



# L'ortica SETTIMANALE

Anno XXII n°38 - 2019

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

## BRACCIANO BLOCCA IL 5G

Il Sindaco Tondinelli:  
"Tutelo la salute dei cittadini"



**LADISPOLI**  
La Street Art  
conquista le scuole

**CERVETERI**  
Tutta la città unita  
per Marco e Francesco

Settimanale indipendente di cronaca, attualità, politica, sport - a carattere professionale, tecnico e scientifico - Fondato da Filippo Di Lorenzo - ANNO 22 - 27/09/2019

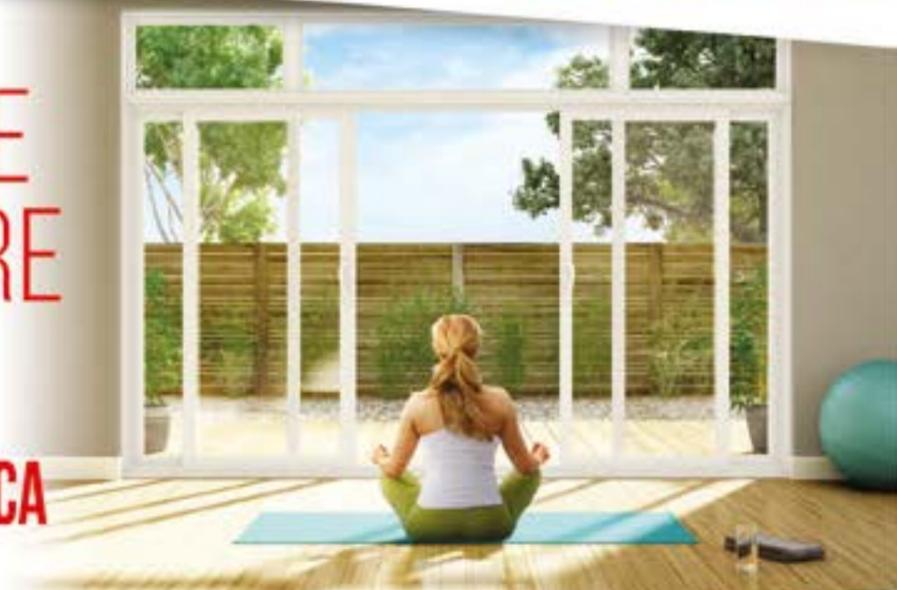
**MAGAZZINI**  
**Maurys**  
IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO  
WWW.MAURYS.IT

un nome, una garanzia

# Superal

## 2000

COSTRUISCE  
LE FINESTRE  
IN PVC  
A PREZZI DI FABBRICA

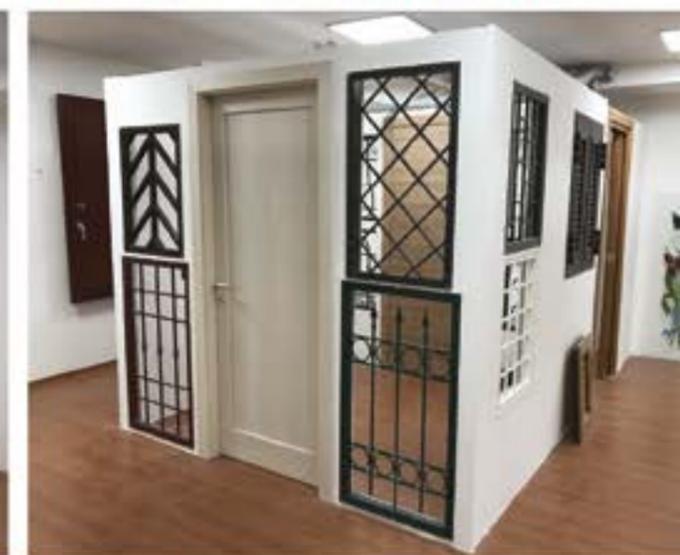


FABBRICA  
PORTE IN VETRO  
MODELLO  
TODOCRISTAL



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 - CENTRALE**  
Appartamento recente costruzione, in piccola palazzina, composto da soggiorno con angolo cottura, camera, bagno, ampio balcone angolare. Ottimo investimento. Classe En G.  
**Cod. 16L/19A**  
**€ 90.000,00**



**LADISPOLI - CENTRO**  
Appartamento in perfette condizioni composto da: Soggiorno, camera cameretta, cucina abitabile, doppi servizi, ampio balcone. Termoautonomo. Classe En G.  
**Cod. 56L/19T**  
**€ 155.000,00**



**LADISPOLI - ZONA VIA ROMA**  
Villa su tre livelli fuori terra, composta da PT: 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. 41L/19V** € 175.000,00



**ARANNOVA**  
**VILLA IN BUONISSIME CONDIZIONI**  
composta da: ingresso, salone con camino, soggiorno con angolo cottura, tre camere, mansarda, cucina abitabile, tripli servizi, balconi, corte esterna  
Classe en.G  
**Cod. 67A/19V**  
**€ 290.000,00**



**LADISPOLI**  
Appartamento completamente ristrutturato composto da: ingresso, salone con cucina a vista, camera, cameretta, bagno. Tre balconi. Termoautonomo. Posto auto e cantina condominiale. Classe en.G  
**Cod. 16A/19A**  
**€ 165.000,00**



**LADISPOLI - CENTRALISSIMO**  
appartamento composto da: ingresso, salone, camera, cucina abitabile, bagno. Possibilità di ricavare la cameretta. Termoautonomo. Classe en.G  
**Cod. 65L/19A**  
**€ 110.000,00**



**LADISPOLI ZONA VIA ROMA**  
Meravigliosa villa unolivello con possibilità di accesso diretto sulla spiaggia e splendida vista aperta su mare composta da: soggiorno con angolo cottura, due camere, bagno. Ampi spazi esterni. Box auto. Classe en. In fase di certificazione  
**Cod. 62L/19V**  
**€ 349.000,00**



**CERVETERI - MAGAZZINO**  
fuori terra di ampia metratura con due serrande su strada. Attualmente è per metà diviso in due ambienti. Sono state realizzate delle ipotesi di progetto per una porzione indipendente su due livelli, fornito di impianto idrico ed elettrico. Classe en.G  
**Cod. 63C/19M**  
**€ 135.000,00**



**LADISPOLI - VIA NAPOLI**  
Appartamento bilivelli in piccola palazzina composto da: ingresso, salone doppio con camino, 4 camere, cucina abitabile, doppi servizi, balconi, BOX auto. Classe en.G  
**Cod. 64L/19A**  
**€ 270.000,00**



**LADISPOLI - CENTRO**  
appartamento ottimo stato composto da: salone, cucina a vista, due camere, doppi servizi, terrazzo. Cantina. Termoautonomo. Classe en.G  
**Cod. 01L/19A**  
**€ 150.000,00**

ESPERIENZA E SERIETÀ AL VOSTRO SERVIZIO

Molte altre proposte immobiliari su [www.immobiliaredonini.it](http://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](mailto:info@immobiliaredonini.it)

Settimanale indipendente.

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

**Direttore editoriale:** Cristiano Cimarelli  
**Direttore responsabile:** Paola Stefanucci  
**Editor:** Miriam Alborghetti

**Responsabile scientifico:**  
Aldo Ercoli

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

**Speciale Cinema**  
Michele Castiello

**Speciale Viaggi**  
Adriano Botta

**Marketing:**  
Vito Michelangelo Lius

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

**Grafica**  
Isabel Maccari

**Stampa:**  
Universo Editoriale

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

**Redazione**  
Piazza Risorgimento, 4  
Cerveteri

Tel. 06 99 41 736

[info@orticaweb.it](mailto:info@orticaweb.it)  
[direttore@orticaweb.it](mailto:direttore@orticaweb.it)  
[www.orticaweb.it](http://www.orticaweb.it)

Chiuso in redazione il giorno 26/09/2019



Bannato da facebook:  
la censura al tempo dei social

**“Tu sarai cancellato totalmente dal corso della storia [...]. Tu sarai annientato sia nel passato sia nel futuro”. (George Orwell, 1984)**

La *damnatio memoriae* nel diritto romano era inflitta ai dissidenti o personaggi caduti in disgrazia, consistente nella cancellazione di qualsiasi traccia riguardante la loro persona, come se non fosse mai esistita. Nel primo giorno del Conte bis la censura Facebook e Instagram si è abbattuta su due partiti di estrema destra che erano in piazza a manifestare contro il nuovo governo. Cancellati i profili ufficiali di CasaPound e Forza Nuova e quelli dei responsabili nazionali e locali, compresi quelli dei Consiglieri Comunali. Una “scelta giusta e coraggiosa” da parte del social di Zuckerberg? Oppure “un fatto molto pesante” “all’origine del quale devono esserci ragioni gravi”, come commentato da Emanuele Fiano (Pd), padre di un disegno di legge contro l’apologia del fascismo? Alla luce di altre censure che si sono abbattute sulla pagina *Vox Italiae* (partito socialista sovranista di Diego Fusaro), dell’allontanamento del prof. Gervasoni dalla Luiss per le sue posizioni sull’immigrazione, nonché della sospensione momentanea di profili di attivisti Stop5G, forse qualche preoccupazione dovremmo nutrirla. Forse dovremmo domandarci se per caso non sia in atto un attacco alla libertà di opinione. Se Facebook, con la maschera del politicamente corretto, non stia cercando di tappare la bocca ai non allineati al pensiero unico come afferma la giornalista **Enrica Peruchietti**: “... Prima che sia tardi, dovremmo capire che al di là delle sacrosante divisioni o delle diversità politiche, religiose, culturali, la censura è tutt’altro che democratica (...) Voi che girate la testa se censurano Casapound, Forza Nuova o Vox, se cacciano il prof. Gervasoni dalla Luiss, se tolgono i libri scomodi dagli scaffali o dalle librerie on line, provate a pensare che domani potrebbe accadere anche a voi. Sì, potrebbe capitare anche a voi che avete goduto della censura altrui, distogliendo lo sguardo perché avete ragionato di pancia, mostrandovi più squadristi di coloro che attaccate. Chi...non inizia a preoccuparsi per il clima da caccia alle streghe è ostaggio del bipensiero e presto potrebbe iniziare a decantare lo slogan del Grande Fratello orwelliano: **“La libertà è schiavitù”**. È dunque ragionevole minimizzare o approvare le su citate censure? L’oscuramento di Vox sembra voler colpire il dissenso popolare nei confronti delle politiche europeiste e globaliste care ai mercati finanziari e alle multinazionali. Le cesoie dell’azienda Fb sono forse la diretta espressione di un mondo elitario preoccupato di eventuali processi di liberazione del popolo che possano intaccare gli interessi del grande Capitale? E se gli oltre due miliardi di iscritti su Fb migrasse verso altre piattaforme come Telegram e Vk (VKontakte), cosa accadrebbe? Se Facebook non cambia i suoi metodi, potrebbero essere gli utenti a cambiare social.

**Editor**  
Miriam Alborghetti



# IL SINDACO DI BRACCIANO BLOCCA IL 5G “TUTELO I MIEI CITTADINI”

**ARMANDO TONDINELLI VIETA IL 5G SUL LAGO DI BRACCIANO:  
“VOGLIAMO STUDI INDIPENDENTI SULLA SALUTE”.  
MENTRE IL SINDACO DI MONTEROTONDO FERMA L'INSTALLAZIONE  
DI NUOVE ANTENNE E I COMITATI PREMONO SU CERVETERI E LADISPOLI:  
“SINDACI TUTELINO LA SALUTE E NON L'INTERESSE AZIENDALE”**

6

“Lo faccio per tutelare la salute dei miei concittadini. La situazione non è ancora chiara e non è giusto commettere altri errori all'italiana, meglio fermarsi subito e capire bene a quali rischi andiamo incontro. Questa tecnologia non è sicura.”

Eletto fuori dagli schieramenti di partito, primo cittadino tra i cittadini a **Bracciano**, il **Sindaco Armando Tondinelli** è uscito allo scoperto annunciando l'imminente emanazione di un atto amministrativo per fermare il pericoloso 5G in riva al lago.

La notizia di Bracciano sta facendo il giro d'Italia, dove ogni giorno si contano nuovi comuni contrari al 5G. “Con gli avvocati stiamo valutando la situazione – **Tondinelli** ripete a L'Ortica – faremo molto probabilmente una delibera, ma stiamo valutando anche l'idea dell'ordinanza urgente sindacale. La cosa certa è che non ci sono studi scientifici sul 5G: nessuno ci ha dato informazioni su cosa comporterà per la salute pubblica. Vogliamo innanzitutto capire, prima di spingerci oltre”.

**Sindaco, lo sa che c'è una differenza sostanziale**

**tra studi indipendenti e studi privati, cioè finanziati dalle aziende e anche dalle stesse compagnie telefoniche. Quest'ultimi sostengono la non nocività delle radiofrequenze, a differenza delle ricerche senza sponsor che invece attestano il rischio per umanità ed ecosistema.**

“Non credo affatto agli studi finanziati dai privati. – afferma Tondinelli - C'è bisogno di uno studio indipendente sul 5G, lo chiedo esattamente come altri sindaci attenti alla difesa della salute dei loro concittadini. Senza dati scientifici privi di conflitti d'interessi non possiamo procedere con questa nuova tecnologia, contrastata anche in altre parti del mondo”.

**In Italia oltre un centinaio di Comuni sono per la moratoria e tra questi 40 hanno già approvato atti ufficiali Stop 5G, mentre in America 300 sindaci promettono battaglia contro il Governo centrale. Lo stesso accade in altre nazioni d'Europa. Insomma, è in atto una tecno-rivolta**

“Il dato è evidente – conclude il Sindaco di Bracciano - se tutti questi comuni si appellano

alla precauzione significa che qualcosa non va, anche se il numero dei sindaci schierati mi auguro possa aumentare. Proprio per questo, sul territorio di Bracciano adotteremo una posizione chiara e netta.”

