

L'ortica SETTIMANALE

Anno XXII n°28 - 2019

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

DIO SALVI TORRE FLAVIA

Settimanale indipendente di cronaca, attualità, politica, sport - Fondato da Filippo Di Lorenzo - ANNO 22 - 12/07/2019

**JOVANOTTI A CAMPO DI MARE:
CRESCIE L'APPRENSIONE PER L'AREA PROTETTA
MA IL COMUNE DI CERVETERI PENSA POSITIVO**

Nella foto le 50.000 persone presenti alla prima tappa del Jova Beach Tour a Lignano Sabbiadoro

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

un nome, una garanzia

Superal

2000

COSTRUISCE
LE FINESTRE
IN PVC
A PREZZI DI FABBRICA



FABBRICA
PORTE IN VETRO
MODELLO
TODOCRISTAL



NUOVO
SHOWROOM
400 MQ
AL PIANO SUPERIORE
CON ASCENSORE

PERGOTENDE - PERGOLE - TENDE - FRANGISOLE



S.O.S.

PRONTO INTERVENTO

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

ZONA ARTIGIANALE VIA DON LORENZO MILANI 3

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

WWW.SUPERALL2000.IT



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 DI MARE

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 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



God save Torre Flavia e Campo di Mare



Ph Isabel Maccari

O rmai ci siamo. Dopo mesi di dispetti, scippi, polemiche, retromarcie, figuracce e tensioni, siamo arrivati al concerto di Jovanotti a Campo di Mare. Un evento che tutti speriamo sia una grande festa di musica e spettacolo, animata da quel grande artista che è Lorenzo Cherubini il cui Jova Tour è partito in modo eclatante con le 45 mila persone che gremivano la spiaggia di Lignano Sabbiadoro il giorno del primo concerto. Del resto, Jovanotti da anni muove decine di migliaia di persone ai suoi show, prevedibile immaginare una folla oceanica anche per Campo di Mare, sarebbero oltre 38 mila i biglietti venduti per l'evento del 16 luglio. Un mare di persone alle quali andranno aggiunte le migliaia di curiosi che stazioneranno sul lungomare e sulla spiaggia per ascoltare e ballare al suono delle più famose canzoni dell'artista romano. Numeri impressionanti che non possono non preoccupare alla luce della situazione logistica di Campo di Mare, frazione con poche uscite che sarà sottoposta ad una fortissima pressione prima e soprattutto dopo il concerto di Jovanotti. Da giorni il comune di Cerveteri sembra essere diventato l'ufficio stampa del Jova Tour, arrivano nelle redazioni comunicati a catena nei quali si annuncia che andrà tutto bene, che sarà una splendida festa della musica, che Campo di Mare e principalmente la vicinissima palude di torre Flavia usciranno indenni dall'evento. Palese come l'amministrazione comunale stia tentando di assicurare soprattutto se stessa, forse chi ha voluto "scippare" l'evento a Ladispoli si sta rendendo conto di aver messo in moto una macchina talmente potente per una città come Cerveteri che non è mai andata oltre l'organizzazione della Sagra dell'Uva. Ribadiamo che tutti ci auguriamo che sia solo una notte di festeggiamenti ed allegria, Jovanotti è un nome consolidato per successo e divertimento, la speranza è che gli organizzatori siano veramente all'altezza di un big come Lorenzo Cherubini. Se tutto andrà bene come si spera, saremo i primi a congratularci con gli organizzatori. In attesa, ci facciamo il segno della croce e speriamo vivamente che Dio salvi torre Flavia.

Il Direttore
Gianni Palmieri



LORO GIURANO CHE ANDRÀ TUTTO BENE

TUTTO PRONTO PER IL JOVA TOUR A CAMPO DI MARE TRA APPRENSIONI, SPERANZE, TIMORI, PROTESTE E RASSICURAZIONI DI COMUNE ED ORGANIZZATORI

Il Comune di Cerveteri assicura che andrà tutto bene. Gli organizzatori garantiscono di essere capaci di gestire un evento di tale portata, alcune associazioni ambientaliste hanno fatto il passo del gambero prima sparando sull'ipotesi del concerto di Jovanotti a Ladispoli, girandosi poi dall'altra parte quando è stato spostato di poche centinaia di metri a Campo di Mare. Insomma, è tutto pronto per il Jova Tour che la sera del 16 agosto vedrà lo sbarco sul lungomare dei Navigatori degli oltre 30 mila fans che gremiranno il villaggio per assistere all'esibizione di Lorenzo Cherubini. Facendo qualche conto molto generico si scopre però che Campo di Mare dovrà sopportare l'onda d'urto di una moltitudine ben più corposa considerando che all'esterno del Jova Tour arriveranno altre migliaia di persone per ascoltare almeno la musica e che nella frazione balneare di Cerveteri, in piena stagione estiva, le presenze oltrepassano almeno le diecimila presenze tra villeggianti e residenti. Una massa di persone in una località che ha solo un paio di uscite verso la via Aurelia e la vicina Ladispoli, compresa la spiaggia che costeggia la palude di Torre Flavia che rappresenta la zona più a rischio soprattutto nel momento del deflusso a notte fonda dopo il concerto del cantante romano. E che ci sia preoccupazione anche tra coloro che da settimane propalano ottimismo è confermato dai ripetuti appelli a non venire a Campo di Mare con l'automobile, ad utilizzare i treni speciali istituiti dagli organizzatori, alle severe limitazioni alla circolazione che il 16 luglio impediranno a coloro che non si sono muniti di permesso di poter transitare con l'auto anche per tornare a casa. Insomma uno scenario di festa che ci auguriamo rimanga tale, lo spettacolo di Jovanotti deve essere una festa di

popolo, sulla qualità dell'artista non ci sono dubbi, sulle capacità del comune di Cerveteri di gestire l'evento beh qualche perplessità appare legittima. E non per pregiudizi, bensì per il semplice fatto che mai Cerveteri ha dovuto organizzare una kermesse così mastodontica, al contrario ad esempio della limitrofa Ladispoli, abituata da decenni ad accogliere decine di migliaia di persone in occasione della Sagra del carciofo. Si arriva allo show di Jovanotti in un clima avvelenato da polemiche e dietrofront, tra proteste di alcuni ambientalisti, atteggiamenti pilateschi di altri, scarsa collaborazione con il vicino comune di Ladispoli che si è legittimamente sentito scippato dell'evento nei mesi scorsi, preoccupazione dei residenti di Campo di Mare e febbrile attesa dei fans del cantante che se ne infischiano delle diatribe e vogliono soltanto ballare fino a notte fonda. E' palese che, come tutti auspicano, ogni cosa dovrà andare nel modo giusto, Cerveteri si gioca la faccia la sera del 16 luglio, Campo di Mare e soprattutto la vicina palude dovranno uscire indenni dal Jova Tour. E non parliamo ovviamente dei prevedibili disagi alla circolazione che probabilmente si protrarranno fino all'alba, anche considerando che nella confinante Ladispoli sarà in pieno svolgimento la Fiera del mare, altra manifestazione che prevede limitazioni al traffico nella fascia costiera. Insomma sarà un inizio della prossima settimana molto intenso, ci auguriamo vivamente di dover raccontare a partire dal 17 luglio soltanto di una notte di festa sulle note di Jovanotti. Che, onestamente, poco c'entra con questo poco edificante show di nani, acrobati, ballerini, trapezisti ed opportunisti che da mesi ruotano attorno al concerto di Campo di Mare. Mancano davvero pochi giorni, poi sapremo...



LA FIERA DEL MARE IN ALTERNATIVA AL JOVA TOUR

DOPO LO SGARBO DEI MESI SCORSI, LADISPOLI PIAZZA L'EVENTO DA MARINA DI SAN NICOLA A TORRE FLAVIA DAL 13 AL 21 LUGLIO

Aldilà delle smentite di forma, è ovvio che Ladispoli non abbia digerito lo "scippo" del concerto di Jovanotti perpetrato con l'atteggiamento ambiguo di alcune associazioni ecologiste nei mesi scorsi. E così l'amministrazione comunale ha schierato l'artiglieria pesante in concomitanza dell'evento di Campo di Mare, piazzando dal 13 al 21 la Fiera del mare. Evento lungo tutto la fascia costiera che richiamerà migliaia di visitatori da tutto il Lazio anche nel giorno che nella confinante Campo di Mare ci sarà l'invasione di oltre 30 mila spettatori per il concerto di Lorenzo Cherubini. Una sfida a viso aperto tra due amministrazioni che ormai si detestano e non disdegnano mai di lanciarsi frecciate a colpi di comunicati stampa e dichiarazioni pubbliche. La Fiera del mare sarà l'ultimo tassello di questo pessimo rapporto, la speranza è che a giovare siano i visitatori che possono ammirare l'evento di Ladispoli e poi andare ad ascoltare Jovanotti a Campo di Mare. E' ovvio che dopo questo sgarbo nulla sarà più come prima, Ladispoli contro Cerveteri è tornato ad essere non solo un derby calcistico. Tornando alla Fiera del mare, ricordiamo che sarà organizzata dall'associazione "Seven Show Music" in collaborazione con l'Unione Commercianti ed il patrocinio ovviamente del comune. Ricco il cartellone degli appuntamenti con mostre, spettacoli, eventi sportivi e convegni su temi che interessano il mare come fonte di vita, di storia e di arte. La manifestazione interesserà tutta la costa di Ladispoli da Marina di San Nicola

a Torre Flavia. Sul tratto principale del lungomare centrale saranno 4 le postazioni musicali che per 9 serate vedranno esibirsi le migliori formazioni del panorama musicale romano. A fare da cornice i ristoranti degli stabilimenti balneari e stand con gli articoli legati al mare. Il lungomare Marco Polo ospiterà per 9 giorni i più disparati street food dove si potranno degustare piatti tutti dedicati al mare. Si partirà dal fritto di pesce, passando per la paella, fino ad arrivare alle specialità tipiche estive. Un'area davanti alla spiaggia ospiterà su un palco di 12 metri per 10 serate musicali ed eventi dj set e tanto altro. In piazza dei Caduti una struttura circolare dal diametro di 13 metri ospiterà convegni con temi trattati da professori e studiosi che analizzeranno in lungo e in largo il pianeta mare. Nelle spiagge, durante il giorno, a farla da padrone saranno gli sport acquatici, con gare sportive ed esibizioni a partire dalla traversata a nuoto, sup surf, windsurf, moto d'acqua, hidrofily. Ma non mancheranno sfide a burraco e scacchi, tipici giochi da tavolo. Insomma divertimento per tutti i gusti, del resto siamo nel cuore della stagione estiva e tutti hanno solo voglia di divertirsi, tuffarsi in mare e prendere una bella abbronzatura. Il resto sono polemiche velenose che di porteremo dietro per molto tempo. Sempre sperando che la sera del 16 luglio a Campo di Mare e principalmente nella zona della palude di Torre Flavia tutto vada bene. Altrimenti non osiamo nemmeno immaginare cosa accadrebbe nei già inesistenti rapporti tra Ladispoli e Cerveteri.

LAMPIONI SMART A LUCI LED, UN ALTRO PERICOLO PER LA SALUTE

SMART CITY E 5G. ARRIVA LA NUOVA ILLUMINAZIONE PUBBLICA DEI LAMPIONI LED: PREVISTI OVUNQUE, SONO GIÀ A ROMA, CERVETERI, LADISPOLI, FIUMICINO E S. MARINELLA. MA RICERCATORI E MEDICI NE DENUNCIANO I RISCHI: "ENTREREMO IN UN PERIODO DI ELEVATI EFFETTI NEGATIVI PER SALUTE UMANA E AMBIENTE!"

Per decine e decine di chilometri. Con antenne 5G sulla parte più alta, sono già su tutto il **Grande Raccordo Anulare** e lungo l'**Autostrada Roma-Fiumicino**. La chiamano infrastruttura d'avanguardia *'per rendere le città più vivibili'*: i nuovi lampioni *smart* a luce LED (per ora senza antenna 5G) sono poi già in tutta **Roma** e in alcune zone di **Ladispoli, Cerveteri, Fiumicino e S. Marinella**. Nell'Era Elettromagnetica del 5G, per le **Digital City** sono **Smart Lighting**, un valore aggiunto sui bisogni consumeristici dei cittadini. Non più i vecchi lampioni della luce di una volta, quelli tradizionali con lampade alogene, accusati di sprecare troppa energia, ma *'sistemi di telecontrollo dell'illuminazione pubblica e monitoraggio digitale'* a LED pensati per la sensoristica, videosorveglianza, controllo e monitoraggio del traffico locale e soprattutto (come sul GRA) per supportare mini-antenne Wi-Fi, tecnologia powerline da microonde millimetriche del 5G con l'aiuto della fibra ottica: passando il segnale sotto ogni lampione, saranno trasformati in amplificatori *wireless* per connettere anche le auto guidate senza conducente. S'attiveranno appena entrerà a regime il 5G, previsto sul 98% del territorio nazionale e persino dallo spazio, visto che dopo L'Aquila anche **Roma** (terza città in tutta Europa) **ha appena firmato un memorandum spaziale** per irradiare il 5G con satelliti in orbita! Non è finita. **Enel X** annuncia l'installazione in 3.300 città di 1 milione e 800 mila nuovi lampioni a LED-wireless, intanto **Acea** (suo il progetto 'Luce 4.0', 20 milioni di Euro l'investimento fino al 2019) solo l'estate scorsa ne ha montati 200.000 nella Capitale, senza però porsi ne rispondere ad una semplice domanda.

Indipendentemente dall'elettrosmog irradiato dai pali con antenna 5G, le luci intelligenti a LED sono sicure per la salute umana?

D'oltre oceano risponde l'**American Medical Association (AMA)**: "la luce è composta da luce di diversi colori (rosso, blu e verde) e alcuni lampioni a LED hanno una porzione relativamente alta di luce blu, che può disturbare i ritmi circadiani delle persone. L'AMA raccomanda che l'illuminazione esterna di notte, in particolare l'illuminazione stradale, non abbia una temperatura superiore a 3000 Kelvin (K). La temperatura del colore (CT) è una misura del contenuto spettrale della luce proveniente da una fonte; quanto blu, verde, giallo e rosso c'è in esso. Una classificazione TC più alta in genere significa maggiore contenuto blu, e più bianca appare la luce. Un LED bianco a CT 4000K o 5000K contiene un alto livello di luce blu a lunghezza d'onda corta; questa è stata la scelta per un certo numero di città che hanno recentemente ristrutturato la loro illuminazione stradale come Seattle e New York." Insomma, secondo i medici statunitensi, tre sarebbero i principali problemi per l'umanità derivabili dai nuovi lampioni LED: **disagio, abbagliamento** e il forte **impatto sulla ritmicità circadiana** (cioè il circolo dello stato di veglia e sonno).

