



# L'ortica<sup>®</sup> SETTIMANALE

Anno XXVII n°23 - 2024

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

## DAL MARE CERITE RIAFFIORA LA STORIA

UNA VILLA ROMANA SEPOLTA SOTTO LA SABBIA  
A CAMPO DI MARE: CONCLUSI GLI SCAVI DELLA SOPRINTENDENZA

### ATTUALITÀ

NASCE LA PRIMA COMUNITÀ  
SENZA ELETTROSMOG

### LADISPOLI

TUTTI I NODI IRRISOLTI  
DELLA CICLABILE

### BENESSERE

LEDUM PALUSTRE, IL REPELLENTE  
NATURALE CONTRO LE ZANZARE

### SABATO 8 E DOMENICA 9

SI VOTA PER IL PARLAMENTO EUROPEO



VITE SPEZZATE  
L'ULTIMO SINGOLO  
DI STEFANO ROSSI  
DISPONIBILE  
SU TUTTE LE PIATTAFORME

TERRANOVA  
BRACCIANO



# SOTTOCOSTO

e le offerte **SOTTOPREZZO**  
continuano **FINO AL 12 GIUGNO\***



**65" CRYSTAL UHD 4K**

- WIFI
- HDR
- works with the Google Assistant
- works with Alexa

**SAMSUNG**  
TV LED 65"  
UE65AU7090UXZT

- Smart TV
- Compatibile Ass Google & Alexa
- Decoder Integrato DVB-T2 e DVB-S2
- 2 HDMI, 2 USB, 1 Slot D+
- Dimensioni (LxAxP): 1447x915,8x308,5 mm

**849,-50€**  
**599,-**  
SOTTOCOSTO  
DISPONIBILI 300 PEZZI



**SAMSUNG**  
Galaxy S23

- Display 6,1" FHD+ Dynamic AMOLED
- RAM 8GB e ROM 256GB
- Fotocamera 50+12+10 MP e Frontale 35MP
- Batteria 3900mAh Ricarica Ultra rapida 25W

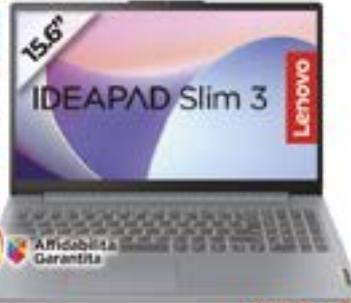
**739,-140€**  
**599,-90**  
SOTTOCOSTO  
DISPONIBILI 500 PEZZI

**10**



**10**

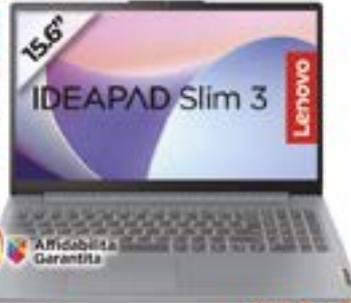
**829,-210,-90€**  
**599,-**  
SOTTOCOSTO  
DISPONIBILI 380 PEZZI



**Lenovo**  
NOTEBOOK  
IDEAPAD S315IANK

- Schermo 15,6" FHD (1920x1080) IPS anti glare
- Processore Intel® Core™ i5-12450H
- Grafica Integrata Intel UHD
- Velocità dock turbo 4A GHz
- HDMI, 3 USB, 1 Headphone, 1 Card reader
- Windows 11

**665,-136,-90€**  
**529,-**  
SOTTOCOSTO  
DISPONIBILI 300 PEZZI



**Lenovo**  
NOTEBOOK  
IDEAPAD S315IANK

- Schermo 15,6" FHD (1920x1080) IPS anti glare
- Processore Intel® Core™ i5-12450H
- Grafica Integrata Intel UHD
- Velocità dock turbo 4A GHz
- HDMI, 3 USB, 1 Headphone, 1 Card reader
- Windows 11

**665,-136,-90€**  
**529,-**  
SOTTOCOSTO  
DISPONIBILI 300 PEZZI

**LG**  
FRIGORIFERO  
COMBINATO  
GBP52PZNCNI

- Capacità frigorifero 277 lt
- Capacità congelatore 107 lt
- Total No Frost con colonna Multi Air Flow per un freddo uniforme senza brine
- FRESH Converter™ personalizza la temperatura del cassetto 0 gradi per una migliore conservazione di carne, pesce e verdure
- Dimensioni (LxAxP): 203x60x68 cm

**ELETTROMIX expert city**

**LADISPOLI**

P.zza G. Falcone, 26  
CENTRO COMMERCIALE  
LA PALMA  
Tel. 06 99144640

**CERENOVA**

Via Sergio Angelucci, 3  
Tel. 06 9904447

**CIVITAVECCHIA**

Via Palmiro Togliatti 11  
Tel. 0766 095005

**ELETTROMIX.DOMEX.IT**

# SOTTOCOSTO e tante altre offerte SOTTOPREZZO\*



**CANDY**  
PIANO COTTURA  
A GAS 60CM  
CEL6PBX

- 4 fuochi a gas
- Cerchi smaltati
- Accensione sottomanopola
- Valvole di sicurezza

**99,90**  
SOTTOPREZZO  
DISPONIBILI 600 PEZZI



**BOSCH**  
PIANO COTTURA  
INDUZIONE 60CM  
PUC6TAASE

- 4 zone cottura
- 9 livelli regolazione precisa della potenza
- PowerBoost: Fino al 50% in più di potenza
- Funzione Quicksart: selezione automatica la zona cottura dove è stata posizionata la pentola
- Funzione "Energy Tutor" invita l'accensione elettrica

**249**  
SOTTOPREZZO  
DISPONIBILI 500 PEZZI



**SAMSUNG**  
FRIGORIFERO  
COMBINATO  
IN CASSO  
BRB26602EWWEF

- Capacità frigorifero: 180 Lt - Capacità congelatore: 74 Lt
- Tecnologia SpaceCooler: consumo di elettricità naturalmente in sintonia dalle pareti
- All Around Cooling: assicura che tutti i tuoi alimenti siano adeguatamente refrigerati
- Dimensioni (h x l x p): 177 x 54 x 65,5 cm

**679**  
SOTTOPREZZO  
DISPONIBILI 250 PEZZI



**DeLonghi**  
FORNO  
MULTIFUNZIONE  
FLMRLH

- Porta a doppio vetro
- Timer Continuum 60'
- Martella e mangia fritture sottrattibile
- 8 Funzioni di cottura - 11 luci alligera

**189**  
SOTTOCOSTO  
DISPONIBILI 400 PEZZI



**BOSCH**  
FORNO  
MULTIFUNZIONE  
HBA3ASBO

- 7 Funzioni di cottura - Cottura HotAir 3D: consente di cuocere fino a 3 livelli allo stesso tempo
- EasyClean: la spugna pulitrice del forno si pulisce automaticamente durante la cottura, senza alcun detergente o agente chimico

**349**  
SOTTOPREZZO  
DISPONIBILI 300 PEZZI



**DeLonghi**  
LAVASTOVIGLIE  
SCOMPARSITA TOTALE  
LGNSPZE

- Vacca full inox max size - 12 coperti
- 5 programmi (Intensivo 75°C, Universale 65°C, ECO 45°C, Rapido SP 55°C, Prelavaggio) - Vassoio ribaltabile per posate - Bionco anti-odore auto-irrigazione
- Dimensioni (h x l x p): 82x45x55 cm