#### **MONTEROTONDO SOSPENDE IL CANTIERE**

E se Bracciano blocca, Monterotondo frena. Il 5G non è propriamente gradito nemmeno sulla Via Nomentana, dove il Comitato Stop 5G Monterotondo è riuscito a far prendere una posizione al Sindaco Riccardo Varone.

“Il Comune sospende temporaneamente il cantiere di installazione dell'antenna 5G in via Guerrazzi – ha dichiarato il vertice dell'amministrazione nomentana - desidero aggiornare i cittadini attivare un confronto con tutti gli enti pubblici preposti al fine di ricevere pareri qualificati riguardo le problematiche emerse, procedere ad effettuare monitoraggi e misure del ‘fondo elettromagnetico’ sui luoghi sensibili del territorio comunale partendo proprio da via Guerrazzi e avviare l'iter per la redazione di un nuovo piano per la localizzazione delle antenne.

Posso assicurare – ha concluso il sindaco di Monterotondo – che l'Amministrazione comunale e io in prima persona stiamo affrontando la questione in maniera seria e puntuale, garantendo il massimo impegno a tutela della cittadinanza e del diritto alla salute, ricercando gli indispensabili pareri tecnico-scientifici da parte degli enti maggiormente qualificati, impiegando tutti gli strumenti consentiti

dalla legge, nondimeno tenendo conto delle normative vigenti e delle sentenze in materia dei vari organismi amministrativi che costituiscono giurisprudenza. A breve organizzeremo altri momenti di confronto in modo da aggiornare e informare tempestivamente i cittadini riguardo le misurazioni e le risultanze del tavolo di lavoro con l'Arpa”.

#### **IL COMITATO STOP 5G CERVETERI-LADISPOLI**

Infine, s'è svolta a **Roma** un incontro tra i volontari Stop 5G capitolini e del Lazio. Presente anche una delegazione di attivisti del **Comitato Stop 5G Cerveteri-Ladispoli**, promotore di una raccolta firme e diffide per la moratoria da tempo sulla scrivania dei primi cittadini: “Torneremo ad appellarci ai **Sindaci Pascucci e Grando perché anche su Cerveteri e Ladispoli prevalga la tutela della salute pubblica** e non certo l'interesse privato di aziende che propongono una tecnologia non sicura per la vita umana e l'ambiente”.

#### **1° Ottobre, STOP 5G DISCONNESSI DAY**

Sciopero europeo digitale wireless di 24 ore  
Torna il Disconnessi Day con l'invito di spegnere il wireless per un'intera giornata optando per la sicura connessione via cavo e seguire in diretta Web Streaming dal Parlamento Europeo di Bruxelles i lavori del 1° Ottobre 2019 a cui parteciperà Maurizio Martucci, portavoce nazionale dell'Alleanza Italiana Stop 5G, aderente all'Alleanza Europea Stop 5G.  
[www.alleanzaitalianastop5g.it](http://www.alleanzaitalianastop5g.it)

7



# A SPASSO TRA FUMI E CEMENTO

## EMISSIONI DI CO2 E CONSUMO DI SUOLO CRESCONO, MENTRE PIL E POPOLAZIONE DIMINUISCONO

**D**a brividi sono i dati contenuti in diversi rapporti prodotti quest'anno da Enti prestigiosi come l'Ispra, (Istituto superiore per la protezione e la ricerca ambientale) l'Istat (Istituto Nazionale Statistica) e l'Osservatorio Nazionale sulla Salute. Analisi su scala nazionale rivelatrici di una realtà che fin'ora era sfuggita a molti: più cemento e più gas serra non fanno crescere il benessere economico degli italiani. Una fotografia impietosa che racconta di un paese più inquinato, più soffocato dal cemento e nello stesso tempo più povero e molto malato.

### CRESCIE IL CONSUMO DI SUOLO, DIMINUISCE LA POPOLAZIONE

Il rapporto ISPRA inerente il consumo di suolo rileva che nel 2018 in Italia sono stati ricoperti di cemento 51 chilometri quadrati, al ritmo di 14 ettari al giorno e 2 metri quadri al secondo divorando aree verdi, terreni agricoli e persino zone protette e zone a rischio idrogeologico. In un solo anno sono stati consumati 24 mq di suolo cittadino per ogni ettaro di aree verdi. Il che significa che si passeggerà nel cemento e sempre meno in parchi, giardini e boschi. Responsabili non solo gli edifici, ma ancor più infrastrutture di trasporto, parcheggi, cantieri, discariche e serre permanenti. **Ad essere più aggredite dal cemento sono le città e la costa.** Di questa situazione ne soffre profondamente il **clima**, con un aumento notevole delle temperature proprio dove la natura ha lasciato spazio al cemento.

Il consumo di suolo produce anche un danno economico potenziale compreso tra i 2 e i 3 miliardi di euro all'anno dovuti alla perdita dei servizi eco sistemici. Negli ultimi sei anni l'Italia ha perso superfici che erano in grado di produrre 3 milioni di quintali di prodotti agricoli e 20mila quintali di prodotti legnosi.

E tutto ciò a fronte di un **calo demografico** costante che rende inspiegabili le politiche a favore del consumo di suolo promosse e perseguite da Regioni e Comuni. Secondo un report Istat la popolazione nel 2018 è scesa a 55milioni 104mila: 235 mila in meno rispetto all'anno precedente, a causa del calo delle nascite e dagli aumenti degli espatri: le persone che hanno lasciato il paese nel 2018 sono quasi 157 mila.

Il pensiero non può non correre al nostro comprensorio e ai recenti provvedimenti in materia: in particolare al **Piano territoriale paesaggistico** approvato dalla **Regione Lazio** il 2 agosto scorso che apre a nuovo cemento, persino sulle spiagge, nonché alla **Variante al Piano Regolatore del Comune di Ladispoli** che mira ad una faraonica espansione edilizia persino in prossimità delle aree protette. Quando si tratta di cemento ed aumento di cubature la Destra e la Sinistra trovano sempre ottime ragioni per andare d'accordo.

### AUMENTANO I GAS SERRA

Ma non è solo il cemento ad aumentare: secondo



il rapporto trimestrale ISPRA della primavera dal 1° aprile al 30 giugno, aumentano anche le **emissioni di Co2** prodotte dalle centrali termoelettriche, a carbone e a metano. Secondo le stime dell'Ispra, le crescite più forti sono previste per l'uso di metano nelle centrali termoelettriche (+7,6), il carbone (+5,4%), diverse fonti termoelettriche (+6,1%) e le cosiddette emissioni "fuggitive" incontrollabili. Per dimensioni, le maggiori emissioni sono quelle del gasolio per trasporti (oltre 64mila tonnellate, in calo del -0,6%) e l'uso domestico del metano (oltre 57mila tonnellate di emissioni, in calo del -0,6%).

### SCENDE IL PIL

Ma il dato che fa davvero sobbalzare è un altro: mentre i fumi scaldano il clima sono saliti dello 0,8%, è sceso il Pil, il prodotto interno lordo che misura la nostra ricchezza.

Così commenta Jacopo Gilberto in un articolo pubblicato sulla stampa.it *Sorpresa: le emissioni di CO2 crescono (mentre il Pil scende)*: "Dall'esordio della rivoluzione industriale la produzione di energia e la ricchezza hanno proceduto per decenni in colline in una proporzione diretta, e nei grafici le due curve potevano essere sovrapposte; negli ultimi anni la tecnologia energetica ha permesso di "disaccoppiare" le emissioni dalla crescita economica. Ma finora il "disaccoppiamento" mostrava una crescita della ricchezza e una diminuzione delle emissioni. Ora invece è il contrario: le emissioni salgono, il Pil scende".

### PATOLOGIE CRONICHE: NUMERI DA BRIVIDI

A completare lo scenario da incubo non possiamo dimenticare che nell'ultimo decennio sono fortemente aumentate le patologie croniche degenerative in particolare dei tumori, ossia patologie più o meno strettamente correlate con

# COCOON

prestigiose residenze per la terza età



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

Comunità per adulti con disabilità

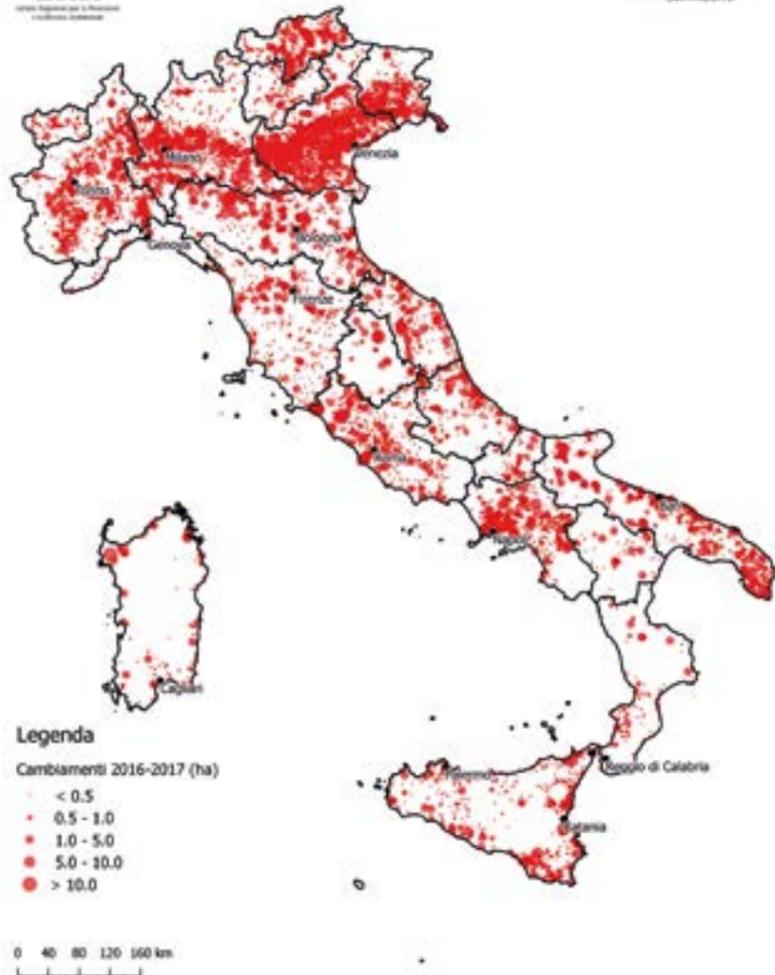


Via Fosso Dei Centocorvi, 94 - Cerveteri (Rm)  
tel. 06 99 04 642

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

[www.cocoonresidenze.it](http://www.cocoonresidenze.it)

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



Mappa ISPRA consumo suolo

i fattori ambientali. Tenendo presente che non esiste un registro tumori dell'Autorità garante della Salute, nel 2018 in Italia sono stati diagnosticati 373.300 nuovi casi di tumore (4mila casi in più rispetto al 2017) e ogni giorno circa 1.000 persone ricevono una nuova diagnosi di tumore. Questi i numeri forniti dalla Fondazione Insieme contro il Cancro. Secondo una stima dell'Aiom quest'anno ci sarebbero 2000 casi in meno: 371mila. In crescita però il carcinoma al polmone e al seno nelle donne. Gli ultimi dati dell'Osservatorio Nazionale sulla Salute nelle Regioni Italiane rivelano che le malattie croniche l'anno scorso hanno interessato quasi il **40% della popolazione del nostro Paese, cioè 24 milioni** di persone, delle quali 12,5 milioni hanno multi-cronicità. Le prospettive sono ancora più preoccupanti: tra 10 anni, cioè nel 2028, il numero di malati cronici salirà a 25 milioni, mentre i multi-cronici saranno 14 milioni.

#### LA POVERTÀ VA A BRACCETTO CON CEMENTO ED INQUINAMENTO

La vecchia teoria che inquinamento e cemento siano il prezzo da pagare per garantirci il benessere crolla miseramente, smentita dall'analisi scientifica dei fatti. Mentre si avvalorano le tesi diametralmente opposte cara agli ambientalisti: più cemento e più gas serra non solo ci rendono più malati ma anche più poveri. Invertire la tendenza però è possibile. Consumo di suolo zero e riduzione drastica delle emissioni di Co2 non sono chimere. Sarebbe sufficiente che il Parlamento Italiano e quello europeo la smettessero di tutelare gli interessi del Grande Capitale ed iniziassero a lavorare a vantaggio del popolo e della comunità civile.



# 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

# RISOLTO A ROMA UN REBUS STELLARE

SCOPERTA MESSA A SEGNO  
DA INAF E UNIVERSITÀ DI TOR VERGATA



12

Attualità

L'Istituto nazionale di Astrofisica di Roma (Inaf) e il Dipartimento di Matematica dell'Università di Tor Vergata mettono a segno un bel colpo che arricchisce il medagliere italiano, già peraltro glorioso, in ambito astronomico. E' stato infatti di recente risolto il "giallo cosmico" della cosiddetta **Dicotomia di Oosterhoff**, che da almeno 80 anni lasciava perplessa la comunità scientifica internazionale. Da quando cioè, sul finire degli anni 30, l'astronomo olandese Pieter Oosterhoff, corresponsabile dell'osservatorio di Leida nei Paesi Bassi, insieme a Jan Oort scoprì un'anomalia nel periodo di distribuzione luminosa di una classe di stelle nota come **RR Lyrae**. Varrà la pena di metter subito un po' d'ordine nella faccenda.

Le stelle RR Lyrae sono corpi non dissimili in origine dal **Sole**, ossia stelle di massa media, ma prossime alla fine, quanto all'età, doppia a quella del nostro astro, e vicina ormai ai 10 miliardi di anni.

Tali corpi rivestono un ruolo particolare per gli scienziati, in quanto la loro luce, o magnitudine, viene usata come **Candela Standard**, ovvero come unità di misura sulla cui intensità vengono calcolate le distanze nell'Universo.

