Sotto la gestione del Comune non è mai successo che l'acqua fosse erogata per tempi limitati e con continui disservizi. Tali disservizi sono presenti soprattutto nella zona di “Bracciano Nuova” ma anche nel centro storico e a Vigna di Valle. A distanza di tre anni dalla firma della convenzione con Acea dobbiamo purtroppo prendere atto che la situazione generale di gestione del servizio idrico è peggiorata. I cittadini di Bracciano

pagano regolarmente per un servizio che deve essere garantito con regolarità e puntualità e che per giunta ha avuto un significativo aumento dopo il passaggio alla gestione Acea. La situazione è molto grave e aspetto con urgenza che mi venga garantito dal gestore Acea che questi disagi non si ripetano più. Peraltro non c'è stato un significativo incremento della popolazione negli ultimi tre anni, quindi il consumo dovrebbe essere stabile rispetto al passato”.

Il duro sollecito di Tondinelli non si esaurirà con una lettera di diffida.

“Per ora – ha aggiunto il primo cittadino di Bracciano – ho inviato una formale diffida ma se non dovessi ricevere risposte esauritive in breve tempo proseguiremo con le dovute azioni atte a garantire un regolare servizio idrico alla cittadinanza”.

“CULTURAL POINT” INSTALLATI NEL CENTRO STORICO

34

Sono stati collocati in questi giorni i cartelli “Cultural point” nel centro storico di Anguillara. “Finalmente - dichiara il sindaco Sabrina Anselmo - il centro storico ha i suoi nuovi cartelli turistici che sottolineano le bellezze della nostra città e ci guidano per le caratteristiche del nostro territorio dalla storia, alle peculiarità. Una grande gioia che la nostra città, nel centro storico si riconosca nella nostra storia più antica e possa condurre i visitatori ed i turisti o i cittadini appassionati a conoscere meglio l'origine del nostro territorio.

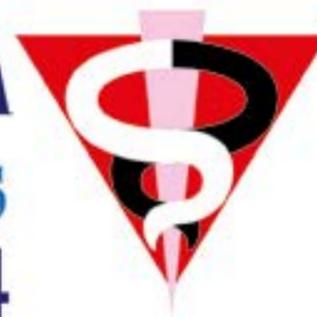
Per questo li abbiamo denominati 'cultural point' per capire, approfondire o collegarsi tramite qr code all'app della città di Anguillara Sabazia, con tutto ciò che di bello c'è da vedere o gli eventi da fruire. Si tratta di testi divulgativi scientifici, attinenti alle fonti, di cui come storico dell'arte e studiosa di Anguillara Sabazia cedo volentieri i diritti al comune, nel materiale condiviso nella parte archeologica con l'archeologo Paolo Lorizzo. Dal Santuario Pontificio di

S. Maria delle Grazie, alla Chiesa di S. Francesco, al centro storico con la cartina di orienteering realizzata in collaborazione con Enea, affinché il nostro centro storico sia meta anche del turismo da orienteering agli itinerari rinascimentali del palazzo, delle fortificazioni, alle mete neoclassiche di Ignazio Jacometti, ai siti romani, all'area archeologica di piazza magnante, alla chiesa del nostro Patrono San Biagio e così via. Ne mancano tre da acquistare appena vi sono le possibilità con le grafiche pronte realizzate da Miligraf. Grazie alla collaborazione con Silvia Silvestri per avere contribuito a questo risultato. Bella anche la collaborazione con la Parrocchia di S. Maria Assunta, con il parroco don Francisco Botia affinché aspetto laico ed ecclesiastico sia coniugato al meglio per mezzo della bellezza e dell'arte nonché l'amore per la nostra bellissima Anguillara, un racconto millenario di eventi. Itinerari turistici e culturali a tema che avvalorano la preziosità dei nostri luoghi. Vi invitiamo a leggerli ed a visionarli”.