**299**  
SOTTOPREZZO  
DISPONIBILI 400 PEZZI



**Electrolux**  
LAVASTOVIGLIE  
SCOMPARSITA TOTALE  
EES4T32OL

- SabblerClean: assicura la perfetta pulizia di tutte le stoviglie indipendentemente da come sono state caricate - Cerchi e sliding - Tecnologia AirDry: garantisce risultati di asciugatura tre volte migliori rispetto ai tradizionali - Beam on Floor: sistema luminoso che indica la fine del lavaggio - Dimensioni (h x l x p): 82 x 45 x 55 cm

**399**  
SOTTOCOSTO  
DISPONIBILI 400 PEZZI



**SAMSUNG**  
LAVASTOVIGLIE A  
SCOMPARSITA TOTALE  
DW66A80GBBET

- Speed Booster: per accelerare il processo di lavaggio, indipendentemente dal tipo di ciclo o dal carico
- Acqua Stop: previene gli eventuali danni causati dalla fuoriuscita accidentale di acqua
- Pigierna Care: riacquisto igienico per eliminare germi e batteri
- Auto Open: apertura automatica al termine del lavaggio
- Dimensioni (h x l x p): 82x45x55 cm

**499**  
SOTTOPREZZO  
DISPONIBILI 200 PEZZI

# expert

GLI ESPERTI SIAMO NOI





## AMIANTO, TABACCO, VACCINI E WIRLESS: IL CAPITALISMO PERDE IL PELO MA NON IL VIZIO

“Mentre il fumo uccideva le persone, i danni provocati dalle sigarette venivano nascosti usando un mix di negazione, informazioni fuorvianti e appoggio prezzolato di scienziati e politici. Allora ci volle molto tempo prima che emergessero le evidenti correlazioni tra fumo e cancro ai polmoni. Pensi che ancora nel 1994 gli amministratori delegati di Big Tobacco giurarono davanti al Congresso USA che la nicotina non dava dipendenza e che il fumo non era cancerogeno. Ecco, oggi abbiamo a che fare con persone dello stesso genere, le quali controllano l’informazione sanitaria”. Così ha detto **Aseem Malhora**, in un’intervista di Martina Pastorelli pubblicata su La Verità. Malhora è un cardiologo di rilevanza internazionale che da tempo punta il dito sull’influenza che i colossi farmaceutici esercitano su istituzioni e organismi di controllo. E quelli del tabacco e dei vaccini covid, purtroppo, non sono due casi isolati. Emblematica la vicenda **dell’amianto**. Era il 1898 quando il medico Greenberg constatò la pericolosità dell’esposizione all’amianto. Eppure nel 1901 venne brevettato il fibro-cemento e nel 1907 nacque il primo stabilimento italiano di eternit a Casale Monferrato. Da allora il mondo è stato sommerso di eternit e l’amianto ce lo siamo trovato ovunque, pure nelle pomate e nelle otturazioni dei

denti - analogamente alla modalità con cui oggi il wireless ha invaso ogni anfratto del pianeta. L’utilizzo dell’amianto è continuato anche dopo 1930, quando degli studi inglesi dimostrarono la correlazione tra utilizzo di amianto e tumori. E dopo il ‘64, quando il medico statunitense Irving Selikoff individuò una forma tumorale correlata all’amianto, il mesotelioma. Abbiamo dovuto attendere il 1983, perché il primo stato, l’Islanda, mettesse al bando l’amianto e il 1992, perché anche l’Italia ne vietasse l’uso: un secolo dopo il primo allarme!

**Il talco della Johnson & Johnson** è stato accusato da circa 70 mila persone di essere contaminato con l’amianto provocando migliaia di casi di cancro. Secondo un’inchiesta del New York Times i dirigenti della J&J sarebbero stati al corrente di tale contaminazione ma *“avrebbero rigettato tutti gli studi scientifici a riprova della contaminazione, presentati all’azienda e alle autorità nel corso di decenni - scriveva Wiried.it nel 2023 - la società ha tentato in tutti i modi di minimizzare i gravissimi danni causati alle persone [...] Ancora oggi Erik Haas, vicepresidente dell’azienda, sostiene che le accuse delle vittime siano “pretestuose e prive di fondamento scientifico”. Il piano di risarcimento proposto dall’azienda non comporta un’ammissione di*

### Settimanale indipendente

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

ISSN 2704-6664

Gestione GEP Srls  
Coordinatore Cristiano Cimarelli

Marchio registrato di proprietà esclusiva.  
Vietata ogni riproduzione totale o parziale.

SETTIMANALE

**L'Ortica**  
| DEL VENERDÌ |

*Punge ma non fa male*

**Direttore Editoriale:** Cristiano Cimarelli  
**Direttore Responsabile:** Graziarosa Villani  
**Editor:** Miriam Alborghetti

**Redattori:**  
Barbara Pignataro  
Emanuele Rossi

**Responsabile scientifico:** Aldo Ercoli  
**Rubrica Salute e benessere:**  
Roberto Frazzetta, Carola Cimarelli,  
Elena Botti, Rita Masin, Riccardo Coco,  
Giuseppe La Pera, Marco Tortorici.

**Collaboratori editoriali:**  
Flavio Enei, Barbara Civinini,  
Antonio Calicchio, Flavia De Michetti,  
Mara Fux, Sara Sansone, Maurizio Martucci,  
Luca Marini Archenza, Pietro Cozzolino,  
Demetrio Logiudice.

*illecito o una sentenza penale. L'accordo serve proprio a evitare che si chiuda il procedimento a carico di Johnson & Johnson".* Nei primi giorni di maggio 2024 la J&J ha annunciato 6,5 miliardi di dollari per risarcire le donne che hanno fatto causa all'azienda. La notizia ha provocato un rialzo in borsa dell'azienda (sic!).

Ieri l'amianto e il tabacco, oggi i vaccini e il wireless. Stessa strategia bullizzante nei confronti dei critici, stessi metodi fondati su menzogna, negazione e minimizzazione. Sull'**elettrosmog** la strategia dominante è quella omertosa: non parlarne affatto, non fare accenno agli allarmi lanciati da scienziati di tutto il mondo, sorvolare sullo spericolato innalzamento dei **limiti soglia dell'elettrosmog** voluto dal governo Meloni per far risparmiare 4 miliardi alle aziende di telefonia. Un silenzio tombale, tant'è che il recente servizio di Report, *Drizza le antenne*, deve essere stato percepito come un fulmine a ciel sereno da coloro che seguono solo l'informazione mainstream.

Quanto alle porcate dell'era pandemica, in primis il ricatto vaccinale, è desiderio diffuso quello di voler dimenticare un passato tanto oscuro. E sarebbe anche sensato farlo se quei fatti non avessero più alcuna influenza sul presente ed i responsabili fossero usciti dalla scena pubblica dopo essersi cosparsi il capo di cenere. Ma non è così. Qui ed ora ci sono le vittime della gestione della pandemia: i morti di cure negate e/o sbagliate, c'è Giuseppe De Donno, il medico che si è tolto la vita dopo essere stato vilipeso ed isolato, per aver osato avviare una cura contro il covid con il plasma iperimmune, ci sono i danneggiati dal vaccino, abbandonati dalle istituzioni. E non è solo questione di giustizia negata, il problema cruciale è che l'agenda del totalitarismo sanitario prosegue, chi ha gestito la pandemia continua ad occupare posizioni di potere e l'intero bestiario covidista, mascherine, lockdown, green pass etc, avviato in un percorso di normalizzazione attraverso il Piano pandemico

nazionale. E se è vero che i negoziati sul Trattato pandemico sono stati rimandati di un anno, il 1 giugno sono stati approvati gli emendamenti del Regolamento Sanitario Internazionale dove viene sancito che l'OMS può imporre restrizioni agli stati e misure liberticide, come tracciamento dei contatti, lockdown, certificati di vaccinazione etc. "Appare evidente – ha commentato l'avvocato Alessandro Fusillo - che il nuovo testo del RSI istituisce il direttore generale dell'OMS come una sorta di dittatore sanitario globale".