Ebbene, Oosterhoff fu il primo ad osservare che le RR Lyrae tendono a dividersi in due gruppi che rispondono a leggi di oscillazione differenti. E qui è sorto il problema. Cosa rendesse differenti i periodi di oscillazione della luminosità di tali gruppi di stelle, infatti, era da un lato un'evidenza e dall'altro un mistero, su cui gli studiosi si sono inutilmente affaticati per decenni.

In palio c'era la necessità di fissare un criterio uniforme per la misurazione delle distanze dei corpi celesti sia dalla Terra che fra loro stessi. E tenuto conto che i viaggi interstellari per il momento sono pura fantasia, l'unica possibilità per sondare gli abissi della nostra **Via Lattea**, era proprio l'individuazione di fonti luminose affidabili (Candele Standard) in virtù delle quali poter calcolare le distanze.

Ed è qui che entrano in scena l'**Inaf** di Roma e l'**Università di Tor Vergata**, che di recente hanno risolto il rebus, pubblicando i nuovi dati acquisiti sull'**Astrophysical Journal**, grazie all'Osservatorio di **Monte Porzio**, guidato dal team di **Michele Fabrizio** e all'analisi dei valori forniti dal **satellite italiano Gaia**, seguito da Roma dal professor **Giuseppe Bono**.

In sintesi, a rimettere le cose a posto quanto alle discordanti pulsazioni delle RR Lyrae è stato

da un lato un cospicuo aumento dei campioni disponibili che ha fornito agli studiosi la possibilità di stilare un più ampio catalogo di stelle di classe RR (circa 150mila) da poter confrontare, quanto a luminosità e periodi di oscillazione, e dall'altro un'imprevista novità emersa sul fronte della composizione chimica di tali antiche stelle e al loro grado di metallicità.

Anche qui è necessario soffermarsi un istante.

I metalli, dal ferro fino all'oro, dall'argento al platino, nascono difatti proprio nel ventre delle stelle. Le riserve metallifere della Terra sono originate da quel deposito spaziale di materiali pesanti e rocciosi, frammenti a ghiaccio, polveri e gas del **Sistema Solare** primordiale da cui si sono poi formati i pianeti solidi interni, cioè Mercurio, Venere, noi e quindi Marte. Cioè tutti i metalli pesanti e soprattutto preziosi che troviamo scavando miniere o setacciando i fondali del mare o dei fiumi sono arrivati sin qui dallo spazio, e precisamente dalla deflagrazione ancestrale di una o più Supernovae che hanno disseminato in giro i loro resti, successivamente aggregati da catalizzatori gravitazionali che hanno dato origine al Sole e ai pianeti.

Per l'esattezza, infatti, una stella durante la sua cosiddetta **Sequenza Principale** converte essenzialmente l'idrogeno in Elio per via di fusioni termonucleari, e passa per fasi successive, in funzione della sua massa e per aumenti vertiginosi di temperatura e pressione sul nucleo, alla generazione di Ossigeno, di Magnesio, di Carbonio, poi di Zolfo ed infine di Ferro e altri metalli.

Quando una stella giunge alla trasformazione nucleare dello Zolfo in Ferro, la sua vita è ormai alla fine, dato che non esiste alcun elemento più pesante che possa alimentare ulteriori fasi di Sequenza, e a quel punto se è sufficientemente massiccia – massa pari ad almeno 10 volte il Sole – esplosione.

Detto questo, le **RR Lyrae non** sono candidate alla sorte di Supernovae, poichè hanno massa insufficiente, ma vivono la loro fase terminale di **Giganti Rosse**, come un giorno accadrà al **Sole**. Ebbene dai riscontri sul grado di metallicità, eseguiti a tiro incrociato dal **Telescopio Inaf dei Castelli Romani** e dal **Satellite Gaia**, la questione aperta 80 anni fa trova finalmente una risposta coerente.

Le **misure spettroscopiche** sul grado di metallicità, eseguite su un campione di 3000 stelle, hanno permesso di mostrare l'esistenza di una linearità fra il periodo di pulsazione della variabili RR e la loro quota parte ferrosa, il che indica una continuità nella distribuzione dei due periodi. In sostanza, il rebus della Dicotomia di Oosterhoff può dirsi risolto.



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



# C'ERA UNA VOLTA LA FABBRICA DEI SOGNI

**ARRIVA IN SALA L'ULTIMA FATICA DI QUENTIN TARANTINO, "C'ERA UNA VOLTA HOLLYWOOD", UN FILM CHE È UN ATTO D'AMORE VERSO IL CINEMA. FRA GLI INTERPRETI LEONARDO DICAPRIO, BRAD PITT, KURT RUSSELL E AL PACINO**

Il cinema che racconta se stesso ha sempre avuto un grande fascino e quando a farlo è un regista come Quentin Tarantino è una vera avventura. Con *C'era una volta Hollywood* – arrivato in questi giorni in sala – il regista ci riporta indietro nel tempo, a quel 1969 quanto fu uccisa Sharon Tate, moglie di Roman Polanski. La bellissima Sharon è la nuova vicina di Rick Dalton, star della televisione in declino. Dalton condivide la scena con Cliff Booth, stuntman che si è fatto le ossa girando western in California, nello Spahn Movie Ranch. L'ultimo scacco li costringe a traslocare oltreoceano per fare un pugno di spaghetti western. Sei mesi e una moglie italiana dopo, Rick e Cliff tornano a Los Angeles dove li attende la notte più calda del 1969. Insomma, un Tarantino insolito, in chiave vintage, che ci riporta a quell'età dell'innocenza quando

la vecchia e cara industria dei sogni a stelle e strisce era passata da poco dal bianco e nero al colore, dove bastava un soffio per far divampare lo scandalo. Così nell'anno dell'oceano concerto di Woodstock e di *Easy Rider*, Tarantino compie il suo viaggio immaginario nella setta di Charles Manson che assassinò Sharon e i suoi amici, e quella delle sue vittime, espressione dell'aristocrazia hollywoodiana più in vista. Quasi una dichiarazione d'amore del regista per il cinema e la città che l'ha visto ragazzo. A mezzo secolo di distanza, l'orribile strage consumata nella villa al numero 10050 di Cielo Drive, è ancora vivida nell'immaginario collettivo, forse per ricordarci che l'orrore può essere nascosto proprio dietro l'angolo. Tarantino durante la presentazione romana del film ha raccontato che da ragazzino adorava Sharon: era molto brava e aveva tanto



fascino. E Margot Robbie, che le presta il volto, ha detto di essersi affidata ai ricordi del regista per riportarla sul grande schermo. Accanto a lei c'è un vero e proprio cast stellare per raccontare con una favola moderna quell'epoca d'oro del cinema, compreso quello oltreoceano degli spaghetti western. I due protagonisti principali sono la stella del Titanic, Leonardo DiCaprio, e Brad Pitt, che aveva già lavorato con il regista in *Bastardi senza gloria*. La realizzazione della pellicola non è stata facile perché il produttore abituale di Tarantino, Harvey Weinstein, è stato travolto dallo scandalo del #metoo. Alla fine si è aggiudicata i diritti di distribuzione la Sony Pictures, che ha concesso al regista il "final cut", oltre ad una certa percentuale sull'incasso lordo. Il film, comunque, è stato girato in 35 mm, anamorfo, ha spiegato il direttore della fotografia, Robert Richardson, perché il 70mm sarebbe stato troppo costoso. Anche se l'*Hollywood Reporter* l'ha descritto come un'inedita reinterpretazione degli omicidi della famiglia Manson, è un film sul cinema che si racconta non solo per cinefili ma per tutti.



HAIR & BODY BOUTIQUE  
FRANCHISING ITALIANO



5 TRATTAMENTI VISO ANTI-AGE  
€ 150,00 ANZICHÉ € 225,00

OFFERTE MASSAGGI CORPO.  
PACCHETTO DI 5 MASSAGGI DA 50 MIN.  
€ 150,00+1 DMAGGIO



TAGLIO 10€

COLORE 13€

PIEGA DA 13€



PER APPUNTAMENTO  
TEL. 3505869952

CERVETERI - VIA SETTEVENE PALO 157 - 350.5869952  
LADISPOLI - VIA NAPOLI 114

# TROMBE MARINE

## LADISPOLI E CERVETERI DETENGONO IL PRIMATO

### INSIDIE NASCOSTE E VORTICI D'ARIA NEL TRATTO DI MARE COMPRESO TRA PALO E SANTA MARINELLA

**P**roviene dal mare e si sposta sulle nostre coste con una forma di proboscide questo vortice formato da densi banchi di cumuli e cumulonemi.

**E' questa la tromba marina** provocata da rapidi movimenti vorticosi ascendenti nell'aria calda, umida e fortemente instabile. In qualche decina di secondi (se la si vede spuntare dal mare questa nefasta cornucopia, c'è tempo di mettersi al sicuro) si sposta con una rapidità impressionante lungo un tragitto che raramente supera qualche decina di chilometri. Qui da noi, sul litorale romano a nord di Roma, le trombe marine sono sempre esistite e con una frequenza superiore ad ogni parte del suolo italiano. **"Lo specchio d'acqua salata che da Palo sale su sino a Santa Marinella racchiude insidie nascoste, ora immote scogliere sottomarine ora irrequieti vortici di aria che dal mare raggiungono la terraferma. Da sempre è zona tanto turbinosa (come del resto segnala l'omonimo Fosso di Turbino) che nessuna costa italiana può vantare un numero maggiore di avvistamenti di trombe marine"** (A. Ercoli. *Ladispoli Centenaria-EPT Prologo Ladispoli*. 1984). Mi confermò questo dato, nei primi anni 80', il Prof. G. Palagiano, titolare della Cattedra di Geografia all'Umberto Primo di Roma (ora Università La Sapienza). Chi visse qui sin dal 1970 ricorda bene la spaventosa tromba marina che si abbatté con una furia incredibile sul bosco di Palo Laziale sradicando alberi secolari e abbattendosi sulla Chiesa dell'Annunziata poco prima del bivio che, dall'Aurelia porta a Ladispoli sud. Pensate che in quei terribili momenti al suo interno si stava celebrando un matrimonio. La Chiesa fu scoperchiata. Per fortuna non ci furono vittime (almeno ricordo così). Da allora le trombe marine non hanno mai smesso di perseguitarci, assumendo negli ultimi decenni, in virtù di un chiaro

cambiamento climatico, caratteristiche talora simili ai terribili tornado degli Stati Uniti. La più recente è stata quella di una decina di giorni fa a Focene (Fiumicino) quando perse la vita una giovane ragazza sbalzata in aria dentro la sua Smart. E chi non ricorda quella che un paio d'anni fa entrò dal nostro Lungomare Regina Elena, percorse via Venezia per poi finire la sua corsa nei pressi della Stazione ferroviaria? Solo una vittima: un 'clochard' nei pressi della Chiesa del S. Rosario.

I danni furono ingenti. Da via Venezia, all'incrocio con via Ancona, fortemente colpito fu il bar Piccadilly, poi salendo, il vortice turbinoso risparmiò curiosamente la nostra "Grottaccia" (via Rapallo) per deviare a destra, verso sud, in direzione di via Livorno colpendo la Caserma dei Carabinieri. Fui mai al centro, io, di una tromba d'aria? Sì, avvenne circa sette anni fa, quando mi trovai a pranzo a Campo di Mare al Six, uno stabilimento balneare di fronte al Lungomare dei Navigatori etruschi. Sentii una violenta tempesta d'aria che sorvolò le nostre teste per poi finire la sua impetuosa corsa sui Colli Ceriti. Il giorno dopo venni a sapere che una mucca, che tranquillamente pascolava nella campagna, volò via raggiungendo proprio quelle alture. **Il nostro litorale e anche l'entroterra non sono, per nostra fortuna, zone sismiche, ma sono affatto risparmiate dalle trombe marine.** E' forse questo, assieme agli incidenti stradali sulla via Aurelia (tuttavia in diminuzione rispetto al passato) il pericolo maggiore che corriamo.

Alle trombe marine piace venirci a trovare, ora come negli anni che si perdono nella notte del tempo. Ora come allora, ma più forti e frequenti. Tornano alla mia mente le parole del Prof. Gastone Palagiano.

**"Nessuna costa italiana può vantare un numero maggiore di avvistamenti di trombe marine".**

Un primato di cui avremmo fatto volentieri a meno.

*Cantina Cerveteri*

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

# LA STREET ART CONQUISTA LE SCUOLE DI LADISPOLI



## IL PROGETTO "COLORIAMO LA NOSTRA SCUOLA" SI ALLARGA A MACCHIA D'OLIO, COINVOLGENDO ANCHE LA CORRADO MELONE

**P**areti grigie e vandalizzate, abbandonate dall'incuria dei Comuni, rendono tristi molte delle strutture scolastiche del nostro territorio. Cosa fare dunque? Come poter rendere gradevoli quegli spazi in cui i nostri ragazzi trascorrono gran parte della loro giornata? La soluzione è stata trovata da un gruppo di semplici cittadini, **Donato Ciccone** in testa, in collaborazione con alcuni artisti volontari, portando l'arte dei murales dalla strada alle scuole con un progetto a costo zero per il Comune. Un progetto dal titolo eloquente che contiene in sé una promessa ed un invito rivolto a tutti: **"Coloriamo la nostra scuola"**. Un'idea con una forza positiva dirompente come quella di rendere le nostre scuole "colorate", e dunque luoghi vivi e gioiosi, ha conquistato il cuore di genitori, docenti e dirigenti scolastici. "Il mio intento - ha più volte sottolineato alla stampa Donato Ciccone - è far capire ai ragazzi che non è la quantità di scritte e firme (che sporcano

i muri) a dare più visibilità, ma la qualità dell'opera che si realizza."