APERTI TUTTI I GIORNI



FARMACIA Dott. Luigi Demichelis DAL 1934



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



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



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



Via Ancona, 76 - Ladispoli

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

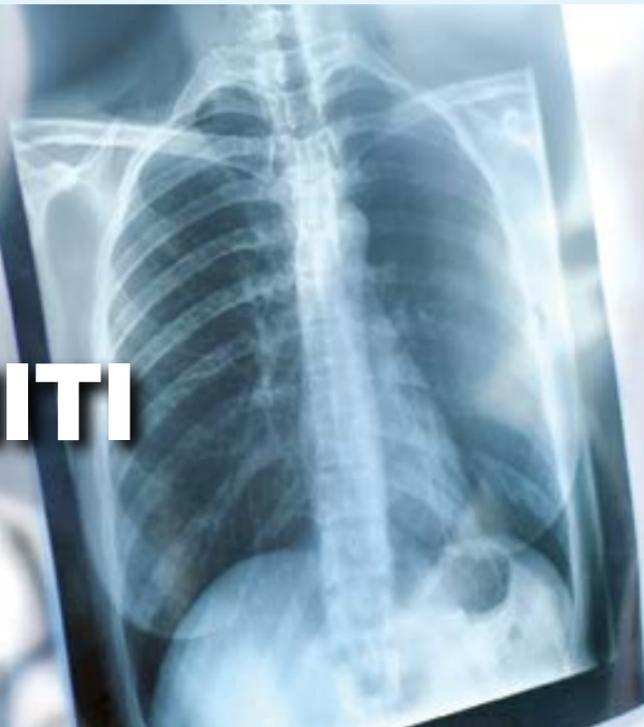


Ortica

Salute Benessere

A cura del
Dottor Professor **ALDO ERCOLI**

LE POLMONITI ATIPICHE (ASSAI FREQUENTI IN QUESTO PERIODO)



La broncopolmonite e/o polmonite, è un'infezione del parenchima polmonare che è dovuta ad un inalazione di un **microrganismo che raggiunge l'epitelio degli alveoli. Come si difende l'organismo?** I peli ed i turbinati delle narici bloccano le particelle inalate più grandi prima che queste arrivino al tratto respiratorio inferiore. A ciò va aggiunto che l'architettura dell'albero tracheobronchiale in trappola, ostacola le particelle sulla parete delle vie aeree. Qui la "clearance mecociliare" e i fattori antibatterici (leucociti neutrofilo, microfagi) eliminano e distruggono il potenziale patogeno. Soltanto quando la capacità dei microrganismi è inefficace la polmonite diventa manifesta. La sconfitta dei microfagi è responsabile della risposta infiammatoria (febbre) dando vita al quadro clinico della broncopolmonite e/o polmonite. Non entro ancora di più in questi aspetti fisiopatologici strettamente specialistici.

Quello che mi preme affrontare è la differenza che vi è tra la classica polmonite tipica e quella atipica, soffermandomi soprattutto su quest'ultima.

La forma tipica, prevalentemente invernale – autunnale (o comunque nei mesi freddi) è caratterizzata dalla comparsa improvvisa della febbre, tosse non secca ma produttiva con catarro gialloverdastro, talora dolore toracico pleuritico. All'Rx del torace vi sono chiari segni di addensamenti polmonari già evidenziati prima da un'accurata visita pneumologia (reperto ascoltatorio di rantoli, ottusità

alla percussione scomparsa del frenico vocale tattile, asimmetria dei due emitoraci). Nella maggior parte dei casi questo tipo di polmonite è dovuta alla S.pneumoniae, Diplococcus pneumoniae e altri batteri. La polmonite "atipica" è dovuta a tutt'altri germi patogeni. L'esordio generalmente (ma non sempre) è più graduale con tosse secca e predominanza di sintomi extrapolmonari: forte cefalea, stato di malessere generale, dolori ai muscoli, mal di gola, gastralgia.

All'esame obiettivo toracico quello che sorprende è che vi sono minimi segni polmonari (mancano i rantoli), mentre solo con la radiografia del torace si può fare diagnosi perché evidenzia un infiltrato spesso disomogeneo o diffuso.

In questi mesi di repentini cambiamento atmosferici, con ondate di caldo anomalo estivo, ho riscontrato un gran numero di pazienti affetti da questa patologia.

La polmonite "atipica" è classicamente sostenuta dal **Mycoplasma pneumoniae (agente di Eaton)**. Il quadro clinico è quello che vi ho descritto. Esordio graduale, astenia, forte cefalea, febbre (talora molto alta), brividi, tosse poco produttiva (con poco catarro). Soprattutto, ripeto, vi è una discrepanza tra rilievi clinici e quelli radiografici... **Questa forma atipica si manifesta in individui giovani, sani e frequentemente nei mesi estivi.** Ci siamo. Ogni qual volta mi sono imbattuto in

questi pazienti, pur non trovando nulla ai polmoni di obiettivo mi sono ben guardato dal tranquillizzarli dicendogli la classica frase: «Niente di grave, solo un po' di tracheobronchite».

Specie nei soggetti giovani con febbre alta, resistente ai comuni antibiotici orali (B-lattomici, cefalosporine) oppure con una tosse poco catarrale che perdura da una settimana ho sempre preteso che eseguissero una radiografia del torace.