In collaborazione con l'israeliana **Università di Haifa**, in Italia uno studio sulla luce LED è stato condotto dall'**Istituto di Scienza e Tecnologia dell'Inquinamento Luminoso di Thiene (Vicenza)**: il rapporto finale è sul *Journal of Environmental Management* e afferma che "l'inquinamento luminoso è uno dei tipi di degrado ambientale in più rapido aumento. I suoi livelli sono cresciuti esponenzialmente

sui livelli di illuminazione notturna naturale forniti dalla luce stellare e dalla luce della luna. Abbiamo eseguito l'analisi degli spettri di tipi comuni di lampade per uso esterno, compresi i nuovi LED. Abbiamo valutato le loro emissioni rispetto alle funzioni di risposta spettrale dei fotorecettori degli occhi umani, nel fotopico, nel scotopico e nelle bande di soppressione della melatonina 'meltopica'. **Abbiamo scoperto che la quantità di inquinamento dipende fortemente dalle caratteristiche spettrali delle lampade**, con le lampade più ecocompatibili che sono il sodio a bassa pressione, seguite dal sodio ad alta pressione. **La maggior parte degli inquinanti sono le lampade con una forte emissione blu, come Metal Halide e LED bianchi**. La migrazione dalle lampade di sodio ormai ampiamente utilizzate alle lampade bianche (MH e LED) **produrrebbe un aumento dell'inquinamento nelle bande di soppressione scotopica e melatonina di oltre cinque volte i livelli attuali**, supponendo lo stesso flusso fotopico installato." In pratica, stando ai nostri ricercatori, i nuovi lampioni a luce LED influirebbero sull'organismo nella capacità di produzione della **melatonina** che, soppressa fino a cinque volte nei livelli regolari per colpadell'artificiosa luce bianca (in realtà nella regione blu dello spettro), causerebbe disturbi e stati di malessere sulla popolazione esposta.

E se in alcune regioni esistono leggi per ridurre l'impatto di inquinamento luminoso disciplinano la materia, **non esiste però una norma che regoli lo spettro emesso dalle lampade: in questo vulnus sarebbe il vero problema!** Ed ecco perché il parere dell'esperto è drastico: dall'istituto vicentino **Fabio Falchi** sostiene infatti che se amministrazioni comunali ed enti pubblici continueranno ad ignorare gli allarmi lanciati da medici e ricercatori installando ovunque nuovi lampioni a fonti LED, uno ogni poche decine di metri, ben presto **"entriamo in un periodo di elevati effetti negativi sulla salute umana e sull'ambiente legati all'illuminazione notturna. I produttori di lampade non possono sostenere di non conoscere le conseguenze dell'illuminazione artificiale di notte."** **E tutto questo senza contare i rischi derivabili dalle mini-antenne 5G previste (in aggiunta) sopra gli Smart lampioni a LED, che inevitabilmente ai pericoli della luce artificiale sommerebbero anche quelli per gli effetti biologici derivabili dalle temute radiofrequenze a microonde millimetriche del wireless di quinta generazione (possibili agenti cancerogeni)!** Intanto in **Inghilterra**, sull'onda della protesta dei movimenti Stop 5G, è nato un vero e proprio fronte di battaglia contrario all'uso pubblico delle luci LED mentre in **America**, nella città di Davis (California), gli abitanti si sono mobilitati chiedendo al municipio **di sostituire tutti i nuovi lampioni LED**. Altro che *Smart City* e tecnologie intelligenti a misura d'uomo

 **MOVICAMP** service

AFFITTASI

da **€ 1,50**
al giorno

BOX CHIUSI

SPAZI ALL'APERTO

TETTOIE

Qualsiasi metratura per qualsiasi USO

**RIMESSA AUTOVEICOLI
CAMPER-FURGONI**

A breve e lungo termine

SPAZI Cat-C1

Uso uffici di rappresentanza in contratto di Service-Sharing

ACCESSO H24



AURELIA
Marina di Cerveteri e Valcanneto



338.21 13 467



gsacerveteri@tiscali.it



RIFIUTI, HABEMUS AFFIDAMENTO

DA SETTEMBRE ENTRERÀ IN VIGORE IL NUOVO CONTRATTO DI IGIENE URBANA, I CITTADINI SPERANO IN UN SERVIZIO MIGLIORE DEL PRECEDENTE

Non diciamo a voce alta per scaramanzia, ma la gara per l'affidamento del nuovo servizio di igiene urbana è quasi al capolinea. Ancora alcuni passaggi nelle varie commissioni comunali poi dal primo settembre la ditta che si aggiudicherà la gara prenderà la redini della situazione per portare avanti il nuovo progetto di igiene urbana approvato dal Consiglio comunale di Ladispoli. Ed i cittadini sperano vivamente di poter usufruire di un servizio finalmente all'altezza della situazione per ottimizzare il delicato settore della raccolta differenziata. Il cammino dell'affidamento non è stato semplice, la gara indetta, tramite la Stazione Unica Appaltante della Città Metropolitana, ha trovato alcuni ostacoli lungo il suo cammino che ne hanno rallentato l'esecuzione, compresi ricorsi di rappresentanti dell'opposizione, che ne chiedevano l'annullamento. Senza dimenticare che una delle ditte partecipanti al bando ha impugnato l'atto davanti al Tar del Lazio per ben due volte a distanza di pochi mesi, ottenendo però, fino ad ora, lo stesso esito negativo da parte dei giudici del Tribunale Amministrativo. Dopo l'ultima sentenza del Tar, pubblicata il 27 giugno, che ha respinto la richiesta di sospendere la gara, si stanno portando avanti gli ultimi passaggi per terminare la procedura. Considerati i tempi tecnici di lavoro all'interno della Commissione preposta, il nuovo servizio partirà dal primo settembre.

Fino a quel momento sarà l'attuale gestore ad occuparsi del servizio di raccolta rifiuti a Ladispoli, in quest'intervallo di tempo resteranno in vigore tutte le condizioni del contratto, comprese quelle economiche, fatti salvi gli investimenti per i quali si è concluso il periodo di ammortamento e i servizi completamente ultimati al 6 gennaio 2019. Proprio come spiegato durante l'incontro pubblico in aula consiliare dello scorso gennaio,

tra le novità illustrate dal sindaco Grando, dal delegato all'igiene urbana Augello e dall'ingegner Pravato, ci sarà l'introduzione del ritiro gratuito del verde e degli ingombranti e l'utilizzo di mastelli dotati di chip identificativi dell'abitazione a cui appartengono, che saranno letti dagli operatori che si occuperanno della raccolta tramite dei braccialetti messi a loro disposizione e grazie ai quali sarà possibile registrare tutte le informazioni relative allo smaltimento in particolare del residuo secco da parte di ogni singolo utente. Insieme alla plastica si conferirà inoltre il metallo, fino ad oggi raccolto insieme al vetro, e non ci saranno più i divieti di sosta per la pulizia delle strade. Saranno incrementate le aree servite dallo spazzamento manuale e le stazioni mobili per il conferimento dei rifiuti differenziati, in particolar modo durante il periodo estivo. E proprio in estate, quindi a partire dal 2020, sarà incrementato l'orario di apertura del centro di raccolta comunale che offrirà il servizio 7 giorni su 7.

Per quanto riguarda poi le attività commerciali, sarà predisposto un servizio di raccolta rifiuti personalizzato che terrà conto delle caratteristiche del negozio e delle sue esigenze, così da sgravare i commercianti da costi aggiuntivi, ad oggi il servizio era limitato, al pari di quello offerto alle utenze domestiche, tanto da costringere i negozi a dover usufruire di un ulteriore servizio di raccolta a pagamento. Con l'introduzione del nuovo servizio saranno inoltre incrementati i passaggi di pulizia nei giardini comunali ed i proventi derivanti dalla vendita delle frazioni valorizzabili saranno finalmente utilizzati per abbattere la tari.

Ovviamente si tratta di un progetto che, di concerto con i cittadini e con la ditta che vincerà il bando, verrà progressivamente affinato per rispondere sempre di più alle esigenze di Ladispoli.

PNEUS CAR

di Giacobbe
CENTRO REVISIONI e AUTOFFICINA



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

TEMPO DI PARTENZE E DI CONTROLLI PER LA TUA AUTO

PROMO TAGLIANDO ESTATE 2019

€ 120,00 IVA inclusa

+10 CONTROLLI GRATUITI

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

LO STADIO ANGELO SALE AVRÀ LA COPERTURA

LA GIUNTA HA APPROVATO IL PROGETTO
PER LA REALIZZAZIONE DELLA TETTOIA SULLA TRIBUNA,
I FONDI ARRIVERANNO DAL CREDITO SPORTIVO



grande lavoro dell'amministrazione, la sinergia tra l'assessore De Santis ed il consigliere comunale delegato ai rapporti con le società calcistiche, Giovanni Ardita, ha permesso di sbrogliare una matassa che appariva inestricabile. si è molto impegnato per reperire le risorse economiche necessarie a realizzare quest'opera, stabilendo i contatti con il Credito Sportivo, il quale stanziava fondi per contrarre mutui a tassi agevolati. In piazza Falcone c'è ovviamente soddisfazione per il mantenimento di questa promessa agli sportivi di Ladispoli.

"Lo avevamo detto appena insediati - dice il consigliere Ardita - che, insieme all'assessore ai lavori pubblici Veronica De Santis e soprattutto al sindaco Alessandro Grando, avremmo risolto questo problema. Abbiamo ereditato lo stadio Angelo Sale, un impianto sportivo costato più di 2 milioni di euro, incompleto e con problemi appena costruito, con oltretutto un'inchiesta giudiziaria in corso. Eppure non ci siamo mai scoraggiati, continuando la battaglia per regalare ai tifosi l'adeguamento dello struttura. Dopo pochi mesi abbiamo realizzato la tribuna per accogliere i tifosi ospiti, altrimenti l'Us Ladispoli non avrebbe potuto giocare la Serie D nello stadio Angelo Sale per motivi di sicurezza. Dopo aver individuato il canale del finanziamento attraverso il Credito Sportivo, abbiamo presentato apposita domanda attraverso il Bando Sport Missione Comune 2019, per ottenere il parere favorevole del Coni, indispensabile all'approvazione della domanda per la copertura dello stadio. E' stato compiuto un importante passo in avanti, molto presto i tifosi rossoblu non dovranno più aprire l'ombrello durante le partite della squadra della loro città".

Notizia attesa da tempo dai tifosi che frequentano lo stadio Angelo Sale di Ladispoli. Costretti per tutto il campionato a buscarsi solleone in primavera e pioggia in inverno a causa della mancanza di una tettoia sulla tribuna centrale. Un disagio che ha pesato non poco anche sul rullino di marcia dell'Unione sportiva Ladispoli, costretta a giocare praticamente davanti a spalti vuoti nelle giornate di maltempo. Finalmente è arrivata la fumata bianca, la Giunta comunale su proposta dell'assessore ai lavori pubblici, Veronica De Santis, ha approvato il progetto per la copertura dello stadio, peraltro chiesta a viva voce anche dai tanti genitori che seguono i giovani atleti della Scuola calcio rossoblu. In questi giorni il progetto sarà sottoposto ai controlli del Coni e poi inoltrato al Credito Sportivo, per la richiesta del contributo. Alcuni droni hanno già sorvolato l'impianto per comprendere la fattibilità della copertura ed i tempi di realizzazione. Dietro a questo risultato c'è il

12



La casa
del Pane

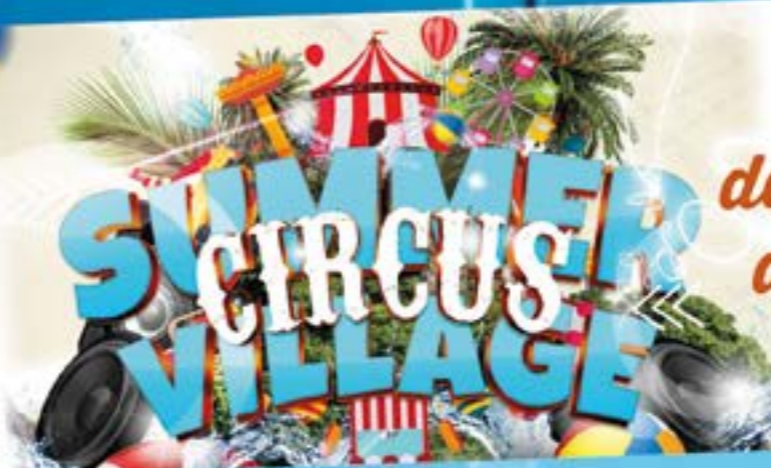


Via Fiume, 67 Ladispoli - Tel. 06 9914 4577



Cocktail
Chiara di Luna
"Sprizzi Bianco"

Cocktail
The Sound of Sunshine
"Sprizzi Rosato"



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

AI BLOCCHI DI PARTENZA IL "VERDESTATE 2019"

**SULLA SCIA DEL SUCCESSO DELLA STAGIONE SCORSA
TORNA A MARINA DI SAN NICOLA IL "VILLAGGIO VACANZE"
CON UN RICCO PROGRAMMA DI ATTIVITÀ E SPETTACOLI**