Come abbiamo avuto modo di vedere in un precedente articolo, il tutto è partito alcuni anni fa quando Donato Ciccone decise che era giunto il momento di riqualificare in modo artistico le pareti di alcuni stabili in degrado di Ladispoli, la sua città. Una iniziativa che fu accolta subito con grande favore agli abitanti di quartiere che contribuirono volentieri alla raccolta fondi.

Dalla strada alla scuola il passo è stato breve. Il progetto "Coloriamo la nostra scuola" concepito inizialmente per riqualificare il plesso della Livatino, si è allargato a macchia d'olio, estendendosi anche alla Corrado Melone.

"A seguito di un appello lanciato sui social - ha spiegato il dirigente scolastico Riccardo Agresti - vari artisti hanno offerto la propria opera per abbellire l'istituto comprensivo Corrado Melone che presenta



da anni pareti da imbrattare da idioti che non sanno scrivere, non sanno disegnare, non sanno leggere, non sanno ragionare ma pretendono che il brutto che è nei loro cuori venga mostrato a tutti". "Donato Ciccone - ha aggiunto ancora Agresti - con i suoi amici artisti hanno deciso invece di mostrare la bellezza che è nei loro cuori". Ed è così che già sabato scorso sono iniziati i lavori di preparazione delle mura e sono stati avviati i primi murales. All'ingresso delle scuola è stato già realizzato un murales emblematico che rappresenta una bambina che legge sdraiata su una fila di libri. Mentre un classico dei cartoni animati come Biancaneve alla scuola materna. "Vicino all'ingresso del polifunzionale - ci confida Donato Ciccone- vorrei fare un omaggio alla donna. Otto quadri giganti, otto volti di donne importanti che hanno contribuito a far diventare grande il nostro paese. La Montalcini, Montessori, Hack ecc. E un omaggio al corpo insegnante che, nonostante i tagli e le varie difficoltà, mandano avanti la scuola".

Agresti ha lanciato anche un appello rivolto ai genitori. "I due edifici, Odescalchi e Fumaroli, hanno pareti molto grandi per cui sarebbe bello avere l'aiuto di quanti più genitori, amici, conoscenti possibile, se non per lavorare per la preparazione delle pareti, anche "solo" per la preparazione del vitto/buffet da offrire ai lavoratori". "Si ringraziano profondamente gli ideatori e le ideatrici di questa iniziativa cui ci si può rivolgere per avere maggiori informazioni tecniche: Donato Ciccone, Nadia Cesarini e Sandra Magagnini".

Una donazione consistente di vernici e pennelli è stata fatta da un negozio di Ladispoli del quartiere Miami. Gli artisti intervenuti a titolo di volontariato sono Nadia Cesarini, Antonella Pirozzi, Monica Marra, Tiziana Rinaldi Giacometti e Daniele Bartocci.

# METALVETRO

di Luigi Bonifazi

Infissi in PVC



## SCHÜCO 100%

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

Ladispoli - Via Venezia, 5/A

Tel. 06 99222243

bonifazi4@libero.it - 338.8943790

*La Piccola Chiocciola*  
di Davide Gastafoni

**VENDITA DIRETTA**  
**LUMACHE SPURGATE**  
PRONTE PER LA COTTURA  
DI RAZZA RIGATELLA E MULLER

**LOC. BOIETTO**  
VIA RIMESSA NUOVA, 5 - CERVETERI - 339.4723316



## TORNA IL MERCATINO DEI BAMBINI

**APPUNTAMENTO DOMENICA MATTINA IN PIAZZA ROSSELLINI  
CON I PICCOLI DI TOY STORY**

**T**orna l'appuntamento con il mercatino dei bambini, Toy Story. Un modo per responsabilizzare i più piccini, giocando, divertendosi, trascorrendo una domenica mattina in compagnia dei propri genitori. Un modo per restituire nuova vita ai giocattoli usati, ma in buone condizioni, riposti in un cassetto e non più utilizzati.

L'idea è nata dal Comitato Cittadinanza Dinamica Ladispoli e in questi mesi ha riscosso grandissimo

successo di partecipanti e acquirenti. Un modo semplice e divertente per operare il riciclo, rispettare l'ambiente, il tutto giocando lontani dalla tecnologia che ormai ci circonda. Un tuffo nel passato quando i telefoni erano senza fili e bastava solo un gessetto bianco e buona compagnia per trascorrere ore e ore di sano divertimento.

L'appuntamento è per domenica mattina dalle 9 alle 13 in piazza Rossellini.

## GIÙ LE MANI DAGLI ALBERI DI VIA DELLE VIOLE

20

**A**bbiamo appreso in questi giorni che un'area verde di Ladispoli, esattamente quella situata in via delle Viole (viale Mediterraneo) è oggetto di cambiamento.

Quest'area è stata assegnata ad una associazione locale per utilizzarla come propria sede, e sarà comunque recintata e di conseguenza non sarà più fruibile ai cittadini. L'aspetto che ci preoccupa di più è la presenza di molti alberi presenti e che rischiano di scomparire proprio per fare spazio alle esigenze dell'associazione che posizionerà una struttura in legno, pare di notevoli dimensioni ed altro ancora. Siamo fortemente preoccupati per la sorte di molti alberi presenti. Dobbiamo far presente che questa area è stata oggetto di un progetto voluto dal Comune di Ladispoli nel 2011, un Progetto di Bilancio Partecipativo denominato Sbilanciamoci col verde. A questa iniziativa, come si diceva voluta proprio dal Comune hanno preso parte varie associazioni locali e semplici cittadini che insieme hanno visitato e studiato le

varie aree verdi presenti in città. L'area di via delle viole fu scelta per realizzare questo progetto, furono messi a dimora vari alberi, una panchina, un tavolo di legno ed altro ancora. Da allora vari volontari hanno continuato a prendersi cura di questa area con una manutenzione cadenzata, innaffiando le piante e gli alberelli, concimandoli e coinvolgendo anche alcuni cittadini residenti nella zona.

Chiediamo al Sindaco di Ladispoli Alessandro Grando e al presidente dell'associazione interessata il rispetto di quanto previsto dalle vigenti leggi a tutela dell'ambiente e delle alberature.

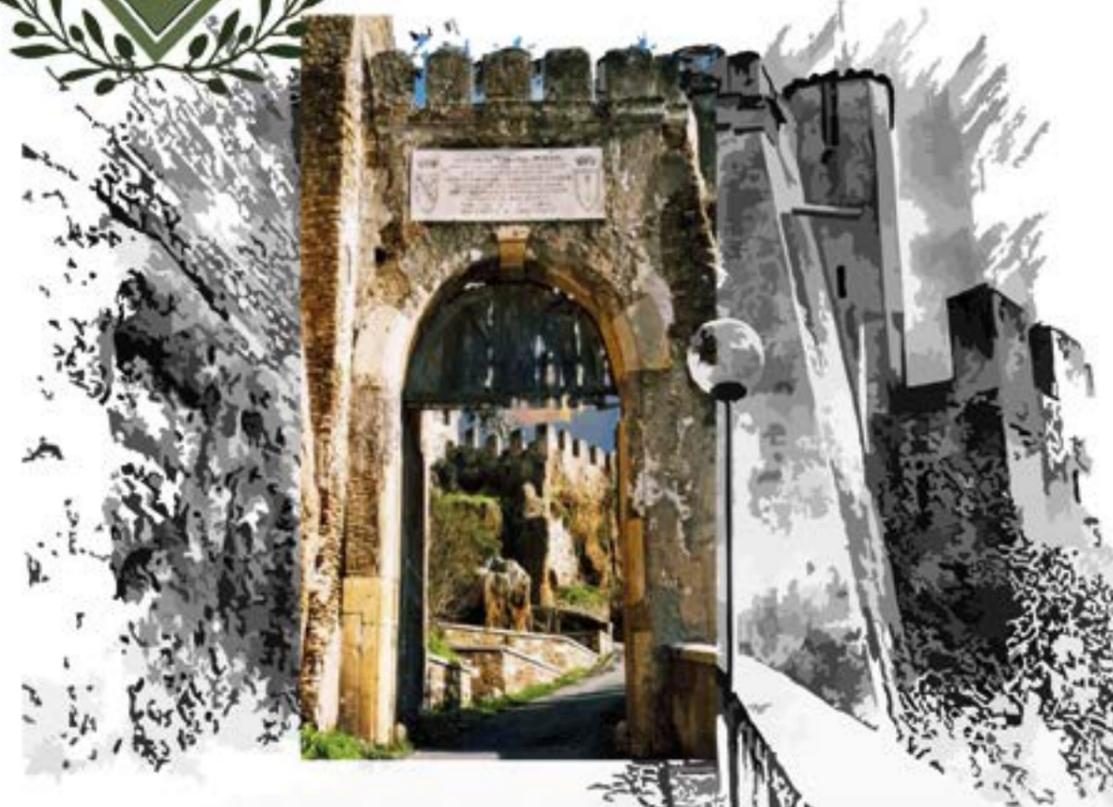
**Comitato Rifiuti Zero Ladispoli**

Associazione culturale e artistica Interpolis Verdemarino  
Salviamo il Paesaggio Litorale Roma Nord  
Natura per tutti onlus  
CO.RI.TA. Comitato Rimboschimento città di Taranto

ALFA  
LAVAL



# FRANTOIO PAOLONI & FIGLI



## Estrazione a Ciclo Continuo a 27°C

Vendita diretta di Olio Extra Vergine di Oliva



delle nostre campagne



Riapriremo il 20 settembre,  
per effettuare prenotazioni non esitate a contattarci.

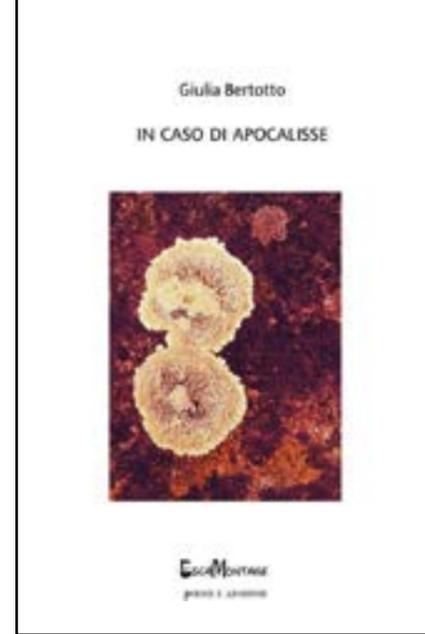
**DAL 15 OTTOBRE RIPARTIRÀ LA VENDITA DI OLIO NOVELLO 2019**

**frantoioipaoloni@email.it**

Via di Ceri, 139 Tel. 06.99.20.70.50 Cell. 328 0964297

**frantoioipaolonifrancodiceri.com**

P.IVA 1195441009



## GIULIA BERTOTTO: CHI L'HA DETTO CHE LA POESIA È ROBA PER SENTIMENTALI?

**L**a poesia è noiosa? Macché: quella di Giulia Bertotto è ecologica, sostenibile. E imprevedibile.

Il suo "In Caso di Apocalisse" parla di licheni, pomodoro& basilico, pannelli solari e bici coi freni al carbonio. E ridimensiona le nostre paure con la semplicità. Un piccolo caso editoriale che ha riscosso consensi presso le manifestazioni di settore ed è stato recensito da Maria Giovanna Farina. Prossimo appuntamento il 4 e 5 ottobre al Festival Cinema&Libri -Il Cartoceto.

**A pochi mesi dal debutto il tuo libro ha attirato l'attenzione di lettori e addetti ai lavori. Il segreto?**

Sono di quelle persone che in pizzeria scrivono sulla tovaglia di carta per non disperdere le emozioni.

Non ho mai appuntato frasi pensando a una raccolta, ma attraverso la collaborazione con varie realtà culturali ho destato l'interesse di una piccola casa editrice indipendente, la Escamontage di Iolanda la Carrubba, che ha stampato il mio primo libro.

**Cosa c'entrano gli scarabei e il pomodoro col basilico con la poesia?**

Dal 5G alle conseguenze di Chernobyl, si sono modernizzate anche le nostre paure.

Ogni Apocalisse implica nuovi sistemi di adattamento: oltre a spaventarci possiamo imparare a trovare soluzioni dalla natura.

Anche l'arte della sopravvivenza: lo scarabeo del deserto non ha nulla intorno a sé, così raccoglie in volo microscopiche particelle di acqua e si disseta facendole scivolare dal dorso alla bocca. I miei versi sono ispirati, tra l'altro, alla botanica, alla mineralogia, alla zoologia applicate alla quotidianità, della quale fanno parte anche cose semplici e concrete come il pomodoro e basilico: il cibo è testimonianza di vita, di gioia. E di amore.