La polmonite atipica di Eaton risponde bene ai macrolidi (veclam, klacid etc) in associazione con iniezioni bigiornaliere di ceftriaxone. La terapia va protratta per almeno 7-10 giorni. Mi sono chiesto se solo il sottoscritto, in questo periodo, avesse diagnosticato questa patologia. No, non ero affatto il solo, perché sia altri colleghi di medicina generale che i radiologici e tecnici di laboratorio mi hanno confermato un'evidente incidenza di casi. La polmonite di Eaton (M. pneumoniae) non è però la sola polmonite atipica. Ve ne sono altre, anche se meno frequenti (specie quando fa caldo).

La febbre Q, ossia una rickettsiosi sostenuta dalla coxiella Burnetii. Ha un esordio brusco con malessere generale, mialgie, dolori toracici, tosse non produttiva. L'ho trovata in campeggiatori, in passato, nei "rovistatori di cassonetti". Gli antibiotici indicati sono le tetracicline (prima si utilizzava il cloramfenicolo). **La malattia dei legionari** dovuta alla Legionella pneumophila l'ho trovata in alcuni pazienti contaminati da aria condizionata infetta di alberghi o che facevano uso di attrezzature per aerosol "prese in prestito". In un caso si trattava di un paziente fortemente debilitato. Gli antibiotici capace di guarire questa forma di polmonite atipica sono i macrolidi oppure la rifampicina (va sempre aggiunta nei casi più gravi). Una sola volta mi sono imbattuto nella **Chlamydia psittaci**, un'altra polmonite atipica, questa volta contratta per contatto con uccelli malati. Il paziente aveva sia scarsi segni obiettivi che sintomatici polmonari. Ricordo che era febbrile, confuso, non aveva appetito e presentava inoltre una dermatosi, un'esantema rubeoliforme. Nel dubbio, feci ricoverare il paziente. Guari col bactrim forte. In conclusione sulla scorta di questa panoramica sulle polmoniti atipiche mi permetto, con molta modestia, (ma sulla base di essere uno specialista broncopneumologo con più di 40 anni di esperienza), di consigliare sempre un rx del torace quando vi sia una "forbice" tra dati clinici polmonari emersi dalla visita (ossia scarsi o nulli) e stato di malessere obiettivo del paziente. Un malato febbrile resistente ai comuni antibiotici oppure che presenti una tosse che duri almeno da 7 gg (escludendo l'asma bronchiale, la tbc ed altro ancora) deve, a mio avviso, sempre eseguire una radiografia del torace. Se quest'ultima è positiva e vi è un forte dolore toracico in un fumatore è bene eseguire una TAC (neoplasia polmonare).

Checkup Tiroide

Tariffa valida fino al 31 Luglio 2019

40€
~~55€~~



La tiroide è la ghiandola a forma di farfalla che regola energia e metabolismo.

Proteggila!

Laboratorio Analisi Salus Ladispoli
Via Ancona 94 • 00055 Ladispoli

06 837 80971
www.lifebrain.it/laboratoriosalusladispoli





ESTATE BIOENERGETICA 2019

IN RIVA AL MARE AD OSTIA

TUTTI I GIOVEDÌ DI LUGLIO (I GIORNI 4 -11 -18 -28)
ALLE ORE 20.15

TONIFICHIAMO GAMBE, CORPO E VOLTO
AUMENTIAMO LA RESPIRAZIONE E LE ENERGIE VITALI
OTTENENDO UNO STATO DI CALMA
NEL PERSEGUIRE I PROPRI DESIDERI

ALLA SPIAGGIA LIBERA HAKUNA MATATA, PIAZZA DEI CANOTTI, FERMATA TRENO STELLA POLARE
CONDUCE LA DOTTORESSA MARIA STALLONE ALBORGHETTI
PSICOTERAPEUTA IN ANALISI BIOENERGETICA E TRAINING AUTOGENO
WWW.BIOENERGETICAONLINE.IT
INFO: 338. 543.8008

La **Bioenergetica** prende in considerazione la globalità dell'individuo integrandola con la scienza medica, la psicoterapia tradizionale e le ginnastiche classiche per un'opera di prevenzione e benessere. L'obiettivo è la comprensione della personalità in rapporto ai processi energetici dell'individuo. Approfondendo il respiro attraverso movimenti psicofisici accompagnati da espressioni vocali si potenziano tutte le funzioni della salute fisica, mentale, sessuale, emozionale. Il corpo e la mente sono considerati funzionalmente identici: quanto avviene nel corpo si riflette nella mente e viceversa. Le patologie organiche e quelle psicologiche quali l'ansia, la depressione, le crisi di panico, gli insuccessi sentimentali, lavorativi e scolastici colpiscono contemporaneamente il fisico e la mente. La consapevolezza dei personali blocchi

energetici e della possibilità di scioglierli avviene attraverso il movimento psicofisico emozionale che promuove la salute, i sentimenti positivi, l'auto stima, la sessualità, le relazioni familiari e ogni prestazione personale.