Anche quest'anno il Consiglio di Amministrazione, al fine di allietare la calda stagione sannicolina, ha deciso, per l'ormai storico "Verdestate", di confermare la linea già intrapresa lo scorso anno e cioè affidare a una società di animazione, tutti i giorni da metà luglio a fine agosto, la organizzazione di manifestazioni e iniziative varie, per tutti i gusti e tutte le età. Nel 2018 – lo ricordiamo – il Cda del presidente Roberto Tondinelli e della delegata Maria Teresa Torre decise di cambiare rotta, abbandonando la tradizionale rassegna ultratrentennale e di approdare a questo nuovo esperimento. Un tentativo che ha riscosso grande successo tra i consorziati, che a gran voce ne hanno richiesto il bis. La società è la stessa dell'estate 2018, la "Crew Entertainment", i cui componenti, nonostante siano molto giovani, hanno tutti una esperienza maturata nei villaggi Valtur o similari. I palinsesti perlopiù "serali" del "Verdestate 2019" spaziano come sempre dal cabaret ai concerti d'ogni genere, dai musical alle commedie, dalle serate di discoteca ai mercatini, dal cinema agli eventi culturali e sportivi. Da segnalare in particolare, la sera di domenica 14 luglio, prima dell'apertura ufficiale del "Verdestate 2019", quindi alle ore 19.30, nella Piazzetta del lungomare, la cerimonia di intitolazione del lungomare stesso al regista Sergio Leone, a 30 anni dalla scomparsa, che proprio a San Nicola aveva soggiornato in alcuni periodi della sua vita e anche girato alcune scene di suoi film. Intitolazione che avverrà con la svelatura di un'apposita targa da parte del sindaco di Ladispoli Alessandro Grando e del presidente del Consorzio Roberto Tondinelli. Da segnalare altresì, martedì 16 luglio, un megaconcerto,

affidato all'orchestra giovanile "Massimo Freccia", composta da ben 65 elementi, diretta dal maestro Massimo Bacci. E quale scenario più adatto se non quello della Villa romana di San Nicola? L'evento, dal titolo "Notte dal Mare", è promosso dall'Amministrazione comunale, in collaborazione con il Consorzio, nell'ambito della seconda edizione della "Fiera del Mare". Tornando al "Verdestate", la società di animazione, come lo scorso anno, ha anche stilato parallelamente un calendario di attività "diurne", con cadenza giornaliera, lungo tutta la durata del "Verdestate" cioè dal 13 luglio al 24 agosto. Per tutto l'arco della giornata quindi, fin dalla mattina, si alterneranno giochi e quiz collettivi, gare e tornei, acquagym, feste a tema, discoteche, balli di gruppo e tanta tanta animazione per grandi e piccini, questi ultimi impegnati nei loro "mini club". Riportiamo qui in basso la settimana-tipo, tenendo presente che le attività diurne si svolgeranno sulla spiaggia libera compresa tra gli stabilimenti balneari "Stella Marina" e "Mini Beach", tranne il "mini club" che avrà come base il Parco della Meridiana, dove saranno rappresentati tutti gli spettacoli serali, ad eccezione dell'apertura e della chiusura della rassegna che come tradizione si terranno alla Piazzetta, rispettivamente domenica 14 luglio e sabato 24 agosto. Ogni ulteriore dettaglio ed eventuali possibili variazioni, che potranno verificarsi nel corso del periodo, faranno oggetto di appositi comunicati affissi alle bacheche del comprensorio, nei centri commerciali e presso gli stabilimenti balneari. Tutte le manifestazioni in programma – che si svolgeranno con il patrocinio della Città di Ladispoli, assessorato Cultura, Turismo e Sport – sono a titolo gratuito per i partecipanti. Buon divertimento!

PROGRAMMA GIORNALIERO DIURNO DAL 13 LUGLIO AL 24 AGOSTO			
ORE	PER I PIÙ GRANDI	ORE	PER I PIÙ PICCOLI
10.30	Risveglio muscolare	10.30	Tutti in spiaggia
11.00	Belli di gruppo	11.30	Tutti in mare
11.30	Inizio tornei sportivi	12.00	Giochi in spiaggia
12.00	Acqua gym	12.30	Pausa pranzo
12.30	Giochi animazione	16.00	Ritrovo al "mini club"
13.00	Pausa pranzo	17.00	Merenda
16.00	Tutti al "mini club"	17.30	Super-attività
17.00	Fitness	17.30	Baby dance
17.30	Torneo di calcio	18.00	Baby dance
18.00	Saluto al sole	18.30	Fine attività
18.30	Fine attività		

N.B. - Le attività, come i tornei in spiaggia, verranno elencate con programma a parte

N.B. - Le super-attività verranno elencate con programma a parte

Verdestate LUGLIO 2019

Con la collaborazione di **CREW Entertainment**

PATROCINIO
CITTÀ DI LADISPOLI
Assessorato Cultura, Sport e Turismo

- Venerdì 12 e Sabato 13 - La Piazzetta**
Mostra-mercato **IL BAGATTO**
- Sabato 13 ore 18,00 - Via Tre Pesci**
3° **Classic Car Tour** - Raduno di auto d'epoca
- Sabato 13 ore 21,30 - Via Tre Pesci**
Concerto **Frankie & Canthina Band** (offerto da gelateria "Corsetti")
- Domenica 14 ore 19,30 - La Piazzetta - Lungomare**
Cerimonia di intitolazione del **Lungomare** di Marina di San Nicola al regista **SERGIO LEONE**
- Domenica 14 ore 21,30 - La Piazzetta**
Apertura ufficiale del **"VERDESTATE 2019"**
Spettacolo musicale con la **Red's Band**
- Lunedì 15 ore 21,30 - Parco della Meridiana**
SERATA GIOCHI
- Martedì 16 ore 21,30 - Poggio Passaggiata Archeologica**
Concerto dell'Orchestra Giovanile **Massimo Freccia** diretta dal M° **Massimo Bacci** (in occasione della **Fiera del Mare** organizzata dall'Amministrazione comunale di Ladispoli)
- Mercoledì 17 ore 21,30 - Parco della Meridiana**
DRIVE IN - Proiezione film: **"Lo schiaccianoci e i 4 regni"**
- Giovedì 18 ore 21,30 - Parco della Meridiana**
Spettacolo di cabaret **BELLI FRESCHI** con **Giovanni De Anna** e **Alessandro Bonanni**
- Venerdì 19 ore 21,30 - Parco della Meridiana**
Spettacolo musicale **SUPER FANTASTICO**
- Sabato 20 ore 21,30 - Spiaggia libera "Lucertola"**
SERATA DISCO IN SPIAGGIA
- Domenica 21 ore 21,30 - Parco della Meridiana**
LA CORRIDA
- Lunedì 22 ore 21,30 - Parco della Meridiana**
Spettacolo musicale **NON SOLO VASCO**
- Martedì 23 ore 21,30 - Parco della Meridiana**
Spettacolo di cabaret con **Emiliano Morana** (da Made in Sud)
- Mercoledì 24 ore 21,30 - Parco della Meridiana**
DRIVE IN - Proiezione film: **"Moschettieri del Re"**
- Da Giovedì 25 a Domenica 28 - La Piazzetta**
Mostra-mercato **INDIETRO NEL TEMPO**
- Giovedì 25 ore 21,30 - Parco della Meridiana**
Spettacolo con la band **I Demodè** - musiche e brani anni 50/60
- Venerdì 26 - La Piazzetta**
BIKE AL TRAMONTO lezioni di spinning
A cura della palestra **FIT&LAB** di Cerveteri
1° turno ore 19,00-19,50 / 2° turno ore 20,00-20,50
Iscrizioni presso la sede del Consorzio o la palestra
- Da Venerdì 26 a Domenica 28 - Parrocchia via del Sole**
"FAM IN FEST" - Festa della Famiglia
- Venerdì 26 ore 21,30 - Spiaggia libera "Lucertola"**
STARLIGHT Festa in spiaggia
- Sabato 27 ore 21,30 - Piazzale delle Muse**
Concerto dei Maestri **Paola Venditti** (pianoforte) e **Roberta Zattini** (violino)
- Domenica 28 ore 21,30 - Parco Largo Sirenetta**
Spettacolo con **Mago Pablo**
- Lunedì 29 ore 21,30 - Parco della Meridiana**
Spettacolo di cabaret con **Alessandro Mancini**
- Martedì 30 ore 21,30 - Parco della Meridiana**
Concerto **Rock 5G** cover band di **Gianna Nannini**
- Mercoledì 31 ore 21,30 - Parco della Meridiana**
DRIVE IN - Proiezione film: **"Mary Poppins"**

Il Consorzio Marina di San Nicola declina ogni e qualsiasi responsabilità per danni a persone e cose che dovessero verificarsi nel corso delle manifestazioni.
Si ringraziano tutti gli sponsor per il loro prezioso contributo.
Il programma potrebbe subire variazioni.



GIRO DI VITE CONTRO LA VENDITA DI ALCOOL NELLE ORE SERALI

FINO A SETTEMBRE MINI MARKET CHIUSI ALLE ORE 20,00 E SEVERI CONTROLLI PER EVITARE ABUSI E DISTURBO DELLA QUIETE PUBBLICA

Duro giro di vite dell'amministrazione comunale contro la vendita di alcool nelle ore serali e notturne a Ladispoli. Con una specifica ordinanza che pone paletti molto severi, il sindaco Alessandro Grando ha introdotto la regolamentazione del settore per garantire sia l'ordine pubblico che la tranquillità dei cittadini nelle ore notturne.

"Purtroppo - spiega Grando - il consumo di bevande alcoliche è in significativo aumento soprattutto tra gli adolescenti ed anche fra i maggiorenni la diffusione di comportamenti di consumo a rischio è divenuta critica. Come amministrazione abbiamo il dovere di porre un freno a questo dilagante malcostume di consumare alcool nelle ore serali, provocato soprattutto da quelle attività commerciali di vicinato che vendono birra e vino alla popolazione giovanile di Ladispoli fino a notte fonda, sovente infischiosene del divieto di smercio a minori o chiudendo un occhio su chi siano i reali destinatari delle bottiglie di alcool acquistate da maggiorenni. Da tempo i cittadini segnalano come l'estate sia sinonimo di consumo di vino e birra sui marciapiede dove poi vengono abbandonate le bottiglie, spesso infrante, creando uno scenario che contribuisce ad alimentare fenomeni di degrado urbano e disturbo della quiete pubblica. Un fenomeno che l'arrivo dell'estate rischia di rendere intollerabile. I controlli da parte della Polizia locale partiranno immediatamente, invitiamo pertanto i commercianti a rispettare l'ordinanza per evitare

di incorrere nelle sanzioni. Tutelare la salute dei giovani e garantire un sereno sonno a residenti e villeggianti della nostra città dovrebbe essere un obiettivo comune a tutti noi".

L'ordinanza, che sarà in vigore fino al 29 settembre, impone a tutti gli esercizi di vicinato del settore alimentare ubicati nel perimetro urbano ricompreso tra la ferrovia Roma-Civitavecchia, via Palo Laziale lato monte, il fiume Sanguinara, il litorale tra la foce del fiume Sanguinara e via del Mare, via del Mare, via Lazio, il tratto di via Regina Margherita ricompreso tra via Lazio e Piazza della Vittoria, Piazza della Vittoria, via Duca degli Abruzzi e il fiume Vaccina, anche se muniti di autorizzazione alla somministrazione di alimenti e bevande, a svolgere la propria attività commerciale in un orario ricompreso tra le ore 7,00 e le ore 20,00. All'ora stabilita per la chiusura, l'esercizio deve cessare ogni attività, sia all'interno che all'esterno dei locali, e sono vietati schiamazzi o rumori che possano disturbare la quiete pubblica. Le multe possono arrivare fino a 500 euro. In caso recidiva, oltre alla sanzione pecuniaria, si applicherà la chiusura dell'attività per un periodo non inferiore a 2 giorni e non superiore a 5 giorni, a seconda della gravità della violazione commessa. Nel caso di reiterate violazioni dell'ordinanza, le attività commerciali rischieranno la chiusura fino a tre mesi. Si prevedono inoltre limitazioni alla vendita di alcolici e di bevande in vetro a partire dalle ore 21:00 per tutte le restanti attività commerciali.

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

ASD PESCA LADISPOLI: LA PAROLA AL PRESIDENTE VALERIO DI NUZZO



La ASD Pesca Ladispoli è una associazione di pesca nata nel 2017 con lo scopo di promuovere attività legate al mondo della pesca nel litorale romano di Ladispoli. Prima di diventare una associazione è stata per un paio d'anni un semplice Gruppo di Pesca nato dalla passione per la pesca a traina di 2 ragazzi. Mauro Pisa e Valerio Di Nuzzo. Rivolgiamo alcune domande al presidente Valerio Di Nuzzo.

Come è nata questa associazione?

Certamente. In realtà l'idea di formare un Gruppo di Pesca è nata tanti anni prima nella testa di Mauro, mio amico e compagno di pesca da tantissimi anni. Quando io e Mauro ci siamo conosciuti eravamo poco più che ventenni, entrambi malatissimi per la pesca a traina. Parliamo degli anni 93/94. All'epoca non c'era altro modo di imparare che quello di andare a pescare. Eravamo ancora lontanissimi dall'epoca della rete, dei social, da questa valanga di informazioni o pseudo informazioni, che ci sono adesso. In quegli anni l'esperienza si faceva solo sul campo, trascorrendo ore interminabili a fare prove su prove in mare. L'unico aiuto proveniva dalle riviste di pesca e dai consigli di qualche pescatore più esperto (purtroppo rarissimi nella zona di Ladispoli). L'attrezzatura con la quale abbiamo cominciato a pescare era veramente "primordiale". Un gozzetto diesel che faceva ben 8 nodi di crociera, qualche canna ereditata dai genitori e un ecoscandaglio in bianco e nero. Il Gps cartografico non sapevamo neanche cosa fosse e ci orientavamo in mare con le mire a terra cercando di affidarsi più che altro al senso dell'acqua, con tanta tanta approssimazione. Ma la voglia di imparare era talmente forte che niente ci spaventava. All'epoca avremmo pagato oro per avere una "guida" che ci aiutasse nel nostro cammino. L'idea di creare un gruppo di pesca è nata proprio da questo, dalla consapevolezza che avere delle figure di riferimento nella pesca avrebbe potuto abbreviare i tempi necessari per diventare dei buoni pescatori. E così nel 2015 è nato il Gruppo di Pesca Ladispoli e successivamente, con l'ingresso di Roberto Bucci, altro vecchio amico, nel 2017 abbiamo costituito una ASD (Associazione Sportiva Dilettantistica).

Perché parla di "pseudo informazioni" nella comunicazione mediatica di questi anni?

Viviamo in un'epoca dove i più giovani vengono letteralmente bombardati continuamente da informazioni fredde, senza il necessario confronto umano. Spesso dal mondo del web e dai social si acquisisce una infinità di nozioni ma, attraverso uno schermo e una tastiera, quanto si impara veramente? Uno dei più grandi rischi che i giovani corrono è proprio quello di pensare di acquisire competenze attraverso questi canali, senza rendersi conto della differenza che passa tra una conoscenza nozionistica e una conoscenza reale. In altre parole la conoscenza nozionistica per diventare conoscenza reale deve avere la possibilità di maturare e trasformarsi in una abilità reale. E per trasformarsi in abilità reale serve necessariamente un confronto reale con una persona reale, dove ci sia un "fare" reale. In un incontro reale c'è la possibilità di chiarire dubbi facendo esempi pratici e non si rischia di interpretare le cose in modo sbagliato. Tanto per fare un esempio pratico diciamo che è probabile che si riesca ad imparare a legare un amo da pesca attraverso un ottimo tutorial eseguendo una serie di passaggi ben descritti ma ben difficilmente si può imparare a pescare tramite un tutorial, proprio perché manca la possibilità del confronto e si rischiano interpretazioni sbagliate delle nozioni. Ecco quindi perché le informazioni possono diventare delle pseudo informazioni.