**Se diciamo "ORTICA" cosa ti viene in mente?**

Una poesia:

"Irritare,  
strategia di sopravvivenza,  
resilienza vitale  
arrossare, difendersi e fiorire  
segreto universale della Vita sulla Terra"

**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



GRANDI MAGAZZINI ITALIANI DAL 1982



# Offerte Shock



**0.39**



**0.88**



**12.99**



**1.39**



**2.99**



**5.99**

OGNI 30 EURO DI SPESA  
CON IL CONTRIBUTO DI

## 1€URO

riceverai un DOLGASAPONE CON SPUGNA





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

Offerte valide dal 26 Settembre al 12 Ottobre 2019  
salvo esaurimento scorte

MAGAZZINI MAURYS

DETERSIVI

**OFFERTISSIME**

MONOUSO

MAGAZZINI MAURYS

**Svelto**  
SVELTO piatti ass. L. 1  
ml 0,79  
**0.79**

**Linea Calgon**

CALGON gel anticalcareo  
ml 750 - €1,438  
**3.49**

CALGON polvere  
g 500 - €1,334  
**1.99**

CALGON anticalcareo  
conf. 15 table  
**2.99**

**Finish**  
FINISH carovestiviglie  
regolari-limone  
ml 250 - €1,76  
**1.99**

FINISH brillantante  
classico-limone  
ml 400 - €1,438  
**1.99**

FINISH  
100 table  
**7.99**

**Fabulo**  
FABULOSO ammorbidente  
ass. L. 3  
ml 0,99  
**1.99**

**3 Litri**  
**1.99**

VIENI A SCOPRIRE I NOSTRI PRODOTTI A MARCHIO **Maurys**

**Maurys**  
MAURYS all purpose ass.  
L. 4 - ml 0,37  
**4 Litri**  
**1.49**

**Maurys**  
MAURYS Mast  
ammorbidente ass. L. 4 - ml 0,30  
**4 Litri**  
**1.29**

**Maurys**  
MAURYS piatti  
super concentrato  
ass. L. 3 - ml 0,38  
**3 Litri**  
**1.59**

**Maurys**  
MAURYS piatti gel  
ass. L. 25 - ml 0,40  
**0.79**

**Maurys**  
MAURYS piatti touch  
ass. L. 40 - ml 1,75  
**0.79**

**Fabulo**  
FABULOSO ammorbidente  
concentrato ass. L. 1 - ml 1,38  
**1 Litro**  
**1.39**

**Fabulo**  
FABULOSO spray  
ass. ml 600 - €1,38  
**0.99**

**Cif**  
CIF spray Duo  
condrogina  
aggressiva  
ml 600 - €1,38  
**1.19**

**Cif**  
CIF spray  
anticalcare  
bagni  
aggressiva  
universale  
ml 600 - €1,38  
**0.79**

**Lysoform**  
LYSOFORM lavatrice  
ass. 21 lavaggi  
**1.88**

**Winny's**  
WINNY'S lavatrice  
ass. 23 lavaggi  
**3.49**

**Scala**  
SCALA ammorbidente  
ass. 30 lavaggi  
L. 3,000 - €1,38  
**1.79**

**Ambrò**  
AMBRÒ ammorbidente  
ass. L. 1,25 - €1,38  
**0.59**

**Amuchina**  
AMUCHINA disinfectante  
ass. ml 1000 - €1,38  
**1.49**

**Vialkal**  
VIALKAL WC gel  
ml 750 - €1,17  
**1.29**

**Vafa**  
VAFÀ micro spray  
perle con led  
ass. g 175  
**0.99**

**Vafa**  
VAFÀ micro spray  
base+perla  
ass. ml 750 - €1,38  
**0.69**

**Vafa**  
VAFÀ tavolette  
wc 5 in 1  
ass. ml 750 - €1,38  
**0.69**

**Baleno**  
BALENO crema sapone  
ml 200 - €1,38  
**1.19**

**Baleno**  
BALENO bagno pavimento  
L. 1 - €1,19  
**0.79**

**Baleno**  
BALENO bagno spray  
ml 400 - €1,38  
**0.79**

**Scala**  
SCALA 3in 1  
condrogina  
profumata  
L. 1 - €1,38  
**1 Litro**  
**0.99**

**Napisan**  
NAPISAN spray  
ass. ml 750 - €1,19  
**1.49**

**Swiffer**  
SWIFFER ricambi  
conf. 30 panni  
**3.88**

**Vileda**  
VILEDÀ Mocio  
carpetto  
marca infero  
**6.50**

**Vileda**  
VILEDÀ Mocio  
scambio  
classico  
**1.88**

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

Offerte valide dal 26 Settembre al 12 Ottobre 2019  
salvo esaurimento scorte

**LISTERINE**  
 LISTERINE TOTAL C  
 LISTERINE FRESH CITRUS  
 LISTERINE collutorio ass. ml 500 - al L. 4.98 **2.49**

**COLGATE**  
 NOVITA' BIPACCO NUOVA FORMULA  
 COLGATE Dentifricio Stripo ass. ml 75x2 al L. 19.20 **2.88**  
 COLGATE spazzolino triple azione conf. 4 pz **1.29**

**PARODONTAX**  
 PARODONTAX collutorio ass. ml 500 - al L. 7.76 **3.88**  
 PARODONTAX dentifricio ass. ml 75 - al L. 26.83 **1.99**

**NIVEA**  
 DEFEND collutorio ass. ml 500 al L. 1.38 **0.79**  
 NIVEA deo roll-on ass. ml 50 al L. 23.30 **1.19**  
 NIVEA deo spray ass. ml 150 al L. 8.30 **1.29**  
 INFASIL deo roll-on ass. ml 50 al L. 18.88 **0.99**

**LEOCREMA**  
 LEOCREMA crema fluida nutriente-argan ml 400 - al L. 4.20 **1.69**

**BOROTALCO**  
 BOROTALCO deo spray ass. ml 150 al L. 13.10 **2.09**  
 BOROTALCO deo roll-on ass. ml 50 al L. 11.40 **1.79**  
 BOROTALCO deo spray ass. ml 75 al L. 10.50 **2.29**

**CHILLY**  
 CHILLY gel intimo ml 300x2 al L. 6.95 **3.99**  
 ACQUISTA €10 DI PRODOTTI CHILLY E INTIMA ROBERTI, ANCHE CON PIU' SCONTI E PROFUMI, UNO SU 1000 CONTROLLI GINECOLOGICI IN PALLO

**VIDAL**  
 VIDAL shampoo ml 250 - al L. 2.78 **0.59**  
 VIDAL balsamo ml 200 - al L. 3.45 **0.69**  
 VIDAL sapone liquido ml 300 - al L. 2.30

**MANTOVANI**  
 MANTOVANI sapone ass. ml 400 - al L. 1.98 **0.79**  
 MANTOVANI igiene intima ass. ml 200 - al L. 3.45 **0.79**

**NEUTROMED**  
 NEUTROMED sapone ass. ml 750 al L. 1.41 **1.09**

**GILLETTE**  
 GILLETTE schiuma barba per normali sensibili ml 200 al L. 4.40 **0.88**

**PALETTE**  
 PALETTE colorazioni ass. **2.69**

**LINES IDEA**  
 LINES Idea saponi liquidi avanzati 150g **0.79**



## SCUOLA, ERASMUS: RAGAZZI E DOCENTI IN ROMANIA, PORTOGALLO E LITUANIA.

Trasferita in terra romena per l'Istituto Scolastico Giovanni Cena. Come consuetudine, anche quest'anno l'Istituto ha preso parte al progetto formativo ERASMUS, che vede partecipare docenti e studenti ad un periodo formativo e culturale in un paese estero. Tre docenti e 8 alunni sono in questi giorni ad Oradea, municipio romeno e capoluogo del distretto di Bihor e della regione storica della Crisana, tradizionalmente inglobata nella Transilvania, per una settimana di attività legate alla lingua inglese. Un totale di 24 famiglie hanno

dato adesione ad ospitare i ragazzi in questo progetto, e ben 15 del team Defems sono i docenti che si sono riuniti per pianificare le prossime attività di questo straordinario programma, che vedrà tra le prossime tappe anche la Lituania. Si parte però già la prossima settimana, con 4 studenti di Cerveteri andranno in Portogallo, nell'ambito del progetto DTG Erasmus, dove sotto la guida delle Docenti Pazzini e Di Maggio, referente del progetto, saranno coinvolti in varie attività legate al turismo, tra cui l'utilizzo di app totalmente innovative ed avanzate.



## DIECI ANNI SENZA MATTEO

LA SUA VITA SPEZZATA IN UN INCIDENTE D'AUTO  
 LA MADRE: "GODETEVI LA VITA"

Il 27 settembre di dieci anni fa la vita di Matteo Calce veniva stroncata a soli 24 anni, dopo aver perso il controllo della sua auto in un tragico incidente avvenuto sull'Aurelia. Cerveteri ricorda con commozione la perdita di un giovane conosciuto e amato da tutti, anche a Ladispoli dove per un periodo aveva lavorato. Un affetto vivo e tangibile, come testimoniano i numerosi memorial a lui dedicati: tra gli altri, ricordiamo

il torneo di calcio per la categoria giovani e giovanissimi, che ha dato lustro a questo sport ben oltre i confini del nostro territorio. L'appello della madre di Matteo, Paola, è quasi un monito "godetevi la vita e le cose belle, quelle che hanno davvero valore, e quando guidate lasciate perdere l'alcol e i cellulari. Fate sì che la morte di mio figlio non sia stata vana".

LADISPOLI - Via Glasgow, 60 - ANGUILLARA - Via Giolitti, 3  
 CERVETERI - Via Largo Almunecar, 20 - BRACCIANO - Via Arturo Perugini snc  
 Offerte valide dal 26 Settembre al 12 Ottobre 2019  
 salvo esaurimento scorte

## "SARÒ IMPOPOLARE: SALVINI HA FATTO BENE A CHIEDERE LA SFIDUCIA A CONTE"



Il voto determinante per l'elezione a commissario Europeo di Ursula von der Leyen, da parte del movimento 5 stelle è stata la prova del tradimento ai cittadini italiani e europei. Tradimento perché la stabilità europea è stata messa in discussione dalla prepotenza franco-tedesca. Utilizzando personaggi grotteschi e arroganti come il lettone Valdis Dombrovskis e il lussemburghese Junkers, quest'asse ha consumato l'Europa per anni, stritolandola nella morsa di prestiti usurari fatti con i fondi di speculatori e evasori.

Ma la situazione negli ultimi anni si è avvitata in una spirale sempre più rapida e serrata e oggi questi personaggi hanno la pretesa, non solo di guadagnare grazie a sistema finanziario orrido e machiavellico, ma di gestire e condizionare le sorti delle grandi nazioni europee tra cui la nostra Italia. Una nazione la nostra che è stata fondatrice e fondamentale per la nascita della Comunità Europea è oggi una carcassa alla mercé di avvocati.

Ho detto tante volte, e lo ribadisco, che da socialista credo nell'internazionalismo, visto come interdipendenza dei popoli e dei sistemi economici ma sempre e solo se scelto grazie all'autodeterminazione dei popoli. Ciò che distingue una comunità nazionale da un mattatoio è solo il sistema di rapporti di forza. Per questo oggi mi sono convinto che i nostri governanti non siano pronti e maturi per questo. Se, chi ci governa, non è in grado di lasciarci decidere chi vogliamo sia al governo, come possiamo pensare che possa decidere il meglio per un popolo diverso da quello che dovrebbe proteggere e che invece sfrutta?

Mi sono convinto che la globalizzazione non sia una grande opportunità per i popoli ma solo un male: non per come è stata teorizzata, ma per l'aberrante deriva che ha subito finendo in mano a una oligarchia di interessi economici. Ci hanno tolto la natura, ferendo la terra per interesse. Ci hanno tolto l'orgoglio, schiacciando gli stati sovrani. Ci hanno tolto l'identità, cancellando le tradizioni socio economiche, l'idea di famiglia e l'identità sessuale. Queste sono le cause della deriva spaventosa presa dalle fasce più deboli, a livello sociale e culturale, delle popolazioni europea e mondiale.

Forse sarà un caso, ma non posso non notare che le nazioni europee che sono state la culla della civiltà, della cultura, della tradizione, del diritto e della filosofia politica occidentale, Italia e Grecia, siano state le prime a essere colpite dalla guerriglia economico-

finanziaria europea. Ho visto commissari europei sputare sentenze a copi di lettere (quelle del ranking) sopra nazioni che hanno migliaia di anni di tradizione culturale e politica. Vedo francesi e tedeschi che dall'alto della loro centenaria storia di democrazia, danno lezioni a chi ha alle spalle migliaia di anni di tradizione politica e democratica.

Ma questo potrei ancora accettarlo, in fondo si sa che chi è giovane e ha poca esperienza, quel poco che sa e che ha deve farlo pesare. Quello che non tollero è l'imposizione del valore del denaro al posto del valore della vita. Quello che non posso accettare è che si pretenda di sostituire il valore del lavoro con quello del profitto.

In questa Europa non penso che gli Italiani (sì maiuscolo) si possano riconoscere. Per questo credo che, se l'Europa deve essere geograficamente definita, stabile e politicamente solida, allora l'Italia deve essere ancora più geograficamente definita, stabile e politicamente solida.

Sia chiaro non sto propugnando una rivoluzione, cerco di fare capire che, se vogliamo essere rispettati in Europa e riprenderci il ruolo che ci spetta, dobbiamo innanzitutto comportarci come si confà a chi vuole un ruolo autorevole. Siamo la culla della cultura e della tradizione politica mondiale. È giunto il momento di comportarci di conseguenza, pagare lo scotto dell'aver dato la nazione in mano ai governanti sbagliati, e riprenderci il ruolo che ci spetta per insegnare a Francia, Germania, Europa e al mondo intero che con i soldi si compra quasi tutto, tranne autorevolezza, tradizione e valore.

Questo non sarà facile visto che un nuovo governo di indesiderati dal popolo, e graditi ai commissari europei, è al potere.

Tuttavia credo che se il popolo saprà fare sentire la sua voce, arrivando a eleggere un nuovo governo, allora sarà possibile davvero una rinascita che passi per l'abbattimento delle barriere burocratiche e per l'esaltazione di quella "capacità di fare e costruire" che è nostra da sempre. Sì la "nostra capacità di fare", non quella di scambiare. Per capirci meglio tornare alla produzione in senso fisico che continuare a essere schiavi di quella in senso economico o peggio finanziario.

Insomma se Charles Darwin ha detto "Il lavoro nobilita l'uomo" e è stato lui a carpire il segreto dell'evoluzione alla natura, Perché non seguire questo consiglio e rimettere questo valore al centro della vita della nazione.