Nella Regione **Puglia** è stata votata all'unanimità una legge i cui promotori sono i consiglieri **Fabiano Amati** e **Pierluigi Lopalco**, «una strategia d'urto – si legge nel comunicato - per conseguire la più ampia vaccinazione contro il Papilloma virus umano e la somministrazione in fase neonatale di anticorpi monoclonali. Una strategia d'urto mai utilizzata in Italia, poiché subordina a un colloquio informativo finalizzato alla vaccinazione anti-Hpv l'iscrizione a scuola dei ragazzi da 11 a 25 anni, in buona sostanza l'introduzione del concetto di **dissenso informato**...». Le aziende produttrici del vaccino anti-Hpv con le quali l'ex televirologo Lopalco è dichiaratamente in conflitto d'interesse non potranno che essergli grate. "*Dichiarazione di conflitto di interessi. Pier Luigi Lopalco: Partecipazione al comitato consultivo e onorari per conferenze e altre attività di formazione di GSK, Moderna, MSD, Pfizer, Sanofi, Seqirus*" si legge su una pubblicazione del 1° gennaio 2024 sulla rivista JPMH.

Ancora una volta un vaccino – peraltro assai controverso sul piano della sicurezza e dell'efficacia – viene imposto attraverso una forma di pressione intimidatoria e, chi non lo vuole, schedato come renitente nel fascicolo sanitario. Il Garante della privacy ha aperto una istruttoria in merito. Non so come andrà a finire. So solo che i vaccini, da risorsa della medicina, sono stati trasformati in un business mastodontico e in un cavallo di Troia per fare carne di porco dei diritti della persona.

#### SPAZIO ELETTORALE A PAGAMENTO

*Si comunica che il settimanale L'Ortica del Venerdì, secondo la legge numero 28 del 22 febbraio 2000 in materia di disposizioni per la parità di accesso ai mezzi di informazione durante la campagna elettorale e per la comunicazione politica, pubblicata sulla gazzetta ufficiale numero 43 del 22 febbraio 2000, mette a disposizione pagine a pagamento del proprio giornale per la diffusione di comunicazioni pubblicitarie delle diverse coalizioni e partiti per le elezioni europee 2024. La società editrice de L'Ortica garantisce pari trattamento per tutti i candidati.*

#### L'Oroscopo de L'Ortica

**Speciale Cinema:** Michele Castiello  
**Videorticando:** Toni Moretti

**Commerciale:** Carlo Leonori

#### Fotografi e collaboratori:

Paolo Gennari, Claudia Cavallo,  
Biagio Tamarazzo, Vincenzo Quondam,  
Massimiliano Magro, Marco Tanfi

**Grafica:** Isabel Maccari

**Stampa:** Gep

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

#### Redazione

Piazza Risorgimento, 4 - Cerveteri

**Tel. 06 99 41 736**  
**Cell.339 2864552**

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

Chiuso in redazione il giorno 05/06/2024



# **MONDADORI**

**BOOKSTORE**

## **LADISPOLI**

VIALE ITALIA, 124

06 83082767

## **CERVETERI**

LARGO ALMUNECAR, 4

06 87081325

## **CIVITAVECCHIA**

VIALE GARIBALDI, 30

0766 35594

# MICHELA MURGIA

## RICORDATEMI COME VI PARE

La viva voce dell'intellettuale più lucida e appassionata del nostro tempo torna a visitarci per una formidabile resa dei conti sul potere, il femminismo, la fede, la letteratura. In Ricordatemi come vi pare, Michela Murgia ci racconta le sue dieci vite che ha vissuto con incantata sfacciataggine, senza paura, ripercorse oralmente nell'unica autobiografia organica possibile per una che ha attraversato il mondo correndo scalza, bruciando luminosamente ogni tappa.

Questo libro nasce dal racconto che l'autrice ha fatto di sé a Beppe Cottafavi, suo editor e amico, alla vigilia di una morte che l'ha vista gioiosa come una martire capace di cantare mentre avanza verso i leoni: innamoramenti e parentele queer, matriarche oristanesi che sgranano rosari di cinque colori per salvare ogni continente, madonne con la parrucca, uomini violenti e maestri sognanti, lezioni di lingua sarda e cultura coreana, di esegesi biblica e di scrittura magica, di politica attiva e di militanza culturale.

Le registrazioni di quella sua ultima estate, ancora piena di storie come lo erano state le cinquanta precedenti, danno sostanza a questo suo libro straordinario, arricchito da quattro splendidi racconti ritrovati e da altri testi perduti che l'autrice ha scelto e indicato tra un ricordo e l'altro. Franca e visionaria, antifascista e immune dai compromessi, Michela Murgia ci rivela in Ricordatemi come vi pare com'è che una ragazza di provincia, addestrata a leggere il Vangelo e ad accontentarsi di sopravvivere, si sia messa in testa di cambiare il mondo invece, affidandosi a un'irriducibile aspirazione alla felicità.



## Michela Murgia

(1972 – 2023)

Ha esordito come scrittrice nel 2006 con *Il mondo deve sapere*. Tra le sue opere, tradotte in più di trenta paesi, ricordiamo *Accabadora* (Premio Campiello 2010), *Ave Mary*. *E la Chiesa inventò la donna* (2011), *Chirù* (2015), *Istruzioni per diventare fascisti* (2018), *Stai zitta*. E altre nove frasi che non vogliamo sentire più (2021), *God Save the Queer*. *Catechismo femminista* (2022). Insieme a Chiara Tagliaferri è stata autrice di *Morgana*. *Storie di ragazze che tua madre non approverebbe* (Mondadori, 2019) e *Morgana*. *L'uomo ricco sono io* (Mondadori, 2021), ispirati dall'omonimo podcast della piattaforma *StorieLibere.fm*. Dopo l'enorme successo del suo ultimo romanzo *Tre ciotole. Rituali per un anno di crisi* (Mondadori, 2023), è uscito *Dare la vita* (Rizzoli, 2024).

I.P.



## NASCE LA PRIMA COMUNITÀ SENZA ELETTROSMOG

FUORI DALLA TECNOGABBIA: VIETATE ANTENNE, SMARTPHONE, CELLULARI, WI-FI E TUTTI I DISPOSITIVI DIGITALI



Una vita normale, senza irradiazioni wireless e fuori dalla tecnogabbia del grande controllo digitale è possibile. Sta nascendo in Nicaragua la prima comunità al mondo senza elettrosmog: vietata l'installazione di antenne, divieto dell'uso di Smartphone, cellulari, Wi-Fi, mouse e tastiere senza fili, AirPods, orologi intelligenti, stampanti wireless e tutti gli altri dispositivi digitalmente connessi. E non ci sarà nemmeno l'irradiazione dal cielo, visto che dall'inizio di quest'anno Starlink di Elon Musk è vietata in Nicaragua. "Dopo un anno

e mezzo di pianificazione, **in America Centrale si sta formando la prima comunità senza cellulare del ventunesimo secolo.**" L'annuncio arriva dal biologo e attivista californiano **Arthur Firstenberg**, presidente della Task Force internazionale sui telefoni cellulari, membro del coordinamento Global Radiation Emergency e autore del libro *La tempesta invisibile. Storia dell'inquinamento elettrico* (Bibliotheka Edizioni).