I movimenti dei piedi, di tutti i segmenti del fisico fino al volto, accompagnati dalla voce e da espressioni vocali eliminano le tensioni prodotte da stress, migliorano l'autostima, la realizzazione degli obiettivi, l'armonia delle forme del corpo, la sessualità, la vista, la memoria e la postura corporea. Sentire l'energia nel corpo significa fare scelte salubri, morali e felici perché chi fa bioenergetica è radicato in un corpo sano e vibrante, capace di dare e ricevere sostegno in una partecipazione empatica con se stesso e il mondo.

STRUTTURE SANITARIE ASSOCIATE
SALUS
MEDICAL CENTER

**CENTRI DI
DIAGNOSTICA PER IMMAGINI
A BASSA DOSE DI RADIAZIONI**

**CONE BEAM 3D
DENTAL SCAN**

PROMOZIONE ESTATE 2019

€ 80,00

**RISONANZA
MAGNETICA
OSTEOARTICOLARE
APERTA**

ESAMI A PARTIRE DA

€ 100,00

**NUOVA TAC
MULTISTRATO**

SALUS MEDICAL CENTER

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

IRMED CENTRO FISIOTERAPICO

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

GIFA - POLIAMBULATORIO

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

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI:

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



MONICA BERTOLETTI
Naturopata

OMEGA 3, IL GRASSO CHE ALLUNGA LA VITA



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

ANTIAGING, ANTICANCRO ED ANTINFIAMMATORIO: COME ASSUMERLO?

Omega-3: tutti ne parlano, tutti lo vogliono. Ma non è una banale moda del momento. Molteplici e fondamentali sono le ragioni per cui tutti indistintamente ne abbiamo bisogno (anche i nostri amici pelosi a 4 zampe...e non solo). A spiegarcele è la naturopata **Monica Bertoletti**, *Naturalmente sani*, alias *Monique Bert*, ideatrice del gruppo fb *Medicina Evolutiva, Naturopatia e Detox* e coautrice *Tiroide Approccio Evolutivo*, gruppo fb creato dal **dr Andrea Luchi**.

ALLUNGA I TELOMERI

“Gli acidi grassi essenziali omega 3 hanno molte frecce al loro arco nella prevenzione delle più diverse malattie, incluse molte forme di cancro. In primo luogo gli omega-3 allungano la vita, perché allungano i telomeri, la parte terminale di un cromosoma, DNA che protegge dal deterioramento e il cui accorciamento riduce la durata della vita.

CONTRO LA DEPRESSIONE

Per le depressioni è un tocco di guarigione. Alcuni grammi al giorno di olio di pesce, a distillazione molecolare, rigenerano le membrane dei neuroni che non mostrano più alcun segno di perdita delle componenti, cambiando la struttura stessa del cervello. Molti studi evidenziano con chiarezza ineccepibile il legame fra depressione e carenza di omega 3 nell'organismo: più le giacenze

sono esigue e più i sintomi sono gravi. Persone che non reagiscono ad alcuna cura vedono la loro depressione migliorare nettamente in tre settimane. Molto utile anche in caso di ansia.

ANTINFIAMMATORIO ED ANTICANCRO

Sono di grande aiuto anche nelle malattie infiammatorie intestinali, come le coliti e il morbo di Crohn. In caso di malattie cardiovascolari sono dei regolatori di molti sistemi, sia nei quadri lipidici e pressori alterati, che nel diabete, in quanto riducono la resistenza insulinica, regolando la permeabilità di membrana e gli scambi cellulari. Disinfiammano nelle emicranie, essenziali per la bellezza di pelle e capelli. Riducono la produzione di citochine infiammatorie e i dolori articolari. Contraggono rapporti con fattori vitaminici (vitamine A, E, B6) e intervengono nella regolazione degli scambi emo-tissutali, del trofismo e della funzione delle pareti vasali. Studi scientifici hanno dimostrato che assumere buone quantità di acidi grassi omega-3 aiuta prevenire il **tumore del seno**, ne riduce il volume e rallenta la crescita fino al 30 per cento.