# Tabaccheria Fazio

Articoli da Regalo e per Fumatori



## Sono arrivate le NUOVE collezioni



# Anekke

Paris & Egypt



LOTTO - 10 e LOTTO - SUPERENALOTTO - GRATTA E VINCI - BIGLIETTERIA TRENITALIA



**Cerveteri - Via Fontana Morella, 59 Tel. 06.9941204**

www.tabaccheriafazio.it tabaccheria fazio leonardo

# TUTTA LA CITTÀ UNITA PER MARCO E FRANCESCO

**VENERDÌ 27 SETTEMBRE, NEL CENTRO STORICO DI CERVETERI  
GRANDE SPETTACOLO DI SOLIDARIETÀ PER I FRATELLINI  
AFFETTI DALLA MALATTIA DI BATTEN**

**T**orna protagonista la solidarietà a Cerveteri. Un grande show in Piazza Santa Maria, per raccogliere fondi per i fratellini Marco e Francesco Camerini, i due piccoli residenti a Valcanneto affetti dalla gravissima malattia di Batten e per la quale stanno tentando un viaggio della speranza negli Stati Uniti alla ricerca di una cura.

Da mesi, tante realtà di Cerveteri, dalle Associazioni culturali, sportive fino ai Rioni, organizzano iniziative a scopo benefico proprio a sostegno di questa causa, per questi due bambini oramai entrati nel cuore di tutti.

Il prossimo appuntamento, patrocinato dall'Assessorato alle Attività Economiche e Produttive del Comune di Cerveteri, è per venerdì 27 settembre a partire dalle ore 18:00.

Musicisti, band, comici, intrattenitori, scuole di danza e maghi, condotti dalla simpatia di Danny Durantini intratterranno il pubblico in una serata che come filo comune avrà il divertimento e la solidarietà.

Ad esibirsi, Alessandro Serra, comico di Zelig e Colorado, la cover band tributo a Luciano Ligabue Fandango, la Statalequattro, cover di Lucio Battisti, il Campione Italiano di Tu Si Que Vales Mago Lupis, la scuola di Danza Degas e Universal Latino.

Ospiti d'onore, i musicisti del Gruppo Bandistico Cerite e delle meravigliose Harley Davidson, pronte a far rombare i loro motori nel Centro Storico.

“Cerveteri unita nel segno della solidarietà – ha dichiarato l'Assessore alle Attività Economiche e Produttive del Comune di Cerveteri Luciano Ridolfi – con il grande lavoro di uno straordinario gruppo di cittadini, ‘Uniti per Amore di Marco e Francesco’, sono stati già raccolti dei fondi davvero importanti a sostegno di questa famiglia, che non perde la speranza di trovare una cura che possa far stare meglio questi due piccoli bambini. Venerdì sarà una bella serata di spettacolo, di divertimento. Un’occasione per unirsi, per stare insieme, nel Centro Storico di Cerveteri, unendo l'intrattenimento alla solidarietà. Oltre alla musica, non mancheranno intrattenimenti vari e stand di artigianato e food. Una menzione particolare ci tengo a farla per l'area food e un invito alla cittadinanza a consumare presso gli standisti presenti, in quanto parte dei proventi verrà anch'esso devoluto alla raccolta fondi”.

Hanno collaborato all'iniziativa, Antonella Martinangeli, ideatrice dell'evento, Danny Durantini, Moreno Sagripanti, Angela Magnanti, Cynthia Nocchia, Massimo Muratori, Luciano Ricci.

**New Cafe Millennium**  
Viale Fregene Cerenova (Adiacente Poste)  
Tel. 06 99 02 887

**Tabaccheria CATALDI**  
BIGLIETTI COTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI  
Sisal, TIM, WIND, SKY



## LOREDANA RICCI E NICOLE GRIGANTI VITTORIOSE AI TRICOLORI DI TRIATHLON

**A**tletica di Cerveteri vittoriosa a Sanremo. Grande successo nella giornata di ieri, domenica 22 settembre, nella prima giornata di gare dei Tricolori di Triathlon Crono giovani nella Città dei fiori, dove oltre 1600 atleti hanno gareggiato per conquistare il gradino più alto del podio.

A fregiarsi del titolo di Campione d'Italia nella Categoria Junior Femminile, il terzetto composto da Elisa Terrinoni, Bianca Barbesino e Nicole Greganti. Proprio quest'ultima, si allena al Campo Enrico Galli di Cerveteri, sotto la guida tecnica, nella parte concernente la preparazione atletica, da Loredana Ricci, che ancora una volta si dimostra una grande guida per le atlete di Cerveteri.

Complimenti giungono da Giuseppe Zito, Vicesindaco di Cerveteri, che dichiara: “Loredana Ricci rappresenta un vero e proprio punto di riferimento nello sport della nostra città. Da anni, con amore e con passione porta sempre più persone ad avvicinarsi al mondo dell'atletica. Uomini e donne, di qualsiasi età, soprattutto giovani e giovanissimi che sotto la sua guida oltre a divertirsi riescono a raggiungere risultati importanti a livello nazionale proprio come Nicole Greganti, alla quale vanno i miei complimenti a nome della città tutta. A Loredana, sempre in prima linea nello sport cittadino e a Nicole, gli auguri per un futuro sportivo sempre più roseo, con grandi successi a titolo personale e dunque grandi soddisfazioni per la nostra città”.

La stessa Loredana Ricci ci tiene a mandare un messaggio alla sua allieva Nicole.

“È una ragazza dalle grandi qualità tecniche ed ha una determinazione straordinaria, doti che l'hanno portata a raggiungere questo grande risultato – ha dichiarato Loredana Ricci – una parte di questa maglia tricolore appena conquistata, possiamo dire con orgoglio, appartiene a anche Cerveteri!”



# 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



## AL POLO DI FORMAZIONE DELLA PROTEZIONE CIVILE IL CORSO DEGLI ENDURISTI

**IL GRUPPO COMUNALE COORDINATO DA RENATO BISEGNI OSPITA IL CORSO INSIEME AL DIPARTIMENTO NAZIONALE E ALLA FEDERAZIONE MOTOCICLISTICA ITALIANA**

I mondo dell'enduro si ritrova a Cerveteri. Il Polo di Formazione di Protezione Civile di Via del Lavatore è infatti pronto ad ospitare, domani, giovedì 26 e dopo domani, venerdì 27 settembre, la due giorni di corso nazionale per istruttori enduristi, realizzato in collaborazione con il Dipartimento Nazionale di Protezione Civile e FMI - Federazione Motociclistica Italiana.

Una parte teorica e una parte pratica, che si svolgerà quest'ultima nella zona dei Vignali, dove sarà allestito il Motor Home, la "base operativa" delle esercitazioni esterne.

La seconda giornata di corso invece, ovvero quella di venerdì, si svolgerà direttamente al Dipartimento Nazionale di Protezione Civile.

"È motivo di grande soddisfazione per la nostra città che questo appuntamento formativo così importante, che vedrà partecipare persone provenienti da tutta Italia, si svolga a Cerveteri - ha dichiarato il Sindaco Alessio Pascucci - il ruolo degli enduristi, mai come in questi anni si sta rivelando fondamentale nelle attività di

Protezione Civile. Basti pensare alle calamità naturali, ai terremoti che hanno colpito il Centro Italia, dove proprio grazie a questi veri e propri angeli in motocicletta il personale medico è riuscito a raggiungere le zone più isolate dalle macerie. La nostra città e la nostra Protezione Civile inoltre, possono contare una vera e propria eccellenza della motocicletta, ovvero il neocampione d'Italia Damiano Incaini, valore aggiunto del Gruppo Comunale. Ovviamente sarà presente a dare il sostegno e la sua esperienza al Gruppo di Protezione Civile e a tutti gli enduristi, insieme ad un altro volontario di lunga esperienza come Mario Menicocci". "Un ringraziamento - conclude il Sindaco Pascucci - è doveroso a tutti i volontari della Protezione Civile di Cerveteri, impegnati in tutti i fronti, dalla sicurezza in mare all'antincendio, e al funzionario Renato Bisegni, capace di coordinare questo gruppo in maniera esemplare, facendoli identificare sempre più dalla cittadinanza come un punto di ritrovo, una vera e propria sicurezza per il territorio tutto".



**La casa del Pane**



**Via Fiume, 67 Ladispoli - Tel. 06 9914 4577**

**Farmacia Cavallini Maria Teresa**  
Onespetia - Erboristeria - Veterinaria - Sanitaria

**KORFF**  
THE SCIENCE IN BEAUTY

# VENERDÌ 4 OTTOBRE

*Sarà presente la consulente BEAUTY KORFF per offrire a tutte le nostre clienti un trattamento viso. Tanti prodotti nuovi e PROMOZIONI*



**VENERDÌ 11 OTTOBRE**  
GIORNATA INFORMATIVA SULLLE PATOLOGIE INVERNALI  
promossa da BOIRON

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



## IL 28 E 29 SETTEMBRE 'TERME IN FIORE' TORNA AL CASTELLO

La VII edizione di "Terme in Fiore" si terrà il 28 e 29 Settembre nella suggestiva cornice del Castello di Santa Severa, spazio della Regione Lazio gestito da LAZIOcrea, in collaborazione con il Comune di Santa Marinella e Coopculture. La manifestazione è organizzata dalla società Orion Labs e Stefano Borghetti come curatore botanico. Un viaggio nel tempo tra storia e leggende del maestoso maniero che farà da cavaliere alla VII edizione della mostra "Terme in Fiore" dove troverete i più importanti produttori di piante a livello nazionale. Trentotto espositori con collezioni di piante insolite e rare provenienti da ogni parte del mondo, prodotti naturali per la cura del corpo e il benessere e altro ancora. Un tripudio di colori e profumi in un rito di benvenuto all'autunno. Nell'alchimia tra storia e fiori si potrà visitare la

mostra "Quando c'erano i giardini". Un'esposizione fotografica che ripercorre la storia della "Festa del fiore" che si è tenuta nella città di Santa Marinella tra gli anni 1951 e 1969 a cura di Maria Cristina Ciaffi, Delegata all'Agricoltura del Comune di Santa Marinella e realizzata da Antimo Di Giacinto. Un tributo alla memoria e alle radici della famosa floricoltura e dei fiorai del luogo, omaggio a chi ha fatto della passione dei fiori non solo un lavoro ma una tradizione rimasta nel tempo. Il biglietto per la mostra € 5.00 si può acquistare direttamente alla biglietteria del castello e, con la speciale promozione al prezzo ridotto di € 5.00, anche quello al complesso monumentale La mostra sarà aperta dalle 10 alle 19. Tutte le aree allestite per la mostra sono totalmente accessibili alle persone con disabilità.

## ANGUILLARA: INSIEME PER LA PACE, GRANDE CONCERTO PER IL MILLENARIO

Il concerto si inserisce nelle manifestazioni per celebrare il Millenario di Anguillara. Un evento di alto spessore che prevede l'esecuzione di musiche di Vivaldi e di Haendel, con un'orchestra a pieno organico di circa 30 elementi tra cui violini, viole, violoncelli, contrabbassi, oboe, trombe, timpani, clavicembalo/pianoforte, due cantanti soliste ed ovviamente il direttore. All'orchestra si aggiunge un coro di settanta coristi, composto dall'unione di tre cori. La preparazione dell'evento, promosso

dall'Associazione Doppio Desis, con il contributo del Comune di Anguillara Sabazia, Assessorato alla Cultura, ha visto coinvolte non solo molte realtà culturali e musicali di Anguillara, come ad esempio il Gruppo Folkloristico con la Banda della Città guidata dal Maestro Enrico Scatolini, l'Associazione "Scuola Orchestra", l'Associazione "Gastone Tosato Amici della Musica" ma anche altre realtà del territorio come i cori polifonici di Bracciano e di Bassano Romano ed anche alcuni professionisti di Roma.

**RIAL**  
porte e finestre

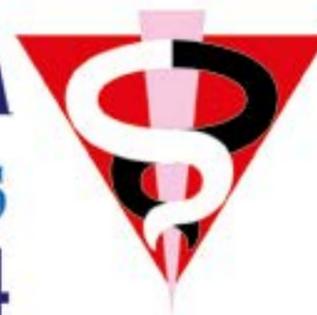
BERTOLOTTI PORTE  
BATFLEX  
vetrex  
TUBOACT

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

# 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](http://www.farmaciademichelis.com)

**SE PLUTO VI TRAINA  
COME FOSSE IL PADRONE  
È INDISPENSABILE INTERVENIRE.  
IMMEDIATAMENTE**



L'educazione di Pluto è un piacere che viene prima del dovere. Ma come capire quand'è il momento giusto per educare il nostro cane? Non ci sono dubbi: subito...

In qualsiasi fase della sua o della vostra vita vi troviate, adesso è il momento migliore! Ovviamente, maggiore sarà l'età di Fido, più consistente sarà l'impegno da approfondire per correggere le cattive abitudini cui, senza accorgercene, noi stessi lo abbiamo autorizzato. E' indispensabile procedere con una certa sollecitudine se Pluto: vi traina senza controllo durante la passeggiata quotidiana, costringendovi a bruschi scarti e virate. Fugge con velocità di gazzella in direzione opposta a quella in cui vi trovate. Ringhia e mostra l'affilata dentatura per avere l'esclusiva sull'osso e sul divano. Vi costringe a ululare il suo nome decine di volte prima di concedervi uno sguardo distratto. Ruba cibo dalla tavola o ne fa la questua, guaendo come il peggiore dei postulanti. Infangato dalle zampe alle orecchie, vi punta correndo per poi franarvi festosamente contro, donando ai vostri abiti un indelebile effetto "ramàge".

Le conseguenze di simili comportamenti potrebbero essere poco divertenti: dal provocare la caduta del conduttore all'attraversare d'improvviso la strada, c'è il rischio che Pluto si perda o provochi lesioni a chi non sa difendersi dai suoi attacchi festosi, fino a divenire sgradito e temuto ospite agli occhi di famiglia e amici. Vale la pena tirare avanti anni in queste condizioni, pur di evitare pochi e piacevoli giorni di sana educazione? Suo malgrado, un cane senza regole

diventa un "problema", una fonte di stress per voi e per chi vi sta intorno, e nel peggiore dei casi bersaglio delle altrui cattiverie. Assodata dunque la necessità di educare il nostro beniamino, sarà utile conoscere i suoi limiti e le sue possibilità.