Chiamato **Intentional Sanctuary Lifestyle Alternative (ISLA)** la nascente comunità si trova

## TECNO-UOMO 2030, IL NUOVO LIBRO INCHIESTA DI MAURIZIO MARTUCCI È SUL TRANSMANESIMO E 6G



Si intitola *Tecno-Uomo 2030. Teorie e tecnologie transumaniste per la mutazione della specie* il nuovo libro d'inchiesta dello scrittore Maurizio Martucci pubblicato con le Edizioni Il Punto d'Incontro.

Il giornalista d'inchiesta Maurizio Martucci, tra le voci più rappresentative dell'informazione italiana senza censura in tema di digitale e tecnologie, analizza il fenomeno del transumanesimo nella sua vasta complessità, smascherando i legami tra multinazionali dell'Hi-Tech, governi centrali e prestigiose università nella decostruzione dell'essenza ontologica, naturale e millenaria dell'essere umano. Partendo dalle teorie ultradarwiniane applicate al neo-malthusianesimo fino al Forum Economico Mondiale di Davos,

passando dalla DARPA al programma Horizon dell'Unione Europea, dall'Agenda 2030 ONU fino ai finanziamenti per la nanomedicina, la nanorobotica, le neuroscienze e l'internet dei corpi per le connessioni neurali nell'assioma Uomo-Macchina, *Tecno-Uomo 2030* indaga senza preventive chiusure anche sul reale ma segreto contenuto dei vaccini Covid-19, nell'asserita presenza di materiale grafenico denunciato da più ricercatori indipendenti. Maurizio Martucci scoperchia il vaso di Pandora sui reali obiettivi nascosti nella transizione digitale, obiettivi dettati nell'agenda partorita da centri occulti di potere e organismi sovranazionali che, supportati da agenzie militari, puntano alla creazione del Tecno-Uomo.

su 20 ettari di terra sulla costa pacifica del Nicaragua. Si tratta di una piccola parte di un complesso immobiliare recintato di 1.500 ettari chiamato Gran Pacifica, circondato da colline e foreste a pochi passi da chilometri da una spiaggia vulcanica di sabbia lavica. È prevista la costruzione di 83 case sotto la supervisione di un biologo edile certificato per ridurre al minimo le sostanze chimiche e le radiazioni wireless. La comunità si presta quindi principalmente per chi soffre di malattie ambientali altamente invalidanti come l'elettrosensibilità (EHS) e la sensibilità chimica multipla (MCS).

L'interesse sta crescendo e i potenziali acquirenti di case hanno già investito 1/4 dell'importo necessario per aprire il terreno e iniziare a costruire. In futuro c'è spazio per un massimo di 200 case. I progetti architettonici per la proprietà includono una piscina di acqua salata, un centro yoga e uno spazio per giardini di permacultura condivisi. Gli alloggi vicino alla spiaggia sono stati recentemente mitigati per essere sicuri e confortevoli (bassi campi elettromagnetici) per gli investitori interessati a visitare l'ISLA.

Per avere informazioni sull'Intentional Sanctuary Lifestyle Alternative (ISLA) contattare Karen Rich all'indirizzo email:

WiredEcoCommunityInfo@protonmail.com



**Maurizio Martucci** è una delle voci più rappresentative dell'informazione italiana senza censura in tema di digitale e tecnologie. Relatore anche in sedi istituzionali italiane ed estere, ha preso parte a numerose manifestazioni pubbliche per denunciare i pericoli della transizione digitale. Laureato in Lettere e in Scienze e tecnologie della comunicazione, insegna nel Master di medicina integrata dell'Università Guglielmo Marconi. Ideatore del sito di informazione libera e naturale "Oasi Sana", con Terra Nuova Edizioni ha pubblicato "Manuale di autodifesa per elettrosensibili e #Stop 5G".