ALA, EPA, DHA

Gli omega 3 sono contenuti nel pesce grasso mentre i precursori (ALA) nei vegetali: in primis nei semi di lino e noci; mandorle e nocciole pochissimo, verdure a foglia verde, alghe,

piccole quantità anche nella soia. Pur essendo l'ALA nelle sostanze vegetali, questo non sempre si trasforma in quantità sufficiente in EPA e DHA, dagli effetti positivi succitati ed è quasi sempre associato a una quota di omega 6, è per questa ragione che occorre limitare l'apporto di olii che non siano l'extra-vergine di oliva di alta qualità. Infatti se l'assunzione di acidi grassi omega 6 è maggiore di quella di omega 3, maggiore sarà la produzione di metaboliti dell'acido linoleico, fra cui il famigerato assassino che è l'acido arachidonico (AA) e minore quella dei metaboliti dell'ALA (EPA e DHA). Ciò ha importanti implicazioni pratiche se si considera che i metaboliti derivati dall'ALA hanno effetti biologici profondamente diversi. L'AA è il precursore di sostanze come trombossani e leucotrieni che producono vasocostrizione, broncocostrizione, attivazione dei leucociti polimorfonucleati e aumento della permeabilità vascolare. L'EPA e DHA sono i precursori di altre sostanze che favoriscono la vasodilatazione e riducono la broncocostrizione.

OLIO DI PESCE: LA FONTE MIGLIORE

Nei paesi occidentali industrializzati il rapporto omega 6: omega 3 è ad oggi pari a 15:1. I motivi di questo rapporto sbilanciato sono ascrivibili all'aumentato consumo di olii vegetali ricchi in omega 6, soprattutto se cotti, e dal limitato consumo di pesce pescato, a favore di quello da allevamento. L'efficienza della conversione endogena di ALA in EPA e DHA è limitata dalla presenza di elevati livelli di omega 6 nella dieta occidentale; di conseguenza maggiori benefici a livello cardiovascolare sono raggiunti quando EPA e DHA vengono forniti preformati con la dieta (pesce) o sotto forma di integratori, che è ciò che vi consigliamo di fare con **integratori di alta qualità farmaceutica, sempre distillati molecolarmente**, in dosaggio da valutare a seconda delle proprie necessità metaboliche. L'acido alfa-linolenico può essere convertito in EPA e DHA mediante reazioni complesse. Studi nell'uomo hanno mostrato che l'entità e l'efficienza di tale conversione sono estremamente basse e sono influenzate da fattori dietetici fra cui la presenza nella dieta di omega 6 e fattori ormonali (estrogeni). Le fonti dietetiche dell'EPA e del DHA sono pesci grassi quali salmone, tonno, sardine, acciughe, sgombri, aringhe. In assenza di patologie specifiche, si può integrare 1 grammo die fra EPA e DHA, 5 giorni a settimana. 3 settimane al mese e a cicli di 3 mesi con pausa di uno. La raccomandazione resta però sempre lo stesso: parlatene prima con il vostro medico curante!”.



La Tua Sorgente di Acqua Pura, Fruttata e Gasata

SISTEMI PER USO DOMESTICO
OSMOSI NATURALE
MACCHINA SOTTOZOCCHIO

EROGATORE D'ACQUA OSMOTIZZATA
LISCIA E FRIZZANTE
A TEMPERATURA AMBIENTE

MADE IN ITALY
Qualità Garantita

SISTEMI PROFESSIONALI
SOLUZIONI SU MISURA PER LA TUA ATTIVITÀ
RISTORANTI, BAR, UFFICI
SODASTREAM RICARICABILE

SERVIZIO RICARICA A DOMICILIO

VUOTO PER PIENO

Bombola:

Sodastream 450 gr (vuoto per pieno) €11.90

Sodastream 450 gr (senza vuoto) €21.90

Usa e Getta 600 gr €15

Ricaricabile 2 kg (vuoto per pieno) €20

Ricaricabile 4 kg (vuoto per pieno) €25

Tutte le bombole trattano anidride carbonica alimentare CO2 E290

FILTRI, RICAMBI, ASSISTENZA SU TUTTE LE MARCHE

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

LADISPOLI, VIA LIVORNO 27/D
www.globalwatersolution.it

☎ 339.3904634 - 349.5275373

✉ info@globalwatersolution.it

📍 Global Water Solution di Daniele Posa



PENSARE BIOLOGICO QUALI SONO I VANTAGGI?