Sempre prendendo in prestito il paragone coi cuccioli d'uomo, un bambino cui saranno state impartite le buone maniere fin da piccolo, le troverà spontanee e naturali e non farà fatica a utilizzarle. Stessa cosa per un quattrozampe con la differenza che, da adulto, raggiungerà il massimo delle potenzialità d'apprendimento intorno al secondo anno d'età. Perciò, prima ci dedicheremo allo scopo, più facile e rapido da assolvere sarà il compito. L'ideale sarebbe impegnarsi con regolarità a partire dai primi mesi di vita, aiutati da un buon educatore. Se non si conoscono indirizzi di fiducia, potrebbe essere utile affidarsi al passaparola o reperire più informazioni possibili su internet, per poi effettuare un sopralluogo di persona.

Non sarà difficile trovare la soluzione più comoda: Roma ospita alcuni tra i migliori centri cinofili d'Italia, e a tal proposito potrebbe tornarvi utile sapere che alcuni di essi offrono un servizio di asilo per cani, con tanto di bus per il prelievo e la consegna a domicilio! E i costi delle lezioni? Meno del paio di scarpe o pantaloni che Fido vi ha ridotto in brandelli. In cambio, getterete le basi per vivere insieme in relax e sicurezza, parlarvi attraverso un linguaggio comune e perché no, dedicarvi ad uno dei tanti sport cinofili da praticare l'uno accanto all'altro. Ma questa è tutta un'altra storia.

STRUTTURE SANITARIE ASSOCIATE  
**SALUS**  
MEDICAL CENTER

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

**CONE BEAM 3D  
DENTAL SCAN**

PROMOZIONE ESTATE 2019

**€ 80,00**

**RISONANZA  
MAGNETICA  
OSTEOARTICOLARE  
APERTA**

ESAMI A PARTIRE DA

**€ 100,00**

**NUOVA TAC  
MULTISTRATO**

**SALUS MEDICAL CENTER**

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

**IRMED CENTRO FISIOTERAPICO**

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

**GIFA - POLIAMBULATORIO**

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

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI:

☎ 06.9949944 ☎ [segreteria@grupposalus.net](mailto:segreteria@grupposalus.net) ☎ [www.grupposalus.net](http://www.grupposalus.net)



**Ortica**  
Salute Benessere

A cura del  
Dottor Professor **ALDO ERCOLI**

## ARITMIA CARDIACHE FATALI SU BASE EREDITARIA

### I PAZIENTI AD ALTO RISCHIO SONO QUELLI CON UNA STORIA FAMILIARE DI MORTE IMPROVVISA

In pratica tutte le anomalie del ritmo e della conduzione cardiaca possono essere familiari.

Anche se molte famiglie sono piccole, con quindi incerte modalità di trasmissione, va detto che negli ultimi anni sono state scoperte le basi genetiche di molti disturbi. L'aritmia ventricolare che vorrei trattare per prima è la **Sindrome di Brugada**.

Descritta per la prima volta, in modo dettagliato, nel 1992 questa malattia è spesso familiare e viene trasmessa come carattere autosomico dominante. E' relativamente frequente in Europa, di più nel Sud-Est Asiatico, e colpisce prevalentemente uomini giovani o adolescenti.

**Come fare diagnosi?** Problematica è la sintomatologia perché può essere del tutto assente oppure il paziente può accusare disturbi aritmici (palpitazioni) o, infine, il primo sintomo è l'arresto cardiaco. Ci viene in aiuto l'ECG: sopraslivellamento del tratto ST nelle precordiali destre da V1 a V3 associato o meno ad un blocco di branca destro. Dal punto di vista prognostico i pazienti ad alto rischio sono quelli con una storia familiare di morte improvvisa. Anche loro, con quel quadro elettrocardiografico, rischiano la stessa infausta sorte.

Quindi essenziali elementi per la diagnosi sono l'anamnesi (familiari deceduti in giovane età) e l'ECG.

**A cosa vanno incontro questi pazienti?** Aritmie potenzialmente letali quali la fibrillazione ventricolare e la tachicardia ventricolare in assenza di cardiopatia organica strutturale. L'ecocardiogramma in pratica è perfettamente normale così come l'esame obiettivo cardiologico.

Alcuni soggetti con aspetto ECG compatibile con la Sindrome di Brugada non sviluppano mai eventi aritmici. Si comprende pertanto che il tema sia complesso. Tutti devono essere seguiti nel tempo con es. Holter cardiaco h 24 e visionati da un esperto aritmologo per stabilire chi dovrà sottoporsi ad un esame elettrofisiologico. La malattia è considerata una delle cause di morte improvvise nel sonno nei maschi giovani, specie in quelli di razza asiatica.

**Con quali altre cause va fatta la diagnosi differenziale?**  
**1)** Aritmia ventricolare isolata. **2)** Sindrome del QT lungo. **3)** I segni ECG possono simulare quello dell'infarto miocardico acuto anche i marker cardiaci e l'ecocardiogramma risultano normali (dopo un arresto cardiaco però sia i marker che la cinetica cardiaca possono essere letali).

**Quali indagini sono necessarie ai fini diagnostici?** Del quadro ECG (sopraslivellamento del tratto ST in V1 - V3 con o senza aspetto a blocco di branca destro) si è detto. L'ecocardiogramma pur risultando normale va sempre eseguito per escludere la presenza di una cardiopatia

strutturale. L'indagine genetica richiede strutture specialistiche. Tutti i casi sospetti dovrebbero eseguire uno studio elettrofisiologico al fine di documentare l'indicibilità di aritmie ventricolari sostenute.

**Qual è il trattamento?** Dopo un arresto cardiaco tutti i pazienti devono essere ricoverati in terapia intensiva cardiologica mentre quelli senza sintomi con ECG patologico non necessitano di ospedalizzazione ma di una visita aritmologica per esame elettrofisiologico.

Nei soggetti a rischio è indicato l'impianto di un defibrillatore cardioconvertibile (ICD): aritmie potenzialmente mortali documentate sia spontaneamente che indotte dallo studio elettrofisiologico.

In alcuni casi si ricorre alla chirurgia, con impianto di un defibrillatore con elettrodi direttamente sul cuore (epicardio) qualora l'approccio transvenoso non sia praticabile.

**Come gestire la malattia nei pazienti a cui viene impiantato il defibrillatore (ICD)?**

Dopo l'impianto il paziente può essere dimesso entro 24 ore qualora sia clinicamente stabile. E' bene controllare la funzionalità del defibrillatore ogni 3 mesi (follow-up).

Le complicanze infatti possono essere dovute all'impianto dell'ICD con insorgenza di aritmie ventricolari polimorfe. Purtroppo non vi è alcuna specifica malattia preventiva. Un'altra **Sindrome** congenita che vorrei trattare è quella del **QT lungo di Romano - Ward** che quella di **Jervell e Large-Nielsen**.

**La Romano-Ward** presenta l'associazione fra sincope indotta da stress, morte improvvisa ed aritmia ventricolare di natura familiare, compresa una sindrome distinta con quadro ECG di prolungamento del QT e onde T anomale.

Molte sindrome con QT lungo mostrano ereditarietà dominante, con tachicardia ventricolare polimorfa e "Torsade de pointes" (torsioni di punta), bradicardia e alternanza delle onde T. La diagnosi va fatta quando l'intervallo QT corretto per la frequenza cardiaca (QTc) è superiore a 480 ms utilizzando la formula di Bazett.

**La Sindrome del QT lungo di Jervell e Large-Nielsen** è caratterizzata da sordità congenita autosomica recessiva, sincope, prolungamento dell'Intervallo QT, morte improvvisa e trasmissione ereditaria (autosomica recessiva). Anche qui dopo stati stressogeni o sforzi eccessivi si hanno svenimenti con un quadro di ECG caratterizzato dal prolungamento dell'intervallo QT e anomalie delle onde T.

Basilare per la diagnosi è la sordità congenita. P.S. = Vedete nelle aritmie cardiache quanto l'ECG sia più importante e prioritario rispetto all'ecocardiogramma?

**Checkup  
Donna**

**70€**  
~~100€~~

Tariffa valida dal 2 settembre al 30 ottobre 2019

**Le vere supereroine  
si prendono cura  
della propria salute.**

**Fai il Checkup Donna!**



**Laboratorio Analisi Salus Ladispoli**  
Via Ancona 94 • 00055 Ladispoli

**06 837 80971**

[www.lifebrain.it/laboratoriosalusladispoli](http://www.lifebrain.it/laboratoriosalusladispoli)

**ANALISI  
SALUS  
CLINICHE**

**life  
brain**  
Eccellenza per  
la tua salute



**MONICA BERTOLETTI**  
Naturopata

## MENOPAUSA: CHI HA PAURA DELLE VAMPATE?



### UN SINTOMO DI CUI SOFFRONO MOLTE DONNE DOPO I 40. LA SOLUZIONE VA CERCATA ANCHE SUL PIANO ENERGETICO ED EMOTIVO

**T**ra i sintomi più diffusi che affligge la maggioranza delle donne occidentali durante la menopausa sono le così dette vampate di calore. E sono stime da capogiro: tra il 15 e il 50 % dopo i 40 anni di età, con cicli mestruali regolari prima della transizione alla perimenopausa. Questa percentuale aumenta man mano che ci si avvicina alla menopausa, fino ad arrivare all'85% delle donne che ne soffrono in post-menopausa. Si tratta di disturbi vasomotori descritti da coloro che ne sono colpite come una sensazione di calore che dal torace sale fino a viso e collo. Una sensazione così intensa che la sudorazione che ne consegue è abbondante, al punto che può costringere a cambiarsi d'abito. Quando poi passa non è raro che si avvertano brividi di freddo. Cosa fare? Esistono dei rimedi efficaci? E soprattutto come interpretare questi segnali del corpo? Degli input su cui riflettere, sotto alcuni aspetti sorprendenti, ci vengono offerti dalla 'nostra' naturopata **Monica Bertolletti**, alias *Monique Bert*, ideatrice del gruppo fb *Medicina Evolutiva, Naturopatia e Detox* e coautrice *Tiroide Approccio Evolutivo*, gruppo fb creato dal dr **Andrea Luchi**.

#### MILLE ED UN RIMEDIO

"Ci sono mille ed un rimedio per le vampate nel libro sulla menopausa che sto scrivendo insieme con la dottoressa **Roberta Raffelli**, ma nessuno che posso consigliare in questa sede - afferma la naturopata - Sapete per quale motivo? Perché ciascuna di noi ha problematiche di salute differenti nel climaterio (dal greco *klimacter*, ovvero scalino). Quest'ultimo è quel lungo periodo (cinque-dieci anni) di cambiamenti gradualmente, che precedono e accompagnano l'ingresso definitivo in menopausa. Ogni scalino è caratterizzato da mutamenti, alcuni

molto evidenti come l'alterazione del ritmo mestruale (alcune donne possono avere interruzioni di un anno, per poi riprendere a mestruare), altri più sottili come la variazione del metabolismo o del ritmo del sonno, altri come le vampate, comunque situazione globale e del tutto personale, diversa da donna a donna. Ad esempio, mie care lettrici, sarebbe sano secondo voi darvi un consiglio su base anche fitoterapica, che incrementi gli estrogeni (il cui calo è fisiologico è causa di vampate), quando voi potreste avere un ipotiroidismo che peggiorerebbe all'aumentare degli estrogeni? O un pregresso di cancro ormonale? O addirittura un rischio latente o *tout court* una PCOS e/o un'endometriosi? Sarebbe semplicemente una follia senza capo né coda.

#### IPERICO? ATTENZIONE ALLE INTERAZIONI

Per fare un esempio concreto, un ottimo rimedio, apparentemente tra più innocui e i più comuni, tradizionalmente usato in naturopatia per le vampate è l'iperico o erba di san Giovanni. Si tratta indubbiamente di una pianta dalle mille virtù che può rivelarsi utile in caso di disturbi del sonno, depressione e vampate di calore, ossia sintomi ricorrenti in menopausa. Però, ci sono dei pericoli. Ossia, come molti fitoterapici, ha delle interazioni con numerosi farmaci, in particolare con gli antidepressivi.

#### UNA CHIAVE DI LETTURA ANTROPOSOFICA

Quello che voglio offrire a tutte e che a tutte giova, è invece uno spunto di riflessione interessante. Il climaterio richiede maggiori attenzioni con i suoi sintomi talvolta fastidiosi o inopportuni (come le vampate che spesso "avvampano" il corpo nei momenti meno adatti).

Un'interessante chiave di lettura della vampata, il più tipico dei sintomi della menopausa, viene

dall'antroposofia. Questa filosofia (che è anche scienza medica) sostiene che nel corso dell'intera vita fertile della donna il fluido caldo del sangue mestruale che fluisce verso il basso è come una catena che lega la donna alla terra, al vivere quotidiano con i suoi tanti impegni fatti di faccende domestiche, lavorative e familiari. Una catena che con la menopausa va in frantumi: tutta l'energia - che con la mestruazione la donna versava alla terra - ora sale progressivamente verso l'alto.

La vampata non fa quindi che nutrire la parte superiore del nostro corpo, quella parte che più di tutti è legata alla spiritualità, alla creatività, al cielo. Siccome ha in pratica concluso il suo impegno nel mondo del fare concreto e delle cose, questo fluido caldo si collega adesso alla parte più intima, all'anima della donna.

Le vampate sono messaggi caldi e intensi con cui anche la nostra parte fisica vuole partecipare ai grandi cambiamenti interiori. Così in terra come in cielo, così in basso come in alto; così fuori come dentro. Le vampate significano che non ci stiamo occupando abbastanza della nostra vita interiore e del nostro percorso spirituale, e ci mettono una certa fretta, visto che siamo ben oltre la metà della vita".