Cosa vuol dire far parte di un' associazione?

Vuol dire innanzitutto condividere una forte passione comune. Attraverso l'uso di whatsapp riusciamo ad avere un confronto continuo e quotidiano sulle nostre esperienze di pesca, analizzando insieme gli aspetti salienti di ogni uscita.

Cosa c'è di differente rispetto ad un tradizionale Charter di pesca?

Nei tradizionali Charter di pesca si organizzano uscite con lo scopo di divertirsi e di pescare pesce. Nella nostra Associazione si organizzano Incontri teorici e pratici, individuali e di gruppo, allo scopo di aumentare la competenza del singolo pescatore. Se durante l'uscita di pesca si riesce a catturare qualche pesce

siamo tutti ancora più contenti ma la finalità non è certo questa. È essenzialmente un percorso didattico dove il neofita può acquisire comodamente le basi della pesca, ma anche il pescatore già formato può perfezionare la propria tecnica attraverso un confronto continuo. Inoltre il percorso formativo comprende anche una certa attenzione verso la conoscenza del mare e il rispetto della fauna ittica.

Cosa intende per conoscenza del mare e rispetto della fauna ittica?

Cerchiamo di andare oltre l'aspetto della sola pesca e di avere uno sguardo più ampio verso il mare. Diventare dei buoni pescatori significa innanzitutto conoscere il mare in tutti i suoi aspetti. Conoscere le normative principali inerenti la navigazione, conoscere ed interpretare i venti, la sicurezza in mare, la conoscenza verso le principali specie marine, il rispetto delle taglie minime e il prelievo attento verso i periodi di riproduzione, etc...". Tanto per fare un esempio praticiamo la pesca al dentice con molta attenzione, attraverso delle regole di limitazione del pescato e/o di rilascio proprio nei periodi di riproduzione.

Quindi all'interno di questo percorso voi rappresentate i docenti e i pescatori gli allievi?

Nella pesca non esiste mai un punto di arrivo. Semmai tanti nuovi punti di partenza. Ogni uscita rappresenta una grande opportunità di apprendimento per chiunque. Quindi più che professori ci sentiamo delle figure di riferimento, dei "tutor" che con tanta umiltà cercano di trasferire le proprie esperienze passate e di dare la giusta interpretazione per le esperienze nuove. Ma ripeto... noi siamo i primi a continuare ad imparare.

In quanto tempo un pescatore neofita riesce a diventare un buon pescatore attraverso i vostri corsi?

Beh... credo sia impossibile parlare di tempi precisi. Dipende più che altro da quanto tempo il pescatore

decide di dedicare a questo percorso. Frequentare i nostri corsi non significa necessariamente imparare a pescare con successo dopo un certo numero di incontri. Il pescatore deve essere ben consapevole che oltre agli incontri didattici con noi, c'è bisogno di mettere a frutto anche da soli le esperienze condivise. Quindi dopo gli incontri con noi è essenziale uscire da soli per costruire la propria esperienza pratica. In poche parole i corsi aiutano ad abbreviare i tempi ma senza il necessario sacrificio personale non si arriva da nessuna parte".

L'associazione quanti soci conta?

In questo momento conta in totale 27 soci. Un numero interessante direi che cresce costantemente, con una percentuale di abbandoni bassissima, per lo più legati alla consapevolezza di non avere il tempo necessario da dedicare. Il piacere più grande per noi non sta tanto nel numero crescente di soci quanto nel condividere con loro la gioia nel raggiungimento dei loro obiettivi. Per un pescatore riuscire a catturare un pesce importante, può rappresentare il coronamento di un sogno di tantissimi anni e, quando questo accade, ci sentiamo veramente molto gratificati.

Come si fa a diventare soci della ASD Pesca Ladispoli?

Si fa un colloquio preliminare con me allo scopo di verificare se gli intenti sono comuni in modo da iniziare il percorso didattico nel modo più chiaro possibile. Dopo di che si deve eseguire un tesseramento presso il negozio TODARO SPORT. Il titolare Riccardo Todaro ha accettato di collaborare con noi in modo effettivo fin dall'inizio di questa avventura e il suo apporto è stato sempre molto importante per noi, anche nell'organizzazione di incontri di gruppo ed iniziative importanti come le gare di pesca. Inoltre il suo negozio rappresenta un punto di riferimento assoluto nella zona di Ladispoli, essendo molto fornito.

Fabio Di Pietro
COSTRUZIONI IN LEGNO

**TETTOIE
IN LEGNO
IN LAMELLARE**
A PARTIRE DA € 99,00 AL MQ

IN OMAGGIO
IMPIANTO ELETTRICO E LUCI A LED

INFO E PREVENTIVI
06 9949003 - 393 2514428

"TERREMOTO NELLE SOCIETÀ DI CALCIO"



**IL MISTER CARLO LEONORI
CI SPIEGA COME, CON L'ENTRATA IN VIGORE
DELLE NUOVE NORMATIVE,
PER MOLTI ALLENATORI SIA FINITA
L'AVVENTURA PROFESSIONALE**

Nel nostro territorio un altro sportivo che insegna calcio ha ottenuto il patentino di allenatore Uefa B. Ovvero il titolo che permette di allenare squadre come primo tecnico in Serie D e come allenatore in seconda in Serie C. Stiamo parlando di Carlo Leonori che in questi giorni ha ottenuto il patentino e dunque è ora sul mercato degli allenatori e già sarebbe stato contattato da importanti club non solo del Lazio. Col mister Leonori abbiamo parlato a tutto tondo di calcio, panchine, gestioni societarie e futuro sportivo del nostro territorio.

Come è stato il corso per ottenere il titolo Uefa B?

"E' iniziato il 23 aprile con frequenza quotidiana, al contrario di altri corsi che si svolgevano settimanalmente a singhiozzo. Era peraltro l'ultimo corso per allenatori Uefa B, d'ora in poi si dovrà partecipare prima al corso Uefa C per il settore giovanile, poi al corso Uefa E regionale che permette di allenare nei Dilettanti. Successivamente si può partecipare al corso come quello da me svolto che ti permette di allenare in Serie D e come secondo in Serie C".

Lei allena da 15 anni, ha imparato qualcosa di nuovo da questo corso?

"Certamente, si apprendono nozioni tattiche e psicologiche che prima del corso erano sconosciute, soprattutto a livello giovanile di Scuola calcio ed agonistica".

Dalla stagione che è partita ufficialmente il primo luglio cambieranno molte cose nel regolamento della Figc per quanto riguarda gli allenatori. Cosa pensa di queste innovazioni?

"Sono favorevole al 100%. Purtroppo ne pagheranno le conseguenze anche bravi allenatori nel settore giovanile che per problemi di lavoro o familiari non hanno potuto frequentare alcun corso della Figc e dal prossimo anno non potranno essere inseriti come allenatori".

C'è una novità importante. E' vero che tutte

le società sportive dovranno essere dotate di defibrillatore e di un responsabile abilitato ad adoperarlo in caso di emergenza?

"In realtà è già così. Tanto è vero che inserito nel corso Uefa vi è stato obbligatorio quello di primo intervento cardiaco ed uso del defibrillatore riconosciuto dall'Ares con il quale siamo abilitati ad essere responsabili eventualmente delle società che andremo ad allenare. Il problema è che non tutte le società sportive si sono adeguate a questa legge ed in tante strutture nelle quali sono stato da avversario non vi era traccia del defibrillatore".

E nel nostro territorio come siamo messi con le società che svolgono anche Scuola calcio? Hanno a disposizione il macchinario?

"Il Città di Cerveteri, dove oltretutto mando i miei due figli alla Scuola calcio, ha tutto in regola da questo punto di vista. Anche la società Dm 84 è dotata di defibrillatore e relativo responsabile. Per quanto riguarda altre società del territorio sinceramente non metterei la mano sul fuoco".

Parliamo di lei, ha ricevuto offerte per l'imminente stagione?

"Sì, sto valutando con la famiglia alcune proposte giunte anche da club non del Lazio. Non è facile conciliare impegni lavorativi e familiari con la professione di allenatore".

In zona l'Unione Sportiva Ladispoli è la società che milita nel campionato più importante, ovvero la Serie D. Cosa pensa del club del presidente Paris?

"Beh i fatti parlano chiaro. Prima squadra in Serie D, giovanili nella categoria Elite, un'ottima società che ha saputo programmare negli anni, partendo dai Dilettanti e centrando poi il grande salto. Quest'anno avrà in panchina un ottimo allenatore come Michele Zeoli, mio grande amico, che la scorsa stagione ha lavorato bene sulla panchina del Città di Cerveteri. Sono certo che anche a Ladispoli farà molto bene".

VIETATO MORIRE A CERVETERI

**I POCHI POSTI RIMASTI NEL CIMITERO DEL SASSO
POTREBBERO ESAURIRSI IN POCO TEMPO**

Vietato morire a Cerveteri. Almeno fino a quando non saranno ampliate le tombe nei cimiteri comunali. Sono giorni di preoccupazione quelli che si vivono nella città cerite dove l'emergenza loculi sta assumendo connotazioni pesanti. I due camposanti di via Rosati e via dei Vignali sono esauriti da tempo, le sepolture possono essere effettuate soltanto nel piccolo cimitero della frazione del Sasso. Dove però sarebbero disponibili soltanto una decina di loculi ed una ventina di posti per le inumazioni sotto terra. Le aziende del settore da tempo segnalano la gravità della situazione. Evidenziando come siano momenti difficili, in caso di aumento dei decessi, a Cerveteri si rischierebbe il collasso e l'unica soluzione sarebbe il parcheggio delle salme provvisoriamente nelle camere mortuarie. La decisione del comune di Ladispoli dello scorso febbraio che ha revocato il permesso di ospitare i defunti di Cerveteri nel cimitero civico di via Settevene Palo ha aggravato la situazione. Peraltro, i posti nei cimiteri del territorio di Cerveteri siano ormai agli sgoccioli e si rischierebbe di dover ricorrere addirittura agli ossari per dare pace ai defunti. Dal palazzetto municipale di Cerveteri però manifestano ottimismo, respingendo ogni allarmismo. "La situazione è sotto controllo - spiega il vice sindaco Giuseppe Zito - non ci sono defunti in lista di attesa, stiamo provvedendo a pianificare interventi risolutivi". Nella vicina Ladispoli la situazione sembra essere meno preoccupante, entro pochi giorni sarà infatti



firmata la convenzione tra l'amministrazione e la ditta che gestisce il cimitero della via Settevene Palo. "Entro l'estate - annuncia il sindaco Alessandro Grando - partiranno i lavori per la costruzione di 1.200 nuovi loculi all'interno del camposanto. Costruzioni che rappresenteranno la soluzione alla mancanza di tombe all'interno della struttura dove i posti iniziavano a scarseggiare. I loculi saranno realizzati entro dodici mesi, a costo zero per le casse municipali e senza alcun ampliamento della durata della concessione esistente con la ditta che si occupa del cimitero".

RIAL
porte e finestre

BERTOLOTTO
BATLEX
vetrex

VIA SETTEVEENE PALO, 91/93 CERVETERI (RM) CELL. 324 6049163

TORNA IL CAMPO SCUOLA DELLA PROTEZIONE CIVILE

È stato pubblicato sul sito internet www.comune.cerveteri.rm.it l'Avviso Pubblico per l'iscrizione al Campo Scuola 'Anch'io sono la Protezione Civile', coordinato dal Gruppo Comunale di Protezione Civile del Comune di Cerveteri e finanziato dalla Presidenza del Consiglio dei Ministri.

Da lunedì 22 a venerdì 26 luglio, una settimana all'insegna della natura, dell'avventura e della formazione. È quella che vivranno 21 ragazzi di età compresa tra i 10 e i 13anni, immersi nella meravigliosa area verde dell'Istituto Enrico Mattei di Cerveteri, che come ogni anno conferma la propria disponibilità ad ospitare nei propri spazi le attività del Campo Scuola.

“Quella del Campo Scuola è una delle attività che riscuotono maggior apprezzamento tra le famiglie della nostra città. In essa, come sempre portata avanti dalla Protezione Civile di Cerveteri, vedono un'opportunità formativa, istruttiva, ma allo stesso tempo divertente e un'occasione unica per i propri figli per socializzare e stringere nuove amicizie – dice il sindaco Alessio Pascucci

– il funzionario comunale Renato Bisegni, che coordina il Gruppo di Protezione Civile, ha riservato anche per questa edizione un gran numero di attività per i ragazzi che si iscriveranno. Da lezioni teoriche sul mondo della Protezione Civile, fino a vere e proprie simulazioni di intervento in situazioni di criticità o di pericolo. Il tutto, ovviamente, sotto l'occhio vigile e sempre attento di personale qualificato. Non mi resta altro dunque, che ringraziare tutti i volontari ed invitare i genitori ad iscriverne i propri figli a questa straordinaria attività”.

La domanda di partecipazione è scaricabile dal sito del Comune di Cerveteri. Requisiti per la partecipazione, l'età compresa tra i 10 e i 13 anni, la residenza nel Comune di Cerveteri e il non aver già aderito ad altri Campi Scuola di Protezione Civile. Alla domanda, va allegato il certificato di sana e robusta costituzione attestante l'assenza di sindromi infettive, integrata da certificazione o comunicazione di eventuali allergie o intolleranze alimentari e da copia dei documenti d'identità dei genitori richiedenti l'iscrizione.