## IL SUPERMERCATO DI QUALITÀ

DAL PRODUTTORE  
AL CONSUMATORE,  
RISPETTANDO LA NATURA

### NORCINERIA

NUOVO ARRIVO  
FORMAGGIO DI PECORA  
LOCALE



### IL PANE E LE FARINE

DALLA SPIGA ALLA TAVOLA



### CONSEGNE A DOMICILIO

CERENOVA - VIA PIETRO ALFANI, 1

06 9684 4697 ☎ 328 022 2424

SEGUICI SU  ilarifrancesco@hotmail.it

## TANTE DISCARICHE IN PERIFERIA



### E LE FOTOTRAPPOLE PROMESSE ANCORA NON CI SONO

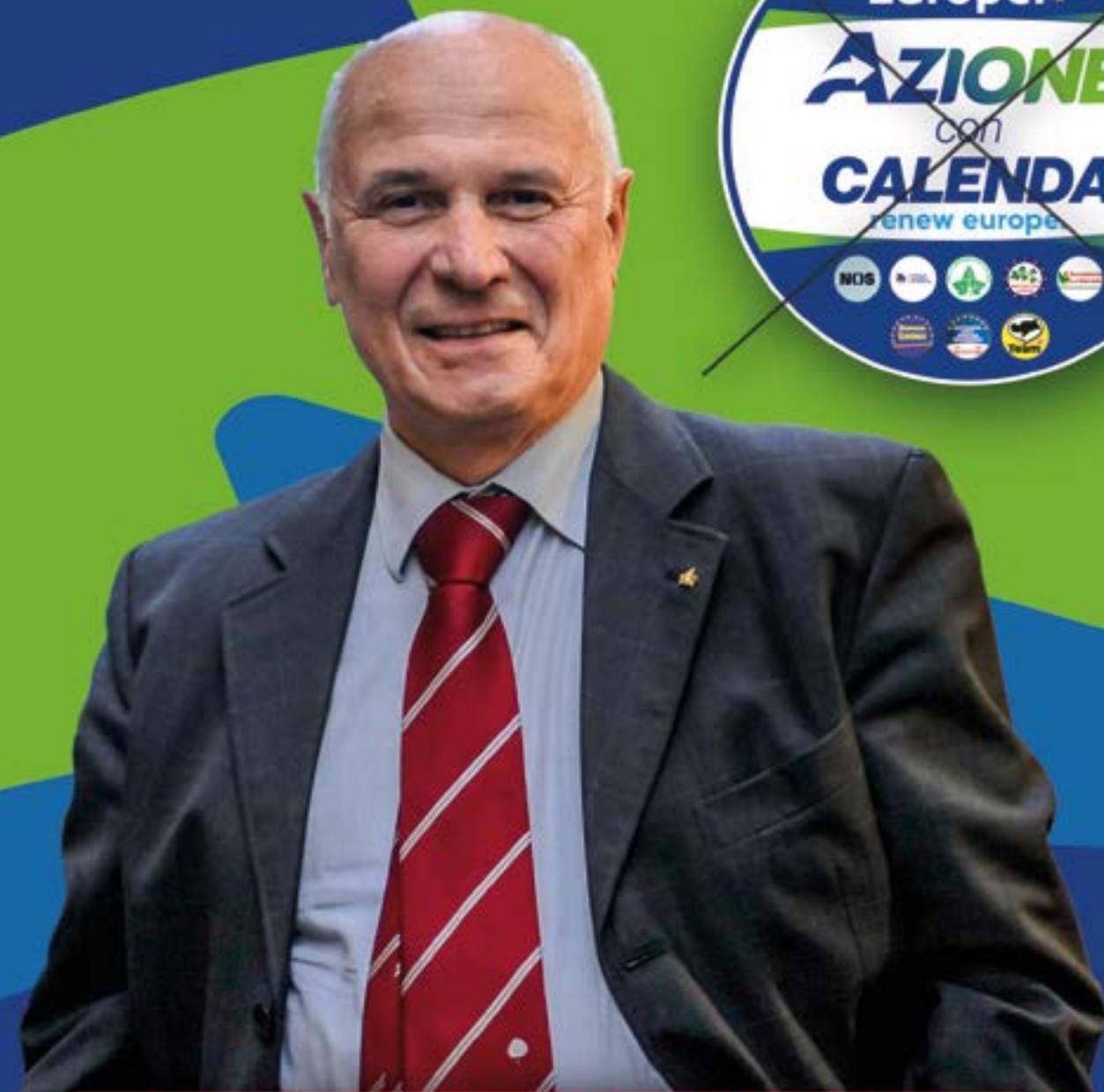
Le fototrappole non arrivano ancora. Le discariche invece sì, e sono sparpagliate soprattutto nella periferia ladispolana. La lotta contro rifiuti a Ladispoli si basa anche sulla tempestività nel trovare indizi che possano far individuare i responsabili ma non disporre di impianti zoomati, che comunque erano stati promessi più volte dall'amministrazione comunale, è un fattore di svantaggio. La verità è che la Polizia municipale non ha ancora a disposizione le telecamere. I volontari delle guardie eco zoofile sono in azione anche nell'ultimo periodo nelle località Boietto, Monteroni e Olmetto e lo dimostrano le immagini inserite da loro stessi sulla pagina ufficiale Facebook. Poi segnalazioni anche nelle stradine limitrofe a via Primo Mantovani e lungo quelle che portano a Campo di Mare. Gli incivili, incuranti delle conseguenze sull'ambiente, non abbandonano nelle cunette e nelle aree verdi soltanto i sacchi della spazzatura ma anche mobili vecchi, suppellettili, barattoli di vernice, calcinacci, scarti edili e materiali ingombranti che al contrario dovrebbero essere smaltiti all'isola ecologica della città o in centri specializzati. Residenti e comitati di zona temono che qualcuno possa anche dare alle fiamme i rifiuti, come del resto avvenuto in passato, rendendo irrespirabile l'aria ma soprattutto creando problemi di inquinamento. Preoccupazione in vista della stagione estiva quando Ladispoli accoglierà decine e decine di migliaia di vacanzieri.

**I bonus mai arrivati.** Serviranno più controlli perché non tutti si adeguano alla raccolta porta a porta che per certi versi ha registrato la delusione degli abitanti che si aspettavano i tanti agognati sconti relativi alla Tarip in base al minor numero di conferimenti dell'indifferenziato.

E invece, i premi, forse arriveranno solo l'anno prossimo ma non per chi vive nei complessi condominiali più numerosi dove è difficile effettuare regolari conteggi nonostante gli operatori ecologici siano forniti di microchip. Chiarito l'aspetto delle bollette, le sentinelle ecologiche sono schierate anche in pieno centro urbano per accertarsi dei cattivi comportamenti degli inquilini dei complessi condominiali che non praticano correttamente la differenziata per pigrizia. Dopo alcuni ammonimenti scattano le multe. Si teme un po' quello che accade in alcuni quartieri della frazione di Cerenova dove chi ha le seconde case non è nemmeno censito dal comune etrusco e quando può si libera della spazzatura gettandola dove capita attirando topi e soprattutto cinghiali. Gli ungulati sono ormai ovunque e naturalmente sono attirati dalle discariche abusive. Un problema in più da dover fronteggiare. In queste settimane gli animali selvatici hanno persino invaso la ciclabile di Palo Laziale dove giocano i bambini e dove ciclisti e amanti della ginnastica si radunano ogni giorno per raggiungere Marina San Nicola.

# LA POLITICA, **SUL SERIO.**

ELEZIONI EUROPEE | 8-9 GIUGNO 2024



**CANDIDATO CIRCOSCRIZIONE ITALIA CENTRALE**

Lazio, Marche, Toscana, Umbria



**VOTA E SCRIVI:**

**VINCENZO CAMPORINI** 

sabato 8 giugno ore 15-23 e domenica 9 giugno 2024 ore 7-23

# Ladispoli

## TUTTI I NODI IRRISOLTI DELLA CICLABILE



Continua a far discutere la ciclabile non solo a Cerenova ma anche a Ladispoli. Non tanto perché i residenti sono contro l'idea della mobilità sostenibile, quanto per le tante difficoltà che si sono create nella fase dei lavori che per altro non sono ancora terminati. In via Venezia ad esempio non si è ancora capito come farà la pista a raggiungere la stazione ferroviaria di Ladispoli. E poi diversi incroci, come quello con via Napoli, sono alquanto rischiosi. Nella zona del lungomare sono stati stravolti i sensi di marcia di parecchie vie, i parcheggi collocati a spina di pesce. Il vero banco di prova sarà questa estate con l'arrivo dei vacanzieri. Al momento non c'è un piano alternativo per i parcheggi che in città sono sempre di meno. Un tema questo molto sentito su cui dovrà lavorare l'amministrazione comunale per esaudire le richieste della popolazione. E a breve dovrebbero partire i lavori anche per la seconda ciclabile, quella che dal centro arriverà a San Nicola e poi a Fiumicino. Una pioggia di fondi europei e di istituti, come la Regione e Città Metropolitana, che il Comune non si è lasciato scappare. Ma è la progettazione al momento a lasciare qualche perplessità.

*La fine della pista in via Venezia. La domanda sorge spontanea: dove svolterà? A sinistra c'è la scuola di via Rapallo e il caos aumenterebbe notevolmente, a destra una curva stretta che difficilmente consentirebbe l'allungamento della ciclabile. Al momento l'amministrazione comunale non è stata in grado di fornire una risposta*



*Sul lungomare di via Marco Polo i cantieri non sono terminati. Polvere e transenne con i ciclisti che devono transitare in mezzo alla strada per proseguire il loro "viaggio"*



*La ciclabile è stata progettata, oltre che davanti alle attività commerciali, anche di fronte ai passi carrabili. Nelle ore più buie gli automobilisti che tornano a casa dovranno fare attenzione a non investire i ciclisti.*



*Per i residenti del quartiere la visuale all'incrocio si è ridotta notevolmente e ciò rende la strada più insicura all'incrocio con via Napoli con la possibilità che si verifichino incidenti*

*Il tracciato rosso appena realizzato è stato subito sfasciato in via Venezia per dei lavori nel sottosuolo che si sono aggiunti nei giorni successivi alimentando le polemiche dei cittadini*



*Nel tratto tra via Roma e via Primo Mantovani spesso e volentieri i mezzi pesanti sradicano i cordoli e chi di dovere interviene per risistemarli. La carreggiata non sembra ampia per il tracciato*



# GREEN WEEK EXPERIENCE

## CENTRO ESTIVO

DAL 10 GIUGNO AL 6 SETTEMBRE

DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ  
DALLE 8:30 ALLE 16:00

PER INFO&PRENOTAZIONI  
CONTATTATECI AL 3245576210



CORRI A PROVARE I NOSTRI  
PERCORSI AVVENTURA E I  
LABORATORI DIDATTICI.  
TI ASPETTIAMO!