L'agricoltura biologica è un sistema di produzione che offre determinate garanzie. Comprare biologico vuol dire scegliere per sé e per i propri cari un cibo sano, buono e onesto, ottenuto senza pesticidi di sintesi, senza OGM, liberi da neurotossine, senza diserbanti (ormai presenti in tutte le falde acquifere), fertilizzanti chimici, fitoregolatori, radiazioni, additivi dannosi, e senza la possibilità di creare microrganismi resistenti agli antibiotici. Ma significa anche sostenere un'agricoltura fonte di vita, lottare contro il saccheggio dell'ambiente, rispettare gli animali, salvaguardare la biodiversità del pianeta e la salute degli addetti ai lavori. Insomma proteggere la salute di tutti, la propria e anche quella di chi ancora non mangia biologico.

L'offerta dei prodotti in commercio è talmente vasta che ci costringe a porci domande e ad imparare a leggere le etichette. Prendiamo, ad esempio, i cosiddetti "alimenti confezionati", come pasta, riso, marmellate, biscotti, creme, sott'oli ecc. Quelli bio rispondono a restrittivi requisiti: oltre a contenere materie prime prive di pesticidi di sintesi, concimi chimici e diserbanti, non contengono conservanti, glutammato, zuccheri raffinati, grassi idrogenati, correttori di sapidità, carni separate meccanicamente ingredienti OGM e nessuna sostanza dannosa per l'ambiente e per la salute. Consideriamo, invece, un allevamento intensivo di galline. Le povere malcapitate trascorrono tutta la loro vita in una gabbia grande come un foglio A4, sotto un capannone, con luci al neon sparate 18 ore su 24 (per aumentare la produzione), con mangimi industriali, sottoposte a cure antibiotiche preventive. Verrebbe da chiedersi: che uovo potranno produrre queste galline? Senza considerare la sofferenza dell'animale. Evidentemente

questa modalità di allevamento consente la vendita di uova a basso prezzo. Ma il prezzo basso è sempre il prezzo giusto? Tra l'altro l'ignaro consumatore spesso ripiega su uova che riportano la dicitura "allevate a terra", senza sapere che l'unica differenza è che le galline non sono in gabbia, ma restano tutte le pratiche consentite negli allevamenti in batteria.

E con la carne come siamo messi? Nella stragrande maggioranza dei casi la bistecca che comunemente si compra dal macellaio o nella grande distribuzione quasi sempre deriva da allevamenti intensivi, dove gli animali soffrono tutta la loro vita a livello sia fisico che mentale, che raramente vedono la luce del sole restando la maggior parte del tempo chiusi in recinti spesso vengono nutriti con cibi industriali. Fermo restando che i consumi di carne (soprattutto quella rossa) andrebbero drasticamente diminuiti (se non eliminati), il monito dovrebbe essere: "meglio poca, ma buona". Scegliere carne biologica diminuisce l'esposizione agli antibiotici, agli ormoni sintetici e ai farmaci che dagli animali passano al consumatore; l'animale è libero di muoversi e a sua volta mangia cibi biologici.

L'alimento biologico non è esposto al **processo di maturazione artificiale con il gas**, come lo sono invece alcuni tipi di frutta e verdura non biologica, ad esempio le banane. Inoltre nel biologico non è consentito l'**irraggiamento dei cibi** (consiste nel sottoporre determinati alimenti a radiazioni ionizzanti raggi X e raggi gamma) e materie prime **OGM** (organismi geneticamente modificati).

Il cibo biologico sostiene una maggior **biodiversità**, fondamentale per la vita del pianeta. Il cibo OGM e non biologico si focalizza, invece, sulla monocultura ad alto rendimento e sta distruggendo la biodiversità.

La Monsanto (la famosa azienda multinazionale di biotecnologie agrarie), ad esempio, sta tentando di prendersi il **controllo di tutte le riserve di sementi nel mondo** nascondendo tutti i dati sui danni che gli OGM provocano all'ecosistema e alla salute umana: lo sostiene Jeffrey M. Smith, ricercatore dell'*Institute for Responsible Technology*: "Vogliono introdurre la tecnologia *terminator* per rendere i semi sterili; vogliono che tutti gli agricoltori del mondo acquistino i semi dal catalogo della Monsanto, rigorosamente OGM sostituendosi a ciò che si è ottenuto in miliardi di anni di evoluzione in nome del profitto e del potere". Le aziende biologiche sono più sicure anche per gli agricoltori stessi. Una ricerca della *Scuola di Salute Pubblica di Harvard* ha trovato un **aumento del 70% della malattia di Parkinson tra coloro che sono esposti ai pesticidi**. Scegliere alimenti biologici significa, quindi, anche tutelare la salute degli addetti ai lavori.