IN VIA OSCAR ROMERO

NUOVA VITA PER LE TARTARUGHE

Un intervento accurato, condotto da mani esperte, mirato alla salvaguardia, alla tutela e al benessere di bellissimi esemplari di tartarughe acquatiche che senza di esso avrebbero visto forse segnato il loro destino. Pamela Baiocchi, Delegata alle Politiche Scolastiche, Divulgatrice Scientifica ed esperta faunistica in questi giorni sta provvedendo alla pulizia dei carapaci delle tartarughe presenti all'interno dell'area verde di via Oscar Romero, meglio conosciuta come Parco Fürstenfeldbruck. A seguito della scadenza della convenzione per cui la gestione dell'area era affidata ad un privato, il Parco è rientrato nelle piene disponibilità, del Comune di Cerveteri. All'interno dell'area, rilasciata dal gestore anche un laghetto dove dimoravano alcune tartarughe d'acqua americane. Le tartarughe presentavano i carapaci ricoperti di una patina verdastra e in alcuni casi anche delle micosi sulla pelle da ricondurre prevalentemente alla nutrizione non perfetta e a condizioni igieniche

sbagliate. Di concerto tra la Delegata e la Protezione Civile, che in questo momento si sta occupando della gestione e manutenzione del Parco, si sta provvedendo al ricambio quotidiano dell'acqua e a fornire alle tartarughe la giusta e corretta alimentazione al fine di garantire loro condizioni igieniche adeguate. L'intervento sulle 20 testuggini palustri americane è stato condotto insieme a Rita Narducci volontaria del Gruppo di Protezione civile. Presente agli interventi di ieri mattina, anche Elena Gubetti, Assessore alle Politiche Ambientali, che ha dichiarato: “oggi il Parco è totalmente pubblico, ben mantenuto, custodito e dispone di questo piccolo laghetto con questi esemplari di animali davvero bellissimi. Ringrazio pertanto per la disponibilità e per l'intervento a tutela di questi animali, fatto come sempre con spirito di volontariato. Un grazie anche a chi quotidianamente si occupa di quest'area verde consentendo a tutti i nostri concittadini di poterne fruire”.

Offerte valide dal 15 al 25 Luglio 2019
salvo esaurimento scorte



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

Tutti al mare!!



1.99 MATERASSINO Tinta unita ecc. ass. cm 183x69



4.99 MATERASSINO con finestra e buco per i piedi ass. cm 185x74



5.99 POLTRONA designer fashion lounge con schienale e porta bicchiere cm 161x84



4.99 POLTRONA flip pillow lounge pieghevole 2 posizioni cm 102x94



7.99 MATERASSINO ananas-limone fragole-anguria cm 174x95



15.90 PISCINA Oceano cm 152x51



8.80 PISCINA a 4 anelli color cm 157x46

4.40 PISCINA SUMMER 3 anelli color cm 102x25



4.99 CAVALCABILE cocodrillo con maniglia cm 137x89



3.99 CAVALCABILE balena trasparente con maniglia cm 177x71



9.90 CAVALCABILE fenicottero cm 127x127



6.99 CANOTTINO con copertura cm 98x65



1.99 SALVAGENTE con animali ass. 3-6 anni



5.99 SALVAGENTE unicornio cm 136x131



15.90 ISOLA ANGIURA Bestway cm 188



0.79 BRACCIOLI delcino-frutta ass.



0.79 OCCHIALINI High style 3-6 anni Sunrays 7-14 anni



3.69 OCCHIALINI hydro-pro competition adulto ass.

4.99 MASCHERA subacina dive adulta in policarbonato ass.



6.99 PORTA galleggiante con palla cm 137x65



1.69 SET SPIAGGIA 2 racchettoni + palla ass.



6.60 SPIAGGINA mini textile con tracolla



7.99 TEXT SPIAGGINA in acciaio melange ecru-blu-verde



7.99 OMBRELLONE 2 metri TUBO alluminio

4 COLORI ASSORTITI



3.99 OMBRELLONE 1,8 metri TUBO ferro

6 COLORI ASSORTITI



24.90 BARBECUE rettangolare con figure in legno cm 58x37x36

3.99 MAURYS Grill manico in legno set 3 pz

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

Offerte valide dal 15 al 25 Luglio 2019
 salvo esaurimento scorte

Amici animali

<p>FRISKIES Picnic Maxi g 45 - al kg 25,56 1.15</p>	<p>1250 GRAMMI MAURY'S Boccancini ass. g 1250 - al kg 0,70 0.88</p>	<p>MAURY'S DOG crocchette agnello/riso-pesce g 800 - al kg 2,11 1.69</p>	<p>5 kg Special DOG Classic g 5 kg - al kg 0,98 4.88</p>
<p>SPECIAL DOG Fresh paté boccancini ass. g 150 - al kg 4,33 0.65</p>	<p>MIGLIOR CANE I Preferiti mini-adult kg 1,5 - al kg 1,79 2.69</p>	<p>MIGLIOR CANE I Preferiti ass. g 300 - al kg 2,30 0.69</p>	
<p>1500 GRAMMI SPECIAL DOG Excellence puppy e junior pollo kg 1,5 - al kg 3,33 4.99</p>			

<p>MIGLIOR GATTO croccantini ass. kg 2 al kg 0,99 1.99</p>	<p>FRISKIES Boccancini coniglio verdure vitello g 400 - al kg 1,98 0.79</p>	<p>FRISKIES Crock e Soft manzo-salmone/tonno Junior g 375 - al kg 2,64 0.99</p>	<p>LECHAT Fresh paté boccancini ass. g 100 - al kg 4,50 0.45</p>
	<p>FELIX Party Mix snack ass. g 60 - al kg 19,83 1.19</p>	<p>FELIX Sensations Jetlies g 100x4 - al kg 3,23 1.29</p>	<p>6 LITRI MAURY'S in cristalli di silicio Maxi Formato 6 litri 4.49</p>

DOMENICA APERTO

Offerte valide dal 15 al 25 Luglio 2019
salvo esaurimento scorte

di Felicia Caggianelli

AL VIA LA RACCOLTA SEPARATA DI CARTA E CARTONE



PER LE UTENZE NON DOMESTICHE IL MATERIALE SARÀ SUDDIVISO PER POTERLO VALORIZZARE CORRETTAMENTE E RICICLARLO

Con l'avvio del calendario estivo a Cerveteri è stata introdotta una novità importante per tutte le utenze non domestiche: la raccolta di carta e cartone avviene in modo separato questo per poter valorizzare meglio il materiale correttamente separato e raccolto. Da ora dunque tutti gli imballaggi in cartone saranno raccolti tutti i giorni separatamente dalla carta che invece viene raccolta solo il venerdì. Nella raccolta della carta è possibile conferire giornali, libri, quaderni, fogli, cartoncini e contenitori in tetrapak per alimenti, mentre gli imballaggi in cartone andranno esposti opportunamente schiacciati al fine di ridurre il volume solo ed esclusivamente all'orario di conferimento previsto dal Calendario della propria zona di raccolta. "Affinché il servizio funzioni in maniera ottimale - spiega l'assessore all'ambiente, Elena Gubetti - non si potrà prescindere dalla necessaria collaborazione delle utenze non domestiche che dovranno rispettare alcune semplici indicazioni. Infatti, il primo e fondamentale anello della catena per una efficiente raccolta differenziata, è l'utente che s'impegna a differenziare i propri rifiuti e rispettare i giorni, gli orari e le modalità per il corretto conferimento. Ogni utenza non domestica deve utilizzare solo ed esclusivamente i propri contenitori ricevuti in dotazione di cui ne è responsabile. Tali contenitori sono infatti dotati di codici a barre per l'identificazione dell'utenza

e non sono in alcun modo cedibili ad altri. I rifiuti esposti senza contenitore non potranno essere ritirati e saranno segnalati alle autorità preposte come "abbandono illecito di rifiuti". I ristoranti, i supermercati e tutti gli esercizi commerciali ed artigianali, per motivi estetici e di igiene, sono obbligati a non depositare i rifiuti sulle pubbliche vie, bensì dovranno mantenere i contenitori carrellati per la raccolta dei rifiuti da loro prodotti all'interno della loro proprietà e ad esporli per lo svuotamento avendo cura di separare correttamente i rifiuti". Si ricorda che è possibile conferire solo i rifiuti assimilabili agli urbani per qualità e quantità. In generale, sono assimilabili agli urbani i rifiuti speciali non pericolosi che abbiano una composizione merceologica analoga a quelli di origine domestica e provenienti da attività produttive. Tutti i rifiuti speciali, infatti, vanno smaltiti a cura del produttore e non possono essere conferiti nel sistema di raccolta dei rifiuti urbani, nei contenitori del "porta a porta" o presso il CCR, bensì devono essere gestiti separatamente all'interno dell'attività e smaltiti da ditte autorizzate con le quali istituire apposite convenzioni. Per ricevere maggiori informazioni, per dubbi sulle modalità di smaltimento dei rifiuti è possibile chiamare il numero verde 800 996 9988 dal lunedì al venerdì dalle ore 8.30 alle ore 12.30.

QUANDO CERVETERI DIVENNE PATRIMONIO DELL'UMANITÀ

**A LUGLIO DEL 2004
LA NECROPOLI ETRUSCA, INSIEME A TARQUINIA,
FU NOMINATA SITO UNESCO
RAPPRESENTANDO UN CAPOLAVORO
DEL GENIO CREATIVO DELL'UOMO**

Quindici anni fa, erano i primi giorni di luglio del 2004, il Comitato Esecutivo dell'Unesco, del quale l'Italia non faceva e non fa parte neppure oggi, riunito a Suzhou sul Fiume Azzurro in Cina già, a suo tempo, visitata da Marco Polo, proclamò l'unicum delle Necropoli Etrusche di Cerveteri e di Tarquinia come Patrimonio Mondiale dell'Umanità. Con la seguente menzione: "Le Necropoli di Cerveteri e Tarquinia rappresentano un capolavoro del genio creativo dell'uomo: l'estensione delle pitture decorative di Tarquinia è eccezionale sia per le forme che per i contenuti poiché rivelano gli aspetti della vita, della morte e delle credenze religiose degli antichi Etruschi. Cerveteri

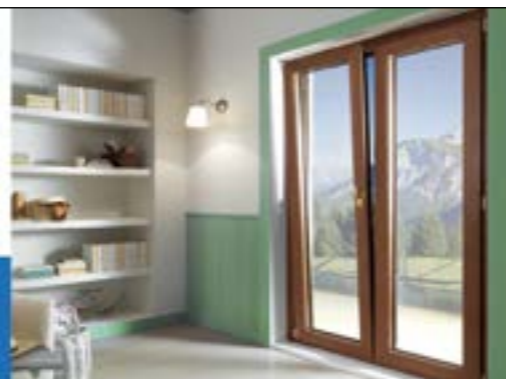
presenta, nel contesto funerario, le stesse concezioni urbanistiche e architettoniche di una città antica. Le due Necropoli costituiscono una testimonianza unica ed eccezionale dell'antica civiltà etrusca, unica tipologia di civilizzazione urbana dell'Italia pre-romana. La descrizione della vita quotidiana, rappresentata sugli affreschi delle tombe, molti dei quali presenti nelle abitazioni etrusche, costituisce una testimonianza unica della scomparsa di questa cultura. Molte delle tombe di Tarquinia e di Cerveteri rappresentano le tipologie di costruzione che non esistono in nessuna altra forma. I cimiteri, progettati come le città etrusche, sono tra i più antichi della Regione".

28

Cerveteri

Infissi 2000 Di Villella
Giuliano
**SERRAMENTI IN PVC ED ALLUMINIO
DI NOSTRA PRODUZIONE**

Via della Piscina, 8 - Cerveteri (Loc. Due Casette)
Tel/Fax 06 99 02 751 - Cell. 339 61 84 947 - 329 78 70 446
villellagiuliano@tiscali.it - www.infissi2000sas.it



A ciò seguì il 28 Novembre 2004 la consegna, presso la bella Aula Consiliare di Tarquinia, dal parte dell'allora direttore del Centro del Patrimonio Mondiale dell'Unesco Francesco Bandarin (architetto italiano di Venezia), ai Comuni di Cerveteri e Tarquinia dell'Attestato del Sito Unesco Patrimonio Mondiale dell'Umanità. Ma vi fu tutta una "marcia di avvicinamento", non semplice né facile (a cui chi scrive partecipò direttamente in prima persona fin dall'inizio), che partì alla fine del Settembre 2002 con una nota informativa del Ministero per il Beni e le Attività Culturali ai Comuni di Cerveteri e Tarquinia, alla Soprintendenza per i Beni Archeologici dell'Etruria Meridionale, alla Provincia di Roma, alla Provincia di Viterbo ed alla Regione Lazio nella quale si ipotizzava la candidatura dell'Italia all'UNESCO dell'anno 2003, ai fini dell'inserimento nella Lista del Patrimonio Mondiale dell'Umanità (World Heritage List) dell'unicum etrusco rappresentato dalla Necropoli di Cerveteri e di Tarquinia. Sarebbe lungo citare i principali accadimenti che portarono a questo ambitissimo riconoscimento mondiale (nei quale l'Italia - pur escludendo il Sito di San Marino che è considerato dall'ONU - ergo UNESCO uno stato estero - ad oggi, a.D. 2019, è ancora prima sul Pianeta Terra con 54 Siti Patrimonio Mondiale dell'Umanità seguita dalla Cina con 53), per cui mi limito a ricordare l'essenziale. Vi è da dire, per correttezza d'informazione, che inizialmente fu Cerveteri ad assumere subito l'iniziativa, pur trattandosi di una designazione congiunta, in quanto a Tarquinia, nell'incipit, il dettaglio del tutto non era chiarissimo, ma poi si fece, a seguire, un gran bel lavoro all'unisono in perfetta sinergia con i rappresentanti degli Enti succitati. Intenso lavoro che, con un forte e complesso impegno da parte di tutti, portò a quel notevolissimo risultato. Le ispezioni: il 23 Luglio 2003 avvenne la prima effettuata dal coltissimo prof. Giora Solar (dominante ben dieci lingue straniere più vari dialetti di molte contenute etnie sparse per il mondo, il quale aveva fatto ispezioni in tutto il pianeta anche in mongolfiera ed in slitta! Questo per dire con quale rinomatissima Personalità ci dovvemmo confrontare) architetto di grande fama internazionale e dirigente dell'I.C.O.M.O.S. (International Council on Monuments and Sites - il "braccio operativo" dell'UNESCO); la seconda l'8 Marzo 2004 sempre a cura del prof. Solar (una vera e propria massima autorità in materia che, fra l'altro, era già stato uno dei direttori del Getty Museum in California). Comunque stabilimmo una sorta di "record mondiale" in quanto, in meno di un anno dalla prima ispezione, si ottenne il Sito UNESCO.