Mare

Parco



VIA DELLA VENEZIANA SNC, FREGENE



[WWW.PARCOAVVENTURAFREGENE.IT](http://WWW.PARCOAVVENTURAFREGENE.IT)

## VOLLEY, IL LADISPOLI FESTEGGIA LA C E SARÀ DERBY CON IL CERVETERI



### LA RIM MANTIENE LA CATEGORIA MA CAMBIA L'ALLENATORE

Chi resta e chi invece approda in Serie C. E l'anno prossimo sarà derby nella pallavolo tra Cerveteri e Ladispoli. Merito soprattutto dei ladispolani che si sono aggiudicati lo spareggio finale battendo Albano-Velletri per 3 a 1. Ed è esplosa la festa grandissima insieme ai 300 del Pallone Panziani. Successo fondamentale per il club rossoblù, che ritorna a sorridere dopo qualche amarezza. La partita non era iniziata bene, sotto di un set, i tirrenici hanno cambiato la marcia, arrivando a siglare il successo costruito dall'uomo chiave, Fabio Pregnolato, allenatore - giocatore. Sugli spalti un tripudio di cori e rullo di tamburi dall'inizio alla fine, che ha visto il presidente Mauro Scimia festeggiare con la squadra. «Una vittoria che nasce da lontano, se consideriamo che questi ragazzi sono cresciuti dal vivaio, allevati e svezziati, e oggi i risultati sono quelli che ci sono apparsi davanti - ha raccontato patron Scimia -. Sono felice soprattutto dal loro lavoro, ripagato da un bellissimo risultato, che a mio avviso è meritatissimo. Siamo arrivati qui dopo un campionato disputato con ottimi risultati, sfiorando la vittoria del primo posto. Da secondi abbiamo realizzato un percorso importante, la sintesi della stagione è questa, parla da sola. Tifosi, cori e bandiere, ci stiamo ripresi il nostro passato». La squadra è stata portata in trionfo dai tifosi, festeggiata da spumante e gavettoni. È l'inizio di una nuova era per la Volley Ladispoli.

**Qui Cerveteri.** Un po' di rammarico c'è per la

volley maschile. In realtà, all'inizio dell'anno, l'obiettivo era raggiungere un buon piazzamento, ma le zone altissime di classifica si sono dimostrate poi alla portata della squadra che, purtroppo, ha commesso qualche passo falso. «Vogliamo far in modo che questo non si ripeta la prossima stagione - dichiara Maura Rinaldi, vice-presidente della Rim Sport Cerveteri - la società punta a qualche cambiamento. Possiamo già annunciare che cambierà la guida tecnica e, anzi, ne approfitterò per ringraziare Stefano Cenci e Mario Canti che il prossimo anno non saranno più dei nostri, ma con cui chiudiamo in buonissimi rapporti. Abbiamo preso questa decisione per un discorso di adattamento nell'organizzazione interna della società con l'obiettivo di estendere ancora il nostro progetto "NumberOne", una collaborazione che abbiamo avviato con la Polisportiva Valcanneto e il Bracciano Volley». In campo femminile, la classifica dice ancora una volta settimo posto per la squadra verdeblù, ma con dinamiche più complesse in una stagione contraddistinta da diversi infortuni. In questo caso, l'obiettivo era raggiungere la salvezza, ma la squadra si è rivelata molto competitiva e pronta a competere con le formazioni di alta classifica. A dimostrazione di questo sono arrivate anche prestazioni importanti con le prime della classe che hanno ribadito la competitività della rosa che verrà affidata ancora a mister Rodrigo Ribeiro Militante.

# CASA del TENDAGGIO

Antica Tappezzeria dal 1974

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



- TENDE
- PERGOTENDE
- VETRATE
- TAPPEZZERIA
- MATERASSI
- RETI ORTOPEDICHE
- ZANZARIERE
- CHIUSURE IN CRISTAL
- TENDAGGI D'ARREDO



DETRAZIONE  
FISCALE

**-50%**



LADISPOLI - VIA ANCONA, 26/B TEL. 06 9946864

## UNA VILLA ROMANA SEPOLTA SOTTO LA SABBIA A CAMPO DI MARE: CONCLUSI GLI SCAVI DELLA SOPRINTENDENZA



### I SUB ARCHEOLOGICI HANNO PERLUSTRATO IN LUNGO E IN LARGO QUESTA IMPONENTE STRUTTURA

La storia riaffiora e quando viene riportata alla luce ci si accorge di quanti tesori ci siano ancora, nascosti. Tutto merito della Soprintendenza che ha lavorato ininterrottamente per circa due mesi a Campo di Mare, frazione di Cerveteri, per la presenza di una villa romana nel fondale a non molta distanza comunque dalla riva. È bene ricordare come i fari in questo tratto costiero si fossero accesi già a marzo del 2021 nel momento

in cui vennero avvistati alcuni “pezzi”, tra cui una colonna di marmo e capitelli riaffiorati sotto l’acqua e scovati da alcuni pescatori subacquei. In particolare una colonna dal peso di 15 chili venne trascinata fino alla battigia grazie ad una ruspa e poi portata via e analizzata dagli esperti. Tornando a questa primavera, il sindaco cerveterano, Elena Gubetti, aveva firmato il provvedimento per dare il via agli scavi nel mare, supervisionati dalla

Capitaneria di porto di Ladispoli-Marina San Nicola. Ma al progetto della Soprintendenza di Viterbo e dell'Etruria Meridionale ha collaborato fattivamente il Roan, Reparto Operativo Aeronavale della Guardia di Finanza di Civitavecchia che ci ha tenuto a diffondere una nota stampa. «Si sono conclusi lavori subacquei di messa in evidenza e restauro di una struttura di epoca romana nello specchio acqueo antistante la località di Campo di Mare a Cerveteri. La struttura circolare di circa 50 metri, oggi completamente sommersa e a pochi metri dalla riva, è molto probabilmente un padiglione di una villa romana la cui estensione rimane al momento ancora sconosciuta». Ancora particolari sulla struttura. «La particolare conformazione del padiglione – è quanto aggiunto dal Roan –, le cui fondamenta sono formate da un banco di argilla formata da una doppia cinta di muri in laterizio, ha permesso la conservazione dell'intera struttura. Il funzionario responsabile della Soprintendenza ha dichiarato che il tutto fa ipotizzare ad una pertinenza legata ad una villa estremamente elegante e rappresentativa ancora da scoprire probabilmente appartenuta, vista la vicinanza con la Capitale, ad una famiglia dell'antica aristocrazia romana». Per tutto il periodo i sommozzatori della Stazione Navale hanno assistito al cantiere, nonostante le condizioni marine spesso sfavorevoli a causa del moto ondoso sempre presente data la scarsa profondità. «Si tratta di un primo intervento, volto alla comprensione dei resti antichi visibili, ma che proseguirà per la tutela e salvaguardia del sito archeologico». Tutto fa ipotizzare ad una struttura estremamente elegante e rappresentativa, certamente a contatto con l'acqua, pertinente ad una villa ancora da scoprire probabilmente ancora sotto l'arenile in un'area molto prossima a Roma sul tracciato antico dell'Aurelia, forse appartenuta a qualche rappresentante dell'aristocrazia romana. I sub archeologici hanno perlustrato in lungo e in largo questa imponente vasca sommersa che non si esclude sia stata destinata nell'antichità a culture ittiche che spesso venivano realizzate a ridosso delle ville romane sull'intera costa tirrenica. Spesso tra Cerveteri e Ladispoli archeologici e altre figure esperte hanno scavato per riportare alla luce tesori sotterranei. Sotto alle dune mediterranee di Palo Laziale anni fa, ad esempio, erano emersi i resti degli antichi romani sepolti nelle tombe a Cappuccina. Uomini, donne ma anche animali, come nel caso di cani e cavalli a fianco ai loro padroni. In piena estate, nell'agosto del 2017, nei pressi del bunker di Palo risalente al periodo post bellico, riaffiorò un altro scheletro a pochi metri da chi prendeva tranquillamente il sole con i turisti si erano portati via la mandibola e altre ossa come fossero souvenir.