Pensando ai nostri **bambini**. Il loro organismo in via di sviluppo è più sensibile alle tossine di quanto non lo sia quello degli adulti. Scegliere il biologico aiuta ad alimentare i bambini nel migliore dei modi senza esporli ad alcuna sostanza tossica.

Ma la "filosofia" del biologico ovviamente non si limita all'alimentazione. I **cosmetici biologici** non contengono parabeni, fenossietanolo, SLES, PEG ed altre sostanze tossiche o potenzialmente tali sia per l'uomo che per l'ambiente. I **detersivi ecobiologici** contengono solo tensioattivi di origine vegetale, atossici sia per l'uomo che per l'ambiente). I prodotti per la casa ecobiologici permettono l'utilizzo di materiali ecocompatibili (carta igienica, pellicola per alimenti, carta forno, stoviglie ecc) evitando, tra l'altro, inutili sprechi di plastiche.

L'essere umano commette sistematicamente un errore: cerca sempre il colpevole al di fuori di se stesso, per qualsiasi problema. È sempre colpa di qualcun altro. Quante volte ci capita di indignarci di fronte all'inquinamento o alla crescita esponenziale delle patologie tumorali. Ma qual è il nostro contributo in merito? Spesso con i nostri comportamenti siamo complici.

Eppure basterebbe poco: oltre a comportamenti virtuosi (ridotto utilizzo dell'auto, consumi moderati, utilizzo di fonti rinnovabili ecc VEDI "Il vademecum del vero ambientalista" su www.orticaweb.it) **potremmo** contribuire direttamente a migliorare il mondo in cui viviamo **semplicemente** passando al biologico.

Chi "pensa biologico" non si limita a comprare l'insalata bio, ma essenzialmente lo fa in ogni gesto, per dare un futuro migliore ai propri figli, col vantaggio non trascurabile di non contribuire alla distruzione del mondo in cui viviamo attraverso l'immissione nella catena alimentare di veleni. I grandi cambiamenti iniziano dai piccoli gesti di ogni giorno.

Consumare eco-bio è una scelta responsabile che può cambiare il Mondo.

BEN DI BIO

vasta gamma di
PRODOTTI BIOLOGICI



ALIMENTI FRESCHI E CONFEZIONATI

PRODOTTI A KM 0



ECODETERGENZA

COSMESI PER TUTTA LA FAMIGLIA



PRODOTTI PER L'INFANZIA



PANE FRESCO BIO

DETERSIVI ALLA SPINA

100%
ECO

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



Dottorssa
ANNA MARIA RITA MASIN
Psicologa - Psicoterapeuta

Ph Cristina Duca



L'IGIENE DEL SONNO

Quando si parla di sonno si intende una parte ben chiara della nostra quotidianità. Il ritmo sonno-veglia è un'alternanza del periodo in cui dormiamo e il periodo in cui noi stiamo svegli. Questi due periodi fanno parte del "ritmo circadiano". La nostra vita è tendenzialmente scandita da orari fissi che aiutano il corpo e la mente a mantenere un equilibrio adeguato. I ritmi costanti legati anche all'alternanza della luce e del buio, portano ad un ciclo virtuoso attraverso cui si attiva un orologio interno, regolato da un sistema delicato neuro-ormonale che si trova in una serie di zone specifiche del S.N.C. Quando la persona tende ad avere orari sballati (come capita per esempio i turnisti) il ritmo circadiano viene sconvolto tanto che possono emergere disturbi del sonno, irritabilità e altri malesseri fino ad arrivare, nelle donne, allo stravolgimento del ciclo mestruale. Anche tensioni, ansie, problematiche della quotidianità o psicologiche nonché l'uso di sostanze o alcol, possono alterare il ritmo circadiano e un buon sonno notturno. Il sonno, quindi, è una parte fondamentale e delicata del ritmo circadiano. Per questo motivo esiste una serie di regole e di comportamenti che lo favoriscono. L'igiene del sonno è fondamentale in tutte le età, dalla nascita fino alla morte. È importante una sorta di ritualità. Innanzitutto è fondamentale la regolarità dell'orario dell'andare a letto e del risveglio. Per i bambini, poi, è fondamentale, se sono piccoli piccoli, sentire della musica rilassante (magari una ninna nanna cantata dalla mamma: se la mamma si considera stonata non importa, ai bambini serve solo sentire la voce della mamma!), oppure osservare i giochi