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



SEGUICI SU  **FERRI CARNI**

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

IL BANDITO DIVENTATO LEGGENDA



LA CONTROVERSA, MISTERIOSA ED INSPIEGABILE STORIA DI SALVATORE GIULIANO NELL'IMMEDIATO DOPO GUERRA SICILIANO

Questa è la storia di un uomo, di un bandito, tanto inafferrabile ed astuto che nessuno riusciva a rintracciarlo; così potente e feroce che impauriva già solo il nome. Ma anche a tal punto strano e complesso da divenire una leggenda. E' anche una storia di Forze dell'ordine, di altri banditi, di confidenti, di giornalisti, di politici, di sindacalisti e di persone comuni. Questa è la storia del bandito Giuliano che, per noi, ora, comincia dalla fine.

E ha inizio con una fotografia: vi è un uomo, a terra, in canottiera e sandali, morto. Le gambe dietro di lui sono di un carabiniere e ciò che ha accanto alla mano, quasi gli fosse caduto, è un mitra. Quello di un bandito, in quanto quell'uomo è un bandito, anzi, è il bandito, cioè il bandito Giuliano. Ma cosa è successo per giungere a quella fotografia?

Castelvetrano, 5 luglio 1950, ore 3,15 del mattino. In strada, scendono tre uomini che ignorano essere attesi dai carabinieri ivi appostati. Uno, è avanti, con le scarpe in mano e gli altri due, sono dietro. Un carabiniere si muove, uno degli uomini se ne accorge e spara; i carabinieri reagiscono e sparano anche loro. Quello senza scarpe, fugge e gli altri due si fanno strada a colpi di mitra. Uno riesce a scomparire tra i vicoli, ma l'altro ha un istante di esitazione. E a capo scoperto, passa sotto un lampione, venendo riconosciuto dai carabinieri: è l'uomo che cercano, è il bandito Giuliano. Inquadrato dal fuoco dei mitra, scappa, sparando. Colpito di fianco da una raffica, poi, di fronte, a meno di due metri, Giuliano crolla a terra, in un cortile, e muore. Rapporto, del 9 luglio 1950, dei carabinieri. Ma alcuni giornalisti che arrivano in loco notano che vi è qualcosa di strano nel cortile. Osservando la fotografia, si rileva che Giuliano indossa i pantaloni con la cintura che ha saltato

due passanti, come se gli fosse stata infilata; che i sandali sono calzati, ma ve ne è uno slacciato; che la canottiera è intrisa di sangue sulla schiena, mentre Giuliano dovrebbe essere stato colpito al torace.

Ed allora, cosa è successo nel cortile quella notte? Come è morto il bandito Giuliano? E chi era costui? Orbene, nel 1943, la Sicilia viene liberata, quando gli Alleati sbarcano sull'isola e la conquistano. Ed è in tale contesto - di tempo e di luogo - che Salvatore Giuliano diviene un bandito, precisamente il 2 settembre dello stesso anno, all'età di ventuno anni, quando uccide un carabiniere, in un posto di blocco. Tre mesi dopo, ammazza un ufficiale dei carabinieri, in una azione quasi militare, insieme ad un'altra decina di persone, a seguito dell'arresto degli uomini della sua famiglia. D'improvviso, Giuliano, da bandito, diviene guerrigliero. Successivamente, nella notte fra il 30 e il 31 gennaio dell'anno dopo, fa evadere, dal carcere di Monreale, dodici persone: è il primo nucleo della banda Giuliano, è il primo passo della leggenda. La banda Giuliano è composta da una decina di effettivi, detti "i grandi", tutti latitanti, affiancati da una quarantina di "picciotti", reclutati, di volta in volta, per ciascuna azione, incensurati. Il capo è lui, Salvatore Giuliano.

Nel maggio 1945, egli viene reclutato dal Movimento separatista - attivo, in Sicilia, da almeno due anni, formato da circa mezzo milione di iscritti - divenendo colonnello dell'Esercito per l'indipendenza della Sicilia e, dunque, prende avvio quella che avrebbe dovuto essere la guerra civile organizzata dai separatisti, allo scopo di dividere la Sicilia dal resto di Italia. Questa è la seconda fase della storia di Giuliano.

Contro il banditismo e l'esercito separatista, in generale, e Giuliano, in particolare, lo Stato invia i

suoi uomini. Viene costituito l'Ispettorato Generale di Pubblica Sicurezza per il coordinamento delle operazioni di polizia e di carabinieri in Sicilia; l'Ispettorato che non consegue risultati utili, talché il comando delle operazioni viene trasferito ai carabinieri. Frattanto, viene creato il Cfrb (Corpo Forze Repressione Banditismo). Ventisei ufficiali dei carabinieri e sedici di pubblica sicurezza, millecinquecento carabinieri e cinquecento poliziotti. Quattromila chilometri quadrati sono suddivisi in settanta sottozone, presidiate da squadriglie e comandi intermedi: è una autentica guerra. Poi, l'occupazione del territorio da parte delle Forze dell'ordine dello Stato, i risultati militari, l'evoluzione democratica della Sicilia, ma soprattutto la concessione dell'autonomia alla regione Sicilia, tolgono spazio politico-militare al separatismo. Ma qualcun altro ha adocchiato Giuliano, sin dal 1943: la mafia; senza la protezione della quale, senza la sicurezza di movimento che essa poteva garantirgli, egli non sarebbe potuto divenire ciò che era: il bandito Giuliano, oltretutto uno dei banditi più famosi del mondo, una leggenda. Ricercato dalle Forze dell'ordine che battono incessantemente il territorio, riceve visitatori e giornalisti nella sua grotta sui monti, si fa fotografare in posa ed intervistare. Giuliano scrive poesie e si presenta come una sorta di giustiziere popolare che aiuta vecchi mendicanti, condanna a morte chi ha rubato ad una famiglia povera o ha finto di farlo a suo nome, lasciando sui corpi delle vittime cartelli con la scritta "Giuliano non deruba i poveri" o "Giustiziato in nome di Dio e della Sicilia".

Una specie di Robin Hood, appunto, costruito mediante episodi incontrollabili, contraddetti da azioni criminali. Una immagine che si infrange a Portella della Ginestra.

Le elezioni regionali, del 1947, marcano la vittoria della Sinistra socialcomunista, il "Blocco del popolo", sulla Dc, sui monarchici e sui separatisti; è un momento particolare della vita politica siciliana. Il movimento di occupazione delle terre, la riforma agraria, le lotte sindacali stanno ponendo in crisi la grande proprietà ed il latifondo, ed è proprio nelle campagne dominate dai grandi proprietari agrari e dalla mafia dei latifondi che lo scontro è più duro. E' un periodo di manifestazioni, e a Portella della Ginestra la festa del Primo maggio è una tradizione interrotta solo dal fascismo. E' un'ottima occasione per riprenderla, tanto più quel primo maggio 1947, con quell'esito elettorale. Nella piana di Portella, alle 9,30, vi sono molte persone. All'inizio, chi sente le esplosioni, proprio sulle prime parole dell'oratore, pensa a dei mortaretti ed applaude. D'improvviso, un sindacalista che sta sul palco, crolla a terra. Pure alcuni muli si piegano sulle zampe, un bambino cade, una donna si ritrova il vestito sporco di sangue. Non sono mortaretti: si sta sparando sulle persone.

Leggi l'articolo completo su www.orticaweb.it



ELETTROCAR

DI FRANCO MORELLI



SERVIZIO OFFICINA MECCANICA

Tagliandi plurimarche,

Impianti freni e frizioni,

Ricarica e manutenzione impianti A.C.

AUTODIAGNOSI ULTIMA GENERAZIONE

per autovetture immatricolate fino al 2018

CERVETERI
VIA GIACOMO LEOPARDI 5

Tel. 06 9943578 - Cell. 328 6927404

e-mail: officinaelettrocar@yahoo.it



ZARRILLO E MIETTA LE STAR DEGLI EVENTI ESTIVI A BRACCIANO

È partita in grande stile per la seconda edizione di "Bracciano Opera sotto le stelle" con la Tosca di Giacomo Puccini, un capolavoro italiano e tra le opere liriche più conosciute e apprezzate al mondo, che lo scorso mercoledì ha strappato applausi al Castello Odescalchi. Primo tassello di un mosaico di prestigio che per tutta la stagione estiva vedrà sbarcare a Bracciano artisti del calibro di Zarrillo e Mietta nell'ambito di un cartellone davvero interessante.

"Siamo lieti - dice il sindaco Armando Tondinelli - di poter proseguire con la rassegna estiva operistica consegnando alla cittadinanza un calendario ricco di appuntamenti, tutti ad ingresso gratuito. Fino al

6 settembre ci saranno ben otto appuntamenti con l'Opera ma allo stesso tempo avremo altre rassegne di alto spessore artistico perché il nostro obiettivo è quello di richiamare a Bracciano un turismo eccellente offrendo una tangibile progettualità anche sotto il profilo dell'intrattenimento culturale. Più Bracciano volerà alto e più risposta avremo in termini di visitatori e di rilancio della nostra splendida città. Siamo sicuri che il cartellone sarà un autentico successo.

Abbiamo altre importanti rassegne come la Musica dal Mondo, le Tradizioni Popolari e la Musica Popolare delle regioni italiane ma anche moda, festival, concerti e liscio.

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, TIM, WIND, SKY, and other logos.



DISCARICA ABUSIVA SCOPERTA VICINO ALLE RIVE DEL LAGO

Quella delle discariche abusive sembra essere una piaga tutta Italia. Non è da meno il comprensorio, da Civitavecchia a Fiumicino, passando per la zona lago. Questa volta la denuncia dello scempio causato dall'uomo è stata denunciata dai volontari dell'Avab Bracciano. I volontari durante il servizio di perlustrazione del territorio per la prevenzione agli incendi, hanno rinvenuto sul loro territorio, una piccola discarica abusiva. In particolare, i rifiuti, sarebbero stati rinvenuti in via monte la Rota, una zona bellissima, come tengono a precisare gli stessi volontari, del territorio.

Una zona trasformata in discarica a cielo aperto dai soliti incivili che anziché attenersi alle regole hanno deciso di sbarazzarsi dei loro rifiuti, ingombranti e non, abbandonandoli dove capita prima. Segno di inciviltà e anche un danno all'ambiente, come più volte denunciato dai volontari che operano sul territorio, come ad esempio Salvaguardiamo Bracciano, da anni impegnata nella pulizia del territorio e nella lotta all'abbandono dei rifiuti. Un gesto di inciviltà che va a danneggiare non solo tutti i cittadini rispettosi delle regole ma anche e soprattutto l'ambiente in cui si vive.



La qualità del prodotto
MADE IN ITALY



PRODUZIONE INFISSI

LAVORAZIONI IN FERRO

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



LAVORAZIONI IN FERRO

CANCELLI / GRATE
RINGHIERE / PERSIANE BLINDATE

www.tieffeinfissi.com

VIA S. ZOPPO, 14 00062 BRACCIANO (RM)

TEL: 06 9987021 - FAX: 06 99809343

Email: info@tieffeinfissi.com

PARCHEGGI A PAGAMENTO, FINALMENTE CAMBIA TUTTO

LA SMS SERVIZI DEL COMUNE GESTIRÀ DIRETTAMENTE LE STRISCE BLU SIA A SANTA MARINELLA CHE AL CASTELLO DI SANTA SEVERA

Da pochi giorni i parcheggi a Santa Severa, ovvero le strisce blu, sono gestiti ufficialmente dalla Sms Servizi. Il passaggio del testimone dall'azienda che li aveva in appalto, segna un traguardo importante ed un'inversione di rotta per l'azienda municipalizzata verso una gestione manageriale che guarda al profitto ed agli interessi pubblici. I risultati non sono mancati, sono stati sembra incassati oltre 20 mila euro nei primi due weekend. Gli introiti della gestione andranno a risanare il bilancio comunale e quello della stessa municipalizzata che assumerà la gestione diretta dei parcheggi presso il Castello di Santa Severa, grazie alla cessione delle aree da parte della Regione Lazio. Il progetto si pone anche l'obiettivo di dare un serio stop alla soste selvagge ed ai campeggi improvvisati nell'antico maniero. Chi vorrà visitare il Castello, partecipare agli eventi e passare una giornata al mare, troverà un parcheggio a pagamento, ovvero 4 euro per intera giornata, ordinato e custodito dal personale della Sms servizi.

Oltre alla gestione dei parcheggi, la Sms Servizi ha ricevuto il compito di ripulire l'area "Ex Italcementi" per consentire le operazioni di bonifica dell'amianto presente sullo stesso sito. Un traguardo importantissimo per la municipalizzata

che riceve il primo contratto esterno per lavori di ripulitura e sfalcio. "L'azienda in House del Comune - dice il sindaco Pietro Tidei - vuole dimostrare di essere in grado di ricevere contratti esterni e di questo, devo ringraziare il Presidente Pietro Andolfi che, dal primo giorno della sua nomina ha lavorato incessantemente mettendo a disposizione la sua esperienza manageriale maturata in grandi aziende e debbo dire che i risultati cominciano ad arrivare. In ultimo, ma non in ordine di importanza, la Regione Lazio ha concesso gratuitamente al Comune la spiaggia che si trova davanti l'Ex Colonia a Santa Severa, oggi abbandonata, che sarà un ulteriore fonte di reddito per l'Ente.

Con il personale della Sms Servizi attrezzeremo quella spiaggia dove si potrà passare una giornata al mare a prezzi concorrenziali garantendo altresì un facile accesso anche alle persone diversamente abili.

Grazie a queste operazioni - conclude Tidei - contiamo di ripianare entro un anno il disavanzo della Sms Servizi che ammonta a circa 200 mila euro, ma soprattutto di trasformare questa azienda che aveva introiti esterni pari a zero in una società virtuosa in grado proiettarsi nel mercato offrendo maggiori servizi".

34

Santa Marinella



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

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**

TIA E ICTUS CEREBRI ... COME PREVENIRLI?

QUALI SONO I FATTORI DI RISCHIO?



Ma cosa ha avuto un **ictus**? Ossia un'insorgenza improvvisa di un **deficit neurologico su base vascolare**. Oppure **un'emorragia cerebrale** spontanea sia dentro il parenchima oppure fuori (subaracnoidea)? Nell' 80% dei casi è su **base ischemica**; solo nel 20% l'ictus è dovuto ad **emorragie cerebrali parenchimali spontanee, comprese quelle subaranoidee e lobarie ipertensive cerebrali profonde** (rottture di aneurismi congeniti). Nell'ictus ischemico si parla tanto di **TIA**. Di che si tratta? Sono degli **attacchi ischemici transitori**, brevi episodi di deficit neurologici con una durata che varia da pochi minuti a poche ore, senza che lascino nessuna conseguenza. Il paziente torna come prima. Quasi certamente si tratta di emboli a base di fibrina o piastrine (più di rado di cristalli di colesterolo) che partono dal cuore o dalle carotidi. Se interessano la porzione distale dell'arteria retinica possono darci dei disturbi visivi. Oppure grosse stenosi di un'arteria comune o interna carotidea causano piccole aree di infarti cerebrali. In ogni caso sono questi tutti dei **segnali premonitori** di un possibile futuro ictus. Una particolare forma di TIA è rappresentata da una momentanea cecità monoculare (amaurosi fugace). Il paziente avverte come un'ombra che offusca il campo visivo (ischemia visiva).