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



**CERENOVA**

VIA SERGIO ANGELUCCI, 5  
PAOLOFRANCESCO@INWIND.IT - TEL 06 9904388  
PAGINA FACEBOOK: FERRI CARNI

## EUROPEI ROMA 2024

**ROMA, DAL 7 AL 17 GIUGNO**

Oltre 100 opere del progetto "90 Face World" del Maestro Ferdinando Colloca saranno esposte in una temporary art gallery all'interno del Fan Village degli Europei di atletica leggera, in programma a Roma dal 7 al 12 giugno, che sarà gratuitamente aperto a tutti dalle 9 a mezzanotte tutti i giorni e dove si terranno spettacoli di musica, danza e visual show, tra cui la Cerimonia di Apertura e dove verranno premiati gli atleti.

## CALICI SOTTO LE STELLE

**SANTA SEVERA, IL 9 GIUGNO ALLE 17.30**

Presentazione del libro di Barbara Aversa – "La figlia della lupa" nell'ambito della rassegna letteraria in Sala Nostromo. L'incontro è accompagnato dalla degustazione di calici di vino a cura dall'Associazione Strada del vino delle terre etrusco romane. Ingresso libero fino esaurimento posti.

## TREKKING STORICO NATURALISTICO

**CERVETERI, DOMENICA 9 GIUGNO ALLE 9.30**

Ceri e i suoi tesori. Un percorso inedito breve ma avventuroso, tra i resti della chiesa dedicata al martire San Felice e alla cascata del fosso della Mola.

Evento di Back to Nature Experience. Edoardo Bruni: 3533012129.

## GIORNATA DELLA MARINA MILITARE

**CIVITAVECCHIA, 8, 9 E 10 GIUGNO 2024**

In occasione della Giornata della Marina Militare il 10 giugno, un fitto programma di eventi dedicati alla forza armata italiana. Il via alle celebrazioni sarà dato sabato con l'allestimento del Villaggio Promozionale della Marina su piazza della Vita. Il concerto di domenica sarà gratuito e inizierà alle ore 21. Nei giorni 8 e 9 giugno saranno possibili visite a bordo delle unità militari ormeggiate all'interno del porto di Civitavecchia. Lunedì, la cerimonia al Molo del Bicchiere alle ore 10.30.

## XXXII FESTA DEL SACRO CUORE

**LADISPOLI, 7,8 E 9 GIUGNO**

Tre giorni di festa in parrocchia: Santa messa, giochi in famiglia, spettacolo teatrale, tornei di burraco e truccabimbi. Per l'occasione è cambiata la viabilità su via dei Fiordalisi fino al 10 giugno.

## LA LUNGA NOTTE DELLE CHIESE

**CERVETERI, 7 GIUGNO ORE 21**

Le diocesi di Porto-Santa Rufina e di Civitavecchia-Tarquinia partecipano alla nona edizione della Lunga notte delle chiese con l'evento "Negli sguardi di Maria", che si terrà nella chiesa antica di Santa Maria Maggiore in piazza Santa Maria a Cerveteri. L'ingresso è libero. Il tema di quest'anno è «Trovami!». La figura della Madonna viene proposta nel dialogo tra le poesie di Egildo Spada, lette da Agostino De Angelis, e brani della tradizione musicale classica interpretati dal coro "l'Insieme Harmonico" diretto da Pietro Rosati e Silvia Patricelli.

## ARCHEOLOGIA IN FESTA

**SANTA MARINELLA, 14, 15 E 16 GIUGNO**

In occasione delle Giornate Europee dell'Archeologia la DMO Borghi Etruschi ha organizzato due eventi dedicati a tutta la famiglia. Dalle 10 alle 12 di sabato visita della città: lungomare, porticciolo e centro storico. Dalle 17 laboratori e legionari con rievocazione. Domenica alle 10 visita guidata a cura del GATC al sito Castrum Novum, alle 16 denzatrici in costume d'epoca. Ingresso gratuito con prenotazione: 3662519951.



## SUCCESSO PER LA SUGGESTIVA MESSA IN SCENA DI SPOON RIVER ALLA NECROPOLI DELLA BANDITACCIA

Un pomeriggio carico di suggestione, quello che si è svolto domenica 2 giugno all'interno della Necropoli Etrusca della Banditaccia con la performance teatrale itinerante "Spoon River" tratto dal romanzo "Antologia di Spoon River" di Edgar Lee Masters. L'Opera è stata messa in scena dal suo ideatore, l'attore e regista Agostino De Angelis, con l'organizzazione dell'Associazione ArcheoTheatron e di Desirée Arlotta. Numeroso il pubblico, che percorrendo i viali della Necropoli, in un caldo pomeriggio, ha incontrato molti dei personaggi descritti da Masters nel suo libro, sentendoli raccontare le proprie storie e i drammi. Di grande impatto scenografico l'idea di far apparire gli interpreti sulla soglia delle tombe o dalla sommità dei suggestivi tumuli, che ben richiamano l'idea della collina della famosa cittadina americana. La piece itinerante è stata arricchita dagli interventi letterari e sociologici del prof. Eduardo Ciampi attraverso un parallelismo tra i temi che Masters ha fatto raccontare ai suoi personaggi e gli stessi della nostra società. Una grande performance degli attori del corso di cinema di Santa Marinella.



# ▶▶ NUOVA APERTURA



Pizzeria tavola calda rosticceria  
Pizze in teglia- pizze tonde  
lasagna - parmigiana-cannelloni  
fritture di pesce E molto altro



Aperti tutti i giorni  
dalle 9 alle 22



Piazza Domitilla 17-Ladispoli  
339.8694547 - 06.97248262

DAL 7 GIUGNO DISPONIBILE SU SPOTIFY

## VITE SPEZZATE L'ULTIMO SINGOLO DI STEFANO ROSSI

UNA CANZONE RAP  
CHE VUOLE CAMBIARE IL MONDO



Esce oggi il nuovo singolo dal titolo Vite Spezzate disponibile sulle piattaforme musicali Youtube, Amazon e Spotify. Il video pubblicato in anteprima è disponibile sul sito [Orticaweb.it](http://Orticaweb.it) e nella nostra pagina Facebook, ambientato a

### Castel Sant'Angelo

Stefano Rossi torna con un brano d'amore senza tempo e in questa canzone l'autore e lo stile Rap si incontrano in un mix perfetto.

Vite Spezzate, realizzato a più voci, trae ispirazione dalle troppe giovani vite perse per mano di un altro uomo in cui riponevano fiducia cieca.

La vita umana è il valore più grande, è il messaggio rivolto ai giovani.