#### LA NATURA È LA VIA MAESTRA

In Medicina Tradizionale Cinese l'energia vitale, il Jing, conservato nei reni, cala in maniera graduale e in questa fase della vita diventa molto importante conservarla (visto che è impossibile aggiungerne altra). Aiutiamo il nostro corpo supportandolo, ma teniamo presente che serve una solida competenza olistica per essere davvero di aiuto al cambiamento. Integrare ormoni può aiutarci, ma gli sbalzi e le variazioni che l'organismo si deve giostrare per mantenere l'equilibrio, in tempi brevissimi, non sempre e non necessariamente ci aiutano a metterci in condizioni ottimali con la gestione di troppi stimoli. Le supplementazioni esogene, di qualsiasi sostanza integrativa, anche di erbe e rimedi naturali, molto più spesso di quanto immaginiamo, affaticano l'organismo, piuttosto che aiutarlo, anche a fronte di qualche evidente beneficio. E' assolutamente necessario non alterare gli equilibri in maniera arbitraria, ma fare in modo che siamo in grado di seguire la direzione giusta per noi. Ciascuna di noi ha esigenze da considerare differenti da un'altra, anche in relazione al riordino della propria esistenza, dando la priorità a ciò che conta davvero e conservando le energie per ciò che vale la pena di vivere davvero, vivere fino in fondo. La natura, in tutte le accezioni, attraverso le medicine e i rimedi antichi e moderni - conclude Monica Bertolletti - è la nostra grande guida maestra. La scienza, l'insostituibile riferimento per una gestione oculata delle problematiche che può trattare. Il cuore, l'unica via che può unificare tutto, nel modo migliore"



La Tua Sorgente di Acqua Pura, Fruttata e Gasata

**SISTEMI PER USO DOMESTICO**  
OSMOSI NATURALE  
MACCHINA SOTTOZOCCHIO

EROGATORE D'ACQUA OSMOTIZZATA  
LISCIA E FRIZZANTE  
A TEMPERATURA AMBIENTE

MADE IN ITALY  
Qualità Garantita

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

### SERVIZIO RICARICA A DOMICILIO

VUOTO PER PIENO

**Bombola:**

Sodastream 450 gr (vuoto per pieno) €11.90

Sodastream 450 gr (senza vuoto) €21.90

Usa e Getta 600 gr €15

Ricaricabile 2 kg (vuoto per pieno) €20

Ricaricabile 4 kg (vuoto per pieno) €25

Tutte le bombole trattano anidride carbonica alimentare CO2 E290

### FILTRI, RICAMBI, ASSISTENZA SU TUTTE LE MARCHE

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

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

☎ 339.3904634 - 349.5275373

✉ info@globalwatersolution.it

📍 Global Water Solution di Daniele Posa



# YOGURT E "FINTI" YOGURT

## UN ENORME MERCATO CHE NESSUNO CONTROLLA

**S**empre più persone apprezzano lo yogurt al posto del latte di mucca a colazione o a merenda.

Sebbene derivi dal latte lo yogurt è molto diverso dal prodotto iniziale, del quale conserva poco. L'ambiente acido creato dai microrganismi (fermenti lattici) porta alla scissione e alla separazione delle proteine, come avviene spontaneamente e in modo naturale al latte materno umano nello stomaco dei neonati. In particolare la caseina si presenta parzialmente predigerita, con liberazione di aminoacidi essenziali, ed è perciò più assimilabile di quella del latte. La presenza dell'aminoacido cisteina è considerata una delle possibili spiegazioni delle proprietà anticancro dello yogurt: la cisteina è il precursore del glutathione, un potente composto ad attività antitumorale. Rispetto ai formaggi, lo yogurt è un alimento più completo perché contiene anche le proteine del siero del latte: lattoalbumina e lattoglobulina. Purtroppo la stragrande maggioranza degli yogurt industriali presenti in commercio non apporta effettivi benefici perché i fermenti lattici che vengono utilizzati dall'industria sono spesso di bassa qualità, sono usati in piccole quantità e non sempre rimangono vivi a causa dei processi di produzione. Inoltre al semplice yogurt vengono aggiunti ingredienti tutt'altro che salutari. Addirittura alcuni di essi, anche se denominati yogurt, non possono essere considerati tale: a causa dell'enorme quantitativo di zucchero che viene aggiunto, questi prodotti sono in effetti un dessert, ricchi di calorie e di zuccheri, pertanto da considerare al massimo un "cibo della domenica", ma assolutamente da non assumere con regolarità come si potrebbe fare con uno yogurt. Lo yogurt naturale non è infatti un dolce, ma un alimento a

bassa densità di zuccheri e di calorie. Il prodotto riportato nella foto 1, per esempio, contiene cinque volte più zuccheri di uno yogurt naturale. Infatti mentre in uno yogurt bianco



naturale il quantitativo di carboidrati (lattosio) è di 3,5 grammi circa su 100 g di alimento, qui ne abbiamo ben 18,2 grammi. Ovvero 5 volte di più! Prodotto sconsigliabile soprattutto ai bambini e alle persone sedentarie, contiene infatti circa 20 g di zucchero per ogni vasetto, vale a dire 4 cucchiaini di zucchero aggiunto.

I supermercati pullulano di questi finti yogurt e la cosa singolare è il fatto che nessuna legge vieti ad oggi i produttori di chiamare yogurt dei prodotti che non corrispondono minimamente alla ricetta originale, la cui lista ingredienti deve comporsi di soltanto 2 ingredienti: latte e fermenti lattici. Sulla confezione di questi finti yogurt troviamo scritto "yogurt" e il consumatore medio li acquista pensando di comprare un alimento che ha la nomea di prodotto salutare, ma che nel caso specifico non lo è.

Il prodotto mostrato nella foto 2 è addirittura doppiamente ingannevole, perché non contiene latte di mandorla bensì lo sciroppo di latte di mandorla, che non è affatto la stessa cosa del latte di mandorla. Nutrizionalmente parlando infatti le due cose sono parecchio diverse, lo sciroppo è



ricchissimo in zuccheri mentre il latte di mandorla ha poco o niente zucchero. Sulla confezione del prodotto in questione viene esibita invece la dicitura "con latte di mandorla", nonostante si tratti dello sciroppo (vedi lista ingredienti). Inoltre vi è ulteriore zucchero aggiunto, e questa duplice presenza fa lievitare parecchio il livello glicemico del prodotto. Uno yogurt bianco naturale ne contiene al massimo 4 grammi.

Analizzando lo "yogurt" di un'altra nota marca (fig 3): si nota subito che il terzo ingrediente per quantità è l'acqua. L'acqua aggiunta nello yogurt! Inoltre contiene zucchero come secondo ingrediente, zucchero d'uva, sciroppo di glucosio-fruttosio, aroma. In totale il vasettino da 125 g contiene ben 22 grammi di zucchero, ossia 4 cucchiaini e mezzo di zucchero.

Un prodotto da non dare ai bambini di sicuro, e da valutare molto attentamente pure per gli adulti, in quanto non si tratta di uno yogurt ma di un preparato che può fungere da dessert vero e proprio, con tantissimo zucchero aggiunto e calorie inutili.

Anche lo yogurt greco può cascare in questo tranello. Il prodotto nella quarta foto per esempio, nonostante la dicitura di "yogurt greco originale" in evidenza sulla confezione, non è un vero yogurt



greco. Viene fatto pagare al prezzo di uno yogurt greco, superiore a quello dello yogurt tradizionale, ma non ha le caratteristiche nutrizionali dello yogurt greco. Evidentemente anche in questo caso il consumatore medio non se ne accorge e lo acquista convinto di comprare un altro prodotto. La lista dei "finti yogurt" purtroppo è molto molto lunga.

Il consiglio che ci sentiamo di dare è quello di leggere sempre l'etichetta: l'unico ingrediente riportato deve essere "yogurt".

*(Liberamente tratto da Cibo serio)*

# BEN DI BIO

vasta gamma di  
**PRODOTTI BIOLOGICI**



ALIMENTI FRESCHI E CONFEZIONATI

PRODOTTI A KM 0



ECODETERGENZA

COSMESI PER TUTTA LA FAMIGLIA



PRODOTTI PER L'INFANZIA

PANE FRESCO BIO

DETERSIVI ALLA SPINA

100%  
ECO

Via Ancona 170 - Ladispoli (RM)  
Tel. 06.99222248 - Cell. 347.5215221  
www.bendibio.net - bendibioladispoli@gmail.com  
Facebook e Instagram **Ben di Bio**



Dottor **RICCARDO COCO**  
Psicologo - Psicoterapeuta



## L'AUTOREGOLAZIONE DEGLI STATI EMOTIVI

La capacità di regolare i nostri stati emotivi - calmandoci se siamo agitati o arrabbiati, consolandoci se ci sentiamo tristi e soli, "tirandoci su" se viviamo momenti di disperazione, divertendoci e "lasciandoci andare" se siamo felici, etc.- non è una capacità innata, bensì acquisita. Come ho scritto altrove, è la stessa cosa che accade per il linguaggio: esso è, al pari della regolazione emotiva, una funzione mentale a base innata, ma se non "allenata" attraverso l'interazione con le figure di accudimento nella primissima infanzia, non si sviluppa adeguatamente (vedi il caso di Victor, il "bambino lupo"). Noi esseri umani, siamo programmati per acquisire abilità nell'interazione con la mente delle nostre figure di attaccamento. E l'abilità di autoregolare le emozioni è una di queste abilità. Impariamo a calmarci quando agitati se ci hanno calmato e tranquillizzato, impariamo ad esprimere il dolore e a sentire che si attenua con la condivisione, se lo hanno fatto con noi, o ancora impariamo a gioire e a lasciarci andare all'eccitamento perdendo il controllo di noi - per poi recuperarlo con fiducia dopo - se ci hanno permesso di imparare come si fa (non ho citato a caso questo ultimo esempio perché è una caratteristica comune di chi fa uso di sostanze il farne uso non solo quando è "spento", ma anche quando è "su di giri", il che testimonia proprio come non riesca ad autoregolare altrimenti i suoi stati emozionali, sia di "down" ma anche di "up"). I genitori o chi si prende cura del bambino sono oggetti di identificazione per il bambino e modelli di apprendimento. La mente umana infatti apprende anche per imitazione: va da sé che se i genitori non sanno autoregolare le

proprie emozioni non possono insegnarlo ai figli. Ciò che insegneranno sarà invece, per esempio, che quando sei triste devi cercare conforto nel comprare oggetti, stare da solo e magari mangiare o che quando ti arrabbi, la rabbia va agita subito in modi esplosivi ed incontrollati. La conseguenza per il bambino è quella di interiorizzare, in quest'ultimo caso, che la rabbia va esplosa e che solo poi ci si preoccupa semmai dei danni che ha fatto o al contrario che è pericolosa e va controllata al 100%. Cosa anche quest'ultima disfunzionale, dato che l'aggressività è molto utile ed adattiva se usata adeguatamente. Per aggressività non intendo l'aggreddire le persone o le cose, intendo affermare se stessi (per essere assertivi bisogna necessariamente avere accesso alla propria energia aggressiva), avere grinta e determinazione, farsi rispettare, dire di no se necessario, etc. Uno dei modi per autoregolare i propri stati emotivi, quando non si è capaci di farlo perché non ce lo hanno insegnato - la psicoterapia in questi casi servirà proprio come esperienza di apprendimento su come regolare le emozioni, apprendendo questo con il terapeuta, il quale "presterà" a modello la sua mente ed il modo in cui la usa nella regolazione emozionale - è quello di fare uso di "dipendenze" e non intendo solo "le classiche" droghe: tutto può essere "droga", poiché è la funzione che hanno le cose e non le cose in sé che conta: perfino gli stessi psicofarmaci possono diventare dei meri "cerotti" che autoregolano da fuori le disregolazioni emotive, tuttavia, se non accompagnati da una parallela psicoterapia, essi non insegneranno al paziente come interiorizzare l'abilità di autoregolarsi.

Cell. 3384970924  
Studio professionale:  
via Livorno 63, Ladispoli

[www.riccardococo.net](http://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](http://www.gioacchino-garofalo.docvadis.it)  
[gioacchino.garofalo@uniroma1.it](mailto: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](http://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 - NEONATI - STAMPELLE

**ORARIO CONTINUATO**

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

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

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

 Farmacia PratoCavalieri Dr.ssa T. Morabito

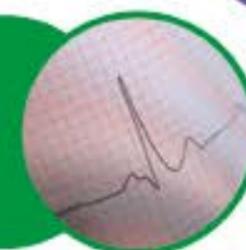
TEST STREPTOCOCCO A  
AUTOANALISI DEL SANGUE  
INCLUSI INR, EMOCROMO  
ED EMOGLOBINA GLICATA



HOLTER CARDIACO  
HOLTER PRESSORIO



ELETTROCARDIOGRAMMA  
REFERTAZIONE IN POCHI MINUTI  
VALIDO ANCHE PER LA PALESTRA



ANALISI GENETICA DELLA  
FLORA BATTERICA INTESTINALE  
PER UN CONSIGLIO ALIMENTARE  
E DIETETICO MIRATO



CONTROLLO NEI  
IN TELEDERMOSCOPIA



CABINA ESTETICA



# OTTICAGRILLI

Dal 1977



**SCEGLI  
LE LENTI GIUSTE  
PER GLI OCCHI  
DEI TUOI FIGLI**



## SAVE THE DATE

Dal **2 Settembre 2019**

IN ARRIVO  
LA NUOVA PROMO

**JUNIOR & TEEN**  
PER INIZIARE LA SCUOLA  
SENZA PENSIERI

**LADISPOLI**  
PIAZZA MARESCOTTI N°7  
TEL 0689520322

**LADISPOLI**  
VIALE ITALIA, 135  
TEL 069911152

**CERENOVA**  
LARGO TUSCOLO, 1  
TEL 069904740