Qualora i disturbi oculari, o altri deficit neurologici, (es parestesie, mancanza di forza ad un arto etc) perdurino oltre due ore si trovano spesso piccole zone infartuali. Il recupero, la "restituito ab integrum"? Dipende da vari fattori: presenza di circoli collaterali, localizzazione, pressione arteriosa etc. E' sulla bocca di tutti che prevenire è meglio che curare. D'accordo **ma se non conosciamo almeno le cause più comuni di ictus ischemico di che cosa stiamo parlando?**

Le trombosi (ictus lacunari, trombosi dei grossi vasi, disidratazione); l'occlusione embolica (biforcazione carotidea, arco aortico, artero - arteriosa; dissecazione di un'arteria) oppure **cardioembolica** (fibrillazione atriale; infarto del miocardio; trombo murale, cardiomiopatia dilatativa). E ancora **le lesioni delle valvole cardiache** (stenosi mitralica, valvola meccanica, endocardite batterica); **l'embolia paradossa** (DIA, ossia difetti del setto interatriale, pervietà del forame ovale, aneurisma del setto interatriale, forme iatrogene da ecocontrasto spontaneo). Comprendete bene quanto siano utili in questi casi, sia un esame ecocolor doppler dei vasi sopraortici che un ecocardiogramma color doppler. **Sempre in tema di prevenzione dell'ictus quale sono i suoi principali fattori di rischio?** In primis metterei

l'ipertensione arteriosa ed il fumo, poi la dieta con eccessiva assunzione di sale. Per quanto riguarda il cuore vanno presi in considerazione sia l'infarto del miocardio che la fibrillazione atriale. Anche il diabete mellito, l'obesità marcata, l'aumento dell'omocisteina hanno la loro importanza. Da ultimo, ma non per questo ultimo, valuterei la familiarità per ictus. Alcuni studi clinici riportano che dopo un'abbondante libagione alcolica vi è un incremento di ictus gravi. Viceversa se si bevono 1-2 bicchieri di vino (specie rosso) il rischio sembra ridursi. Il fattore ancora più importante resta sempre l'ipertensione arteriosa (anche nella rottura di aneurismi congeniti) perché provoca un graduale restringimento delle arterie cerebrali. Né va trascurato il rischio nei forti fumatori. Di certo è che se si riducono questi due fattori di rischio si abbassa l'incidenza dell'ictus. Quando l'omocisteina (Lukas 1977) è elevata (specie nei maschi adulti) è bene assumere 500 mg/die di acido folico. Di fronte ad un chiaro quadro clinico di **ictus cerebri** (la sintomatologia varia a seconda che venga colpita l'arteria cerebrale media, anteriore o posteriore) **dobbiamo chiederci se dipende dall'encefalo** (alterazione delle pareti vasali) **oppure dell'apparato cardiovascolare** (malattie emboliche). E' questa una distinzione essenziale che deve guidarci alla diagnosi. L'aterosclerosi extra-intracranica, le occlusioni da vasculopatie flogistiche, la compressione traumatica o invasione neoplastica delle pareti vasali arteriose o venose rientrano tutte nelle arterizzazioni vasali. Gli emboli da placche aterosclerotiche di origine aortica o dei vasi epiaortici, le forme prettamente cardiache (post.infartuali; atriali, valvolari, neoplastiche), i difetti del setto atriale gli emboli adiposi oppure gassosi, le alterazioni ematologiche (ematocrito > 55; piastrine > 600.000; elevati livelli di omocisteina, iperaggregabilità piastrinica); malattie autoimmuni ed emoglobinopatie (anticorpi anti lupus-Les e anticardiolipina), anemia falciforme e paraproteinemia rientrano tutte nelle malattie emboliche sia cardiache che non. Ricordo bene che negli anni 80-90 organizzavo numerose riunioni mediche, molto affollate dai colleghi. A Ladispoli, Cerveteri, ma anche a Bracciano, S. Marinella, Civitavecchia, Fiumicino. In una di queste invitai il mio amico prof. Stefano Ruggeri, primario della cattedra di Neurologia dell'allora Policlinico Umberto Primo (ora Università La Sapienza). Proprio a Ladispoli affrontammo (lui come relatore, io come moderatore) l'argomento dell'ictus. La conclusione dell'illustre docente (curava mio padre affetto da Parkinson) fu che la diagnosi nella prevenzione di questa patologia cerebrale (sia essa ischemica oppure embolica specie cardiaca) è basilare. A distanza di 30 anni, posso confermare quanto da lui asserito.

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





SERATE ESTIVE, APERITIVI ED ALCOL

Serate lunghe e numerose occasioni sociali hanno come protagonista l'alcool, dall'aperitivo, al vino, alla birra al drink e/o cocktail.

L'alcool viene assorbito parzialmente nello stomaco e poi nell'intestino, una volta assorbito viene metabolizzato principalmente dal fegato.

Le bevande alcoliche si distinguono in distillati, con una percentuale di alcool tra 30 e 95% e quasi zero carboidrati. I vini, con un contenuto alcolico tra 8-9% e 12-16% per il vino da tavola e lo champagne, tra 16 e 22% per vini come marsala, sherry, vermouth. Il contenuto di carboidrati è di circa 2-3 gr per 100 ml. La birra contiene meno alcool, tra il 3 e 9-10% a seconda della tipologia. La birra contiene glutine e il contenuto di carboidrati varia tra 1 e 10 gr su 100 ml.

Per il suo diretto metabolismo epatico (il fegato contiene la maggior quantità dei due principali enzimi che metabolizzano l'alcool: alcool deidrogenasi ADH e aldeide deidrogenasi ALDH) un consumo frequente e inappropriato di alcool può causare aumento del grasso epatico (steatosi) fibrosi, cirrosi e degenerare in insufficienza epatica grave. Inoltre quando l'alcool supera la capacità epatica di metabolizzazione, aumenta nel sangue ed è in grado di passare la barriera emato-encefalica con conseguenti danni neurologici.

La concentrazione di alcool nel sangue dipende da diversi fattori: quantità assunta, assunzione a stomaco vuoto o con del cibo, tipo di alcool

consumato, sesso, peso e composizione corporea, genetica. Le donne hanno meno ADH e un volume di acqua inferiore all'uomo, per cui tendono a tollerare meno l'alcool.

Quando è presente alcool nel fegato questo ha la priorità su tutte le altre funzioni (metabolismo di grassi e carboidrati, metabolismo del colesterolo, detossificazione, produzione di bile, riserva antiossidante etc...).

L'alcool fornisce circa 7 calorie per 100 gr, calorie vuote che favoriscono l'aumento dei grassi addominali e viscerale.

L'alcool aumenta i livelli di estrogeni (per cui attenzione all'estrogeno dominanza e alla resistenza insulinica) ed ha un effetto diretto sulla parete intestinale, causandone permeabilità.

Un moderato e occasionale consumo di vino non dovrebbe causare problemi (in assenza di difetti genetici a carico di enzimi che metabolizzano l'alcool o in presenza di permeabilità intestinale, disequilibri ormonali e condizioni patologiche epatiche, terapie farmacologiche). Tuttavia l'alcool non è essenziale e chi non beve non ha alcuna ragione per iniziare.

Cosa si intende per consumo moderato?

2 UA per l'uomo e 1 UA per la donna.

1 UA (unità alcolica) equivale a 12 gr di alcool contenuto in circa:

- vino 125 ml (12%)
- birra 330 ml (4,5%)
- superalcolici 40 ml (40%)



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

RUGHE E SOLE: ATTENTI A QUEI DUE!



COME ESPORSI AI RAGGI SOLARI SENZA INVECCHIARE LA PELLE?

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

Tempo di mare e di relax in spiaggia, facendo il pieno - grazie all'esposizione di tutto il corpo ai raggi solari - della preziosissima vitamina D, indispensabile per la nostra salute. Ma non è tutto oro quel che luce ed il rovescio della medaglia non è per nulla piacevole: il sole invecchia la pelle!!! Cosa fare dunque? Come godere appieno dei benefici della luce, senza ritrovarsi, a fine stagione, rugose ed avvizzite come prugne secche? Questo sarà uno dei molteplici argomenti trattati in un libro sulla salute femminile, di prossima uscita, scritto dalla naturopata **Monica Bertoletti**, (alias *Monique Bert*, ideatrice del gruppo *fb Medicina Evolutiva, Naturopatia e Detox* e coautrice *Tiroide Approccio Evolutivo*, gruppo *fb creato dal dr Andrea Luchi*) in collaborazione con la ginecologa **dr.ssa Roberta Raffelli**.

RUGHE: GENETICA O EPIGENETICA?

“E” necessario fare una premessa: l'80% di rughe - spiega la naturopata - segni sul viso, macchie solari, pigmentazione irregolare e couperose è dovuto all'ambiente in cui viviamo e allo stile di vita che conduciamo, mentre solo il 20% è genetico. Questo dovrebbe farci capire quanto sia in nostro potere decidere se disporre di un ottimo aspetto a prescindere dall'età.

FOTOINVECCHIAMENTO, COS'È?

Un intervento mirato alla prevenzione della senescenza della pelle consiste certamente nell'evitare il più possibile quei fattori in grado di causare un invecchiamento precoce. Tra questi il più pericoloso è costituito dai raggi solari naturali e da quelli artificiali provenienti da lampade a ultravioletti, che - in caso di esposizione esagerata o errata - causano perdita di elasticità e comparsa di profondi solchi cutanei. I raggi UVA (ultravioletti A) sono

i principali responsabili del fotoinvecchiamento, sebbene anche gli UVB (Ultravioletti B) facciano la loro parte. Questo accade perché gli UVA penetrano nella pelle più in profondità e alterano le cellule che producono collagene e fibroblasti. **Esposi alla luce solare attiva la formazione di radicali nella pelle;** rimanerci in modo costante costringe la pelle a uno stato di continua leggera infiammazione.

COME ESPORSI?

Una giusta quantità di esposizione solare, proporzionale alla propria tipologia di pelle, (per aumentare la produzione di vitamina D, ridurre l'osteoporosi e innalzare la serotonina) è senz'altro consigliata senza rischi. D'estate **bisogna esporsi al sole per 15-20' senza protezione** (anche non consecutivi, partendo, in via cautelativa, con 2 o 3 minuti alla volta, non di più), per la produzione di vitamina D. Per il resto del tempo occorre una protezione commisurata alle proprie esigenze, per i raggi UVA e UVB, ormai inserito nella maggior parte dei prodotti in commercio; si aumenti però tale fattore, se ci si espone al sole durante le vacanze, senza dimenticare di stendere la crema sul collo e sul dorso delle mani, che sono esposti continuamente come il viso e mettono in mostra più rapidamente gli effetti dell'invecchiamento.

PROTEZIONE SOLARE AL NATURALE

Nel mondo vegetale la funzione di protezione dai raggi solari è molto limitata e l'unico rimedio degno di nota è lo schermo vegetale del gamma-orizanolo, ottenuto **dall'olio di germe e di crusca di riso**. Possiede un potere filtrante inferiore ai più efficaci filtri di sintesi, ma è comunque paragonabile a quello di numerosi altri prodotti di comune impiego. È valido sia per gli UVA che UVB (parziale).

L'olio di semi di lampone ha un fattore di protezione importante, ma un costo decisamente elevato per usarlo ogni giorno su tutto il corpo.

Si possono aggiungere di **olio essenziale di semi di carota e di mirra**, per potenziare l'effetto antisoletto! Altri rimedi che presentano una blanda azione filtrante sono **aloe, elicriso, camomilla, viola del pensiero e olio di sesamo**. Se le sostanze chimiche contenute nei filtri irritano la pelle, è utile sapere che esistono numerosi filtri solari a base minerale (non sintetici): agiscono da schermi solari naturali, come il **diossido di titanio o il diossido di zinco**. Funzionano immediatamente, perché creano una barriera che resta in superficie e riduce il rischio di irritazione, risultando particolarmente adatti per le pelli sensibili. Agiscono riflettendo e disperdendo la luce e non vengono assorbiti dalla pelle. Fino a pochi anni fa il loro impiego era limitato a causa dell'evidente effetto biancastro, che faceva apparire la pelle coperta da uno strato simile alla cera. L'attuale tecnologia offre prodotti in cui le polveri sono rese molto fini e non alterano, se non in modo impercettibile, il colore naturale. E' comunque opportuno usare un prodotto anche non ottimale negli ingredienti, ma proteggersi, che il contrario.

BERE PER IDRATARE LA PELLE

È infine molto importante, ricordarsi di **bere moltissimo e di frequente per reidratare la pelle**, in particolare se ci si è esposti per ore al sole.

Vi suggerisco di portarvi in spiaggia, dentro una bottiglia termica in acciaio o vetro, una bibita tutta naturale, con proprietà rinfrescanti, drenanti, digestive, carminative e rimineralizzanti. Preparate un infuso di MENTA e TULSI in 750 ml di acqua. Una volta raffreddato, aggiungete **succo di limone**, oppure 7 gocce di **olio essenziale di limone**, per drenare gli arti inferiori e supportare il fegato. In aggiunta, facoltativa, **menta piperita in olio essenziale** (7 gtt per 75 ml) se avete intestini dalla fermentazione facile (fenomeno più diffuso in estate, se ne soffrite). E sicuramente un tocco particolare lo danno 3 gtt di **finocchio oe**, se avete problematiche digestive legate allo stomaco. Non superate la quantità indicata. Se soffrite di ipotensione e malesseri legati alla tiroide (sia ipo che iper), potete aggiungere 150 gtt di **Oligostrath**, un integratore a base di estratto di plasmolisato di lievito, contenente oltre 60 sostanze vitali, a rapido assorbimento perlinguale, vitamine, aminoacidi, sali minerali, oligoelementi che favoriscono il metabolismo cellulare e tutti i processi catalitici. Oppure 2 cucchiaini di **Alkafior**, integratore a base di sali minerali alcalinizzanti e fibre per l'equilibrio acido-base.