che sono dentro o sopra il lettino. Per i bambini più grandi potrebbe essere utile la lettura di favole, oppure un qualsiasi altro rituale che favorisca il buon addormentamento: per esempio i bambini in età prescolare gradiscono molto avere il contatto con una parte del corpo materno (giocherellare con i capelli della mamma). Sono da bandire visione tv e cellulari. Cosa fare o non fare, quindi, per favorire il buon addormentamento notturno e un buon sonno? 1- (come detto prima) mantenere un orario ben fisso per andare a letto e per il risveglio (almeno durante la settimana lavorativa); 2- evitare cibi e bevande eccitanti come caffè, tè, sigarette, cioccolata, ecc; 3- evitare l'attività fisica nel dopo cena perché eccita; 4- evitare di avere una temperatura o troppo alta o troppo bassa nella camera da letto; 5- limitare, per quanto possibile, la presenza in camera da letto di apparecchi elettrici (cellulari, pc, tv, ecc.); 6- limitare, per quanto possibile, rumori improvvisi (se non si possono evitare, usare tappi per le orecchie); 7- preferire cene leggere e lontane dall'orario di addormentamento; se alla persona è consentito, è preferibile la cena con il carboidrato (che favorisce l'assorbimento del triptofano che favorisce la secrezione della serotonina, ormone importante per la regolazione del sonno) piuttosto delle proteine (che non innescano il meccanismo appena descritto); 8- anche nell'età adulta, come nell'infanzia, viene d'aiuto un rituale pre-addormentamento che potrebbe essere la lettura di un libro, un bagno caldo oppure l'uso di tecniche di rilassamento attraverso cui si passa dal rilassamento "alle braccia di Morfeo". Buon sonno e sogni sereni!!!

    **Cell. 338/3440405**

Studio Medico Oculistico

Professor **G. GAROFALO**



VISITA OCULISTICA COMPLETA

**CHIRURGIA DELLA MIOPIA
CON LASER AD ECCIMERI**

TERAPIA LASER DELLA RETINA

**CHIRURGIA AMBULATORIALE
DELLA CATARATTA**

DIAGNOSI PRECOCE GLAUCOMA

Curva tonometrica - Pachimetria
Topografia corneale - Campo visivo

DIAGNOSI PRECOCE MACULOPATIE

Foto fondo oculare - Oct
Fluorangiografia - Retinografia

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

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

La TRIACA ERBORISTERIA

FITOCOSMETICA

FIORI DI BACH

CARAMELLE SENZA ZUCCHERO

ALIMENTAZIONE NATURALE

LAMPADE DI CRISTALLI DI SALE

PRODOTTI SPARGIRICI

VASTA SCELTA DI:

INFUSI DI FRUTTA

TISANIERE

DIFFUSORI PER AMBIENTE

**Ladispoli
Via Bari, 39 - Tel. 06 9911137**



AMBULATORIO VETERINARIO

Dir. Sanitario Dott. De Angelis Pio

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

Dottorssa
Anna Maria Rita Masin
Psicologa - Psicoterapeuta

Cell. 338/3440405

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

DERMOCOSMESI
GALENICA

OMEOPATIA E FITOTERAPIA
VETERINARIA

CELIACHIA E ALIMENTI BIO
SPORT



AUTOANALISI

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

SERVIZI

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

ORARIO CONTINUATO

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

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

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

 Farmacia PratoCavalieri Dr.ssa T. Morabito

novità novità novità

ESTETICA PROFESSIONALE NON INVASIVA

SOFT SKIN PLUS

**TRATTAMENTI DI RADIOFREQUENZA
ED ELETTROPORAZIONE IN CABINA**

**ESTETISTE SPECIALIZZATE
TI ASPETTANO
PER UNA PROVA GRATUITA
PERSONALIZZATA**

**RISULTATI VISIBILI
SIN DALLA PRIMA SEDUTA**



PER INFORMAZIONI PASSA IN FARMACIA

OTTICAGRILLI

Dal 1977

**VEDERE BENE LONTANO E VICINO
CON LE LENTI A CONTATTO?
OGGI SI PUÒ**

PRENOTA UNA VISITA CONTATTOLOGICA

LADISPOLI
PIAZZA MARESCOTTI N°7
TEL 0689520322

LADISPOLI
VIALE ITALIA, 135
TEL 069911152

CERENOVA
LARGO TUSCOLO, 1
TEL 069904740



otticagrilli.com



OTTICAGRILLI