In ogni caso, prima di assumere qualsivoglia integratore - conclude Monica Bertoletti - consultate sempre il vostro medico curante, specie in presenza di patologie”.



La Tua Sorgente di Acqua Pura, Fruttata e Gasata

SISTEMI PER USO DOMESTICO
OSMOSI NATURALE
MACCHINA SOTTOZOCOLO

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

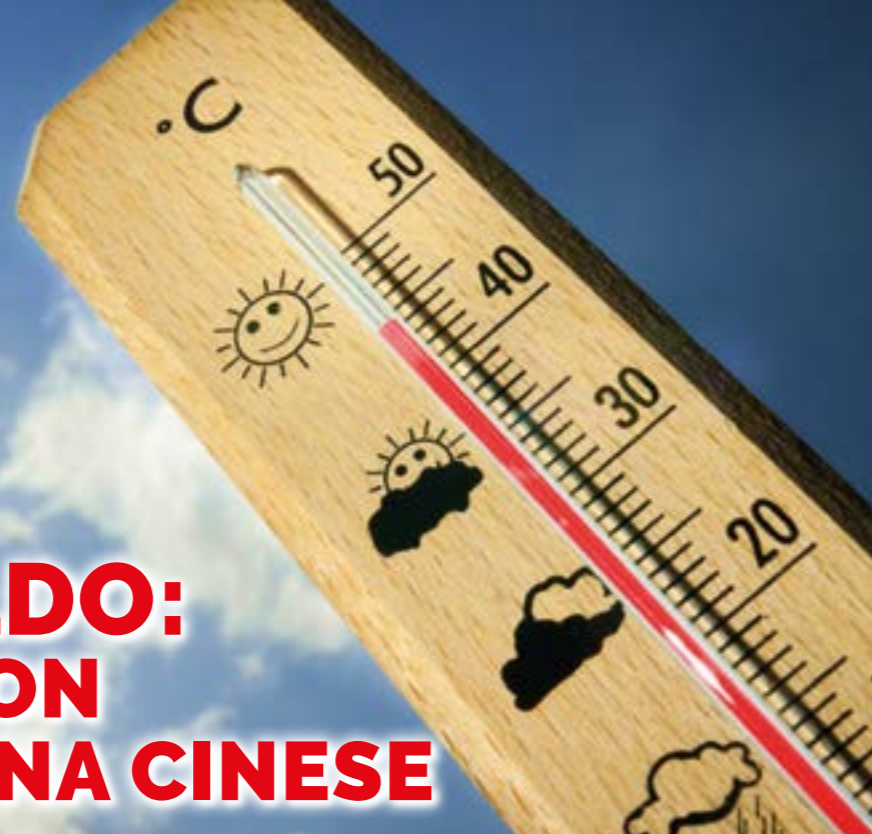
✉ info@globalwatersolution.it

📍 Global Water Solution di Daniele Posa





LAURA VANNI
Operatore tuina, istruttore
di taijiquan e qi gong



SOS CALDO: AIUTATI CON LA MEDICINA CINESE

L'AZIONE DEL CALORE ESTIVO SULL'UOMO SECONDO LA MTC. RIMEDI E STRATEGIE PER SENTIRSI IN FORMA

In estate aumenta la sudorazione, accelera il battito cardiaco, aumenta il desiderio di bere, ci può essere maggiore agitazione o ansia, si può avere più difficoltà a dormire. Tutti questi segni, secondo la medicina cinese, evidenziano la prevalenza di Yang nel nostro organismo. Questa prevalenza in parte è fisiologica (è il corretto "assorbimento" dell'energia esterna da parte nostra), in parte può risultare eccessiva. Così come accade all'acqua contenuta in uno stagno che evapora sotto il sole estivo, il Calore eccessivo tende a consumare la componente "materiale" (Yin) del nostro organismo e a far diminuire quella parte della nostra energia vitale che fa capo ai liquidi corporei e al sangue. La diminuzione dello Yin, concomitante all'incrementare dello Yang, rappresenta un doppio squilibrio i cui sintomi possono essere anche molto importanti e sul quale è necessario intervenire per non avere conseguenze negative in termini di benessere. Questo avviene a diversi livelli ed ha un impatto diverso a seconda della condizione energetica individuale.

Possibili squilibri energetici generati dal Calore estivo

Il Calore tipico della stagione estiva, quando oggettivamente eccessivo, oppure quando eccessivo per una persona in particolare (per esempio in presenza già di un eccesso di Yang o di un deficit di Yin) porta a due conseguenze principali:

- i segni di Calore diventano ancora più urgenti e importanti (si manifestano labbra e lingua secche, stipsi, urine scarse e scure, calore al volto/vampate di calore, instabilità emotiva...)
 - gli Organi/visceri (Zang fu) che maggiormente necessitano di liquidi per lavorare soffrono in modo particolare. E' il caso, per esempio, di Stomaco-Milza, il cui difficile funzionamento dal punto di vista energetico riduce l'assorbimento dei nutrienti e genera sintomi di stanchezza
- Il Calore eccessivo, inoltre, portando fuori i liquidi organici con il sudore, favorisce anche la fuoriuscita del Qi. Questo in alcune condizioni può essere particolarmente penalizzante per la persona e può portare a sintomi come respiro

Puoi trovare diversi articoli sul tema della valutazione della lingua sul mio sito www.lauravannimedecinacinese.it e sul sito www.medicinacinesenews.it

Per tutti i lettori dell'Ortica
valutazione energetica gratuita.

superficiale, rapido e corto, astenia...

Il Calore intenso può, infine, attaccare il Cuore (associato al Fuoco, in connessione con la stagione estiva) causando problemi in particolare a livello di Shen, ovvero a livello psichico, generando ansia, agitazione e nervosismo.

Rimedi contro gli squilibri energetici derivanti dal Calore estivo

Secondo la medicina cinese, il movimento di esteriorizzazione del Calore estivo non andrebbe ostacolato (per esempio utilizzando condizionatori per non sudare) ma andrebbe rispettato modificando, nel caso, le **abitudini e lo stile di vita**. Allo stesso tempo, occorre **recuperare i liquidi** stessi ed occorre evitare di perderli in eccesso perché questo indebolirebbe la nostra energia complessiva. La soluzione, in medicina cinese, arriva soprattutto dall'alimentazione, la quale in estate ha l'obiettivo di **bilanciare il deficit dei liquidi e dello Yin** in generale causato proprio dal Calore.

Consigli di alimentazione in estate dalla medicina cinese

Secondo la dietetica cinese, l'alimentazione in estate dovrebbe essere orientata a favorire gli **alimenti di Natura Fresca o Fredda** e ad evitare quelli riscaldanti.

E' consigliato, quindi, di favorire cibi ad alto contenuto di liquidi, in grado di tonificare, quindi lo Yin in generale (**frutta, ortaggi, cereali, verdure anche crude condite con olio e limone**) e bere in quantità sufficiente, eventualmente aggiungendo del **succo di limone** e delle foglie di **menta** nell'acqua (astringente e rinfrescante, utile per trattenere i liquidi corporei in presenza di caldo eccessivo).

La **cottura** più indicata per questa stagione è la cottura di tipo Yin, quindi **al vapore** o appena scottata. Sconsigliati i fritti per la loro Natura eccessivamente riscaldante per questo periodo. A livello di Sapori, è utile favorire alimenti Dolci e Acidi insieme in quanto questi supportano da un lato l'esteriorizzazione (Dolce) e dall'altro il riequilibrio dei liquidi organici (Acido che trattiene).

Un tipico esempio di alimento dal sapore **Dolce-Acido** è la maggior parte della **frutta estiva**, disponibile in abbondanza in questo periodo dell'anno così generoso e particolarmente succosa e tonificante per il nostro Yin.

Per inciso, il **Sapore Acido** risulta particolarmente utile in questa stagione per la sua tendenza a contrarre e a trattenere. Con questa azione, il Sapore Acido sostiene e **armonizza l'energia del Cuore** opponendosi al suo rilassamento eccessivo a causa del calore estivo. L'Acido nutre, inoltre, il Fegato, organo Zang che è stato particolarmente attivo nella stagione precedente, ovvero la primavera.

HAIR & BODY
BOUTIQUE
FRANCHISING ITALIANO

Elite Hair Style

PACCHETTO 30
COLORE - RICOSTRUZIONE
CAPELLI - PIEGA
SEMIPERMANENTE MANI

€ 30,00



MECHES
45,00 €



SHATUSCH
BALAYAGE
50,00 €



RICOSTRUZIONE
MOLECOLARE
30,00 €

PIEGA
DA 10 €

TAGLIO
10 €

COLORE
DA 13 €

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

f Elite Hair Style



Dottor **RICCARDO COCO**
Psicologo - Psicoterapeuta



ATTACCHI DI PANICO, IPOCONDRIA E ANGOSCE DI MORTE

Gli attacchi di panico e l'ipocondria si presentano a volte associati in uno stesso individuo ed in effetti sono entrambi categorizzati come disturbi d'ansia. Questo sta a significare che la matrice comune è l'ansia. In particolare la somatizzazione di questa. Ciò vuol dire che la persona che soffre di attacchi di panico e di pensieri ipocondriaci "mette nel corpo", "fa parlare il corpo", lasciando a questo il compito di esprimere un disagio psichico che non può essere mentalizzato e compreso nei suoi significati psicologici. Alla base di entrambi i disturbi vi sarebbe il fatto che la persona che ne soffre è molto attenta ai segnali interni che provengono dal corpo, cioè ai segni somatici dell'ansia e delle emozioni che sta sentendo, che poi interpreta però come segni di malanni fisici o malattia organica: la tachicardia diventa infarto in corso, lo stomaco che si stringe un qualche possibile tumore, il formicolio agli arti un ictus e così via. Dunque, invece di sentire di star provando un'emozione con i suoi correlati fisiologici - (si usa anche nel linguaggio comune dire "ho il cuore pesante dal dispiacere", "mi si stringe lo stomaco dall'emozione", "mi batte il cuore all'impazzata per la paura", "mi sento un nodo alla gola per il dispiacere", "sento le farfalle nello stomaco per l'entusiasmo", "sento la testa leggera per la felicità", etc.) - si sentono solo i segni fisici senza le emozioni correlate che vengono dissociate e rimosse. Ciò che fa difetto insomma è l'interpretazione cognitiva dei segnali somatici delle emozioni, che non vengono riconosciuti come tali e dunque non possono essere pensati e contenuti dalla mente, tantomeno concettualizzati come

quello che sono, cioè emozioni. Per la mente è protettivo (e lo scopo della psiche è proteggerci dalla sofferenza emotiva ed aiutarci nell'adattamento alla realtà) spostare la nostra attenzione sui segnali del corpo piuttosto che sulle emozioni che li hanno attivati, le quali possono turbarci, siano esse di dispiacere che, paradossalmente, di gioia. Anche la gioia, infatti, può creare angoscia, perché parla di vita, di un partecipare emotivamente alle cose del mondo e ciò può spaventare chi dalla vita ha imparato ad attendersi la delusione e la sofferenza. Allora ecco le angosce di morte: paura della morte perché dentro c'è troppa vita, ma è una vitalità congelata dalla paura, tenuta al buio chiusa a chiave, nella cantina del proprio cuore. Riassumendo: l'ansia è un segnale di uno stato di attivazione emozionale ed è accompagnata dai segni fisiologici delle emozioni, come l'aumento del battito cardiaco, la respirazione accelerata, i tremori agli arti, le contrazioni allo stomaco, etc.; la psiche per proteggerci evita di farci prendere coscienza dei contenuti emotivi perché da essi ha imparato, per alcuni di noi, ad aspettarsi solo il peggio ed allora sposta la nostra attenzione sui segnali del corpo e sul pensiero invece che sull'emozione; sull'angoscia di morte invece che sul desiderio di vita. La psiche ritiene, insomma, che per proteggerci è meglio non rischiare di vivere e restare chiusi in quella cantina buia con le nostre emozioni congelate. Meglio restare fermi e fermare il tempo (penso per esempio ai lutti congelati e non elaborati che ti restano dentro come fantasmi senza pace) che rischiare di vivere. Ma così facendo la soluzione diventa un nuovo problema.

Cell. 3384970924
Studio professionale:
via Livorno 63, Ladispoli

www.riccardococo.net

Studio Medico Oculistico

Professor **G. GAROFALO**



Ladispoli Via La Spezia 38
Tel 338/3996983 - 06/9949518

Roma Via Merulana 88
Tel 06/70453612

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

VISITA OCULISTICA COMPLETA

**CHIRURGIA DELLA MIOPIA
CON LASER AD ECCIMERI**

TERAPIA LASER DELLA RETINA

**CHIRURGIA AMBULATORIALE
DELLA CATARATTA**

DIAGNOSI PRECOCE GLAUCOMA

Curva tonometrica - Pachimetria
Topografia corneale - Campo visivo

DIAGNOSI PRECOCE MACULOPATIE

Foto fondo oculare - Oct
Fluorangiografia - Retinografia



AMBULATORIO VETERINARIO

Dir. Sanitario Dott. De Angelis Pio

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

Dottor

RICCARDO COCO

Psicologo - Psicoterapeuta

*Psicoterapie individuali,
di coppia e familiari*

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

www.riccardococo.net
Cell. 338.4970924

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





- DERMOCOSMESI
- OMEOPATIA E FITOTERAPIA
- CELIACHIA E ALIMENTI BIO
- GALENICA
- VETERINARIA
- 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

fai centro con noi



...e ritira il tuo premio in farmacia



Ci siamo anche noi!

DAL 12 AL 16 LUGLIO DALLE ORE 18 IN POI

- 12 LUGLIO** CONSULENZA GRATUITA PER IL BENESSERE DELLA TUA PELLE CON LA SPECIALIST MONTEIL
- 13 LUGLIO** CONSULENZA PERSONALIZZATA PER IL TUO WELLNESS IN COLLABORAZIONE CON LA NAMED
- 14 LUGLIO** IL MONDO DEL GLUTEN FREE
- 15 LUGLIO** CONSULENZA GRATUITA PER IL BENESSERE DELLA TUA PELLE CON LA SPECIALIST MONTEIL
- 16 LUGLIO** INSIEME ASPETTANDO IL CONCERTO

OMAGGI PER TUTTI

OTTICAGRILLI

Dal 1977



15-16
LUGLIO

EVENTO SPECIALE
SATURNINO EYEWEAR



LADISPOLI
VIALE ITALIA, 135 TEL 069911152

 otticagrilli.com   **OTTICAGRILLI**