*Non mi aspetto che una canzone, in questo caso la mia, abbia il potere di cambiare il mondo ma spero vivamente che arrivi chiaro il mio messaggio: auspico che i giovani possano seminare e raccogliere molta più serenità e umanità di quanta si sia raccolta in questi anni.*

Con le musiche di Stefano Berionni, Stefano Rossi firma un'esecuzione che incanta. Voci: Leonardo Balducci, Michele Allegro, Alessandra Surano, Carlo De Maria, Veronica Petagna, Riccardo Moscatelli e Giacomo Mariani. Allievi del corso canto Pop FormediVoce – Accademia di formazione musicale e recording studio di Stefano Berionni, suo anche l'arrangiamento. Michele Allegro, Rapper.

### Stefano Rossi

Il cinquantatreenne compositore trasteverino ha scelto Cerveteri per vivere con la famiglia. Dopo Liberi di Amare, Parte di Me e Voglia di mare, lancia Vite Spezzate, che promette di essere il singolo dell'estate 2024. Si definisce un sognatore, un po' lunatico, amante delle sfide e delle persone sincere.

Il suo sogno? Veder crescere le sue figlie felici.



**Farmacia  
Cavallini Maria Teresa**

Omeopatia - Erboristeria - Veterinaria - Sanitaria

# PROMO SOLARI



**VICHY**  
LABORATOIRES

**IN REGALO**  
**MAXI BORSA MARE**

**-30%**  
SULL'ACQUISTO  
DI **1 SOLARE**  
CAPITAL SOLEIL

**-30%**  
SULL'ACQUISTO  
DI **2 SOLARI**  
CAPITAL SOLEIL



**RILASTIL®**  
LABORATORI MILANO  
**SUN SYSTEM**

**SCEGLI 2 SOLARI  
1 LO PAGHI  
1 IN OMAGGIO  
+ DOPOSOLE**



**LA ROCHE-POSAY**  
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

**SCONTO 30%**



**DOMENICA SEMPRE APERTI**

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 - Domenica 9:00-13:00

# notizie

## dal territorio



### “GRAN BALLO DI FINE ANNO” AL GHIRLANDAIO

Ed è così che l'Istituto Alberghiero di Ladispoli, forte di una consolidata tradizione nella formazione turistico-alberghiera ma anche nell'organizzazione di eventi ha voluto *rinverdire* i fasti della Belle Époque con un ballo di fine anno che si è svolto nelle sale della scuola media Il Ghirlandaio. Si è trattato di uno straordinario lavoro di squadra.



### SAPORI SAPIENTI ALL'I.C. MARINA DI CERVETERI

Il convegno a conclusione del progetto scolastico Il Volo, che avvicina gli alunni alla lettura, alla comprensione e all'elaborazione dei testi letterari e infine alla trasformazione delle nozioni acquisite in chiave teatrale e in immagini. Quest'anno il testo ispiratore è stato il libro di **Daniela Alibrandi** "L'ispettore Suppli, le mozzarelle scomparse e altre fantastiche storie" che, in una narrazione divertente e coinvolgente, tratta il tema dell'alimentazione, salvaguardia dell'ambiente e di amicizia. Il simposio si è concluso con la recitazione degli alunni della IIIB nei panni dell'ispettore Suppli e delle poesie composte dagli alunni della VD.



### TAEKWONDO OLIMPICO DEL MAESTRO BENARDINELLI

Al Foro Italico il Campionato Italiano a Squadre regionali senior Cinture nere. La Scuola di Taekwondo del Maestro Benardinelli e gli allievi dei C. S. Fitness Suite (ex Gabbiano) e del C.S. RIM di Cerveteri hanno ottenuto ottimi risultati, il più importante viene dal settore Combattimento Senior Cinture Nere, Giulia Roscioli conquista la medaglia d'Argento e si aggiudica i titoli di Vice Campionessa Italiana di Taekwondo Olimpico a squadre regionali.



### NUOVI ARREDI AL CENTRO STORICO

A piazza Risorgimento sono stati installati nuovi arredi urbani di design che coniugano estetica e funzionalità: panchine, fioriere e getta carte per rendere più accogliente e vivibile il Centro Storico di Cerveteri. L'iniziativa, finanziata grazie al contributo regionale di 138mila euro destinato ai comuni dell'Etruria Meridionale, ha visto il coinvolgimento del personale della Multiservizi Caerite nell'installazione degli arredi urbani.



### APPUNTAMENTO CON LA STORIA

Roma, 12 giugno alle 18

Il ricercatore storico Gianfranco Giulivi presenta due opere dedicate alla ricostruzione dei fatti che portarono l'Italia a perdere la Seconda guerra mondiale. I nomi dei responsabili e le motivazioni della scelta. Presso la libreria Horafelix, via Reggio Emilia 89.

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

**Tabaccheria CATALDI**  
BIGLIETTI COTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI  
Sisal, TIM, SKY, WIND, and other logos.

# ELEZIONI 2024, VADEMECUM SABATO 8 E DOMENICA 9 GIUGNO

si vota per eleggere i nuovi membri del Parlamento europeo. La novità è la votazione di sabato: l'8 giugno i seggi saranno aperti dalle 14 alle 23 e il 9 giugno dalle 7 alle 23.

I cittadini italiani potranno eleggere 76 eurodeputati. Nel nostro Paese sono previste cinque circoscrizioni elettorali europee. A ogni circoscrizione elettorale è assegnato un numero di seggi in base alla popolazione residente. Le circoscrizioni sono: Nord Occidentale, Nord Orientale, Centrale, Meridionale, Insulare.

Il Lazio fa parte della Circoscrizione Italia Centrale, che comprende anche Umbria, Marche e Toscana.

Gli elettori potranno esprimere fino a un massimo di tre preferenze e nel caso di più preferenze espresse, devono riguardare candidati di sesso diverso. Un uomo e una donna, nel caso di due preferenze. Due uomini e una donna oppure due donne e un uomo nel caso di tre preferenze espresse.

Ai sensi della legge elettorale europea, tutti i paesi membri devono usare un sistema elettorale proporzionale.

Per quanto riguarda la soglia di sbarramento ogni stato fa come gli pare. 13 stati membri non ce l'hanno affatto mentre l'Italia, per esempio, l'ha fissato al 4% così da affossare sul nascere i piccoli movimenti indipendenti che avessero "la velleità" di aspirare ad entrare al Parlamento europeo.



## BRACCIANO: 369 STUDENTI A SCUOLA DI PROTEZIONE CIVILE

All'Istituto Paciolo di Bracciano si è tenuta un'iniziativa in collaborazione tra il Corpo Regionale di Intervento Rapido del Lazio e l'Istituto Nazionale di Geofisica e Vulcanologia. Il progetto "A Scuola di Protezione Civile" promuove la consapevolezza sulle tematiche dei rischi naturali. L'evento ha coinvolto 16 classi per un totale di 369 ragazzi.



## BRACCIANO: FOTOGRAFIA SPERIMENTALE PER BAMBINI

Il Consorzio Lago di Bracciano promuove per l'8 giugno il PhotoFest "Immagini sul lago" e un laboratorio gratuito di fotografia sperimentale per bambini condotto da Davide Gualtieri, dalle 12:10 alle 13:10. Prenotazioni al 3401486357. il Photofest 2024 unisce innovazione e tradizione per celebrare la rilevanza della fotografia in un contesto contemporaneo.



## BRACCIANO: BARCHETTE DI CARTA SU "PAROLE NON DETTE"

IV Edizione di Barchette di Carta l'8 e il 9 giugno al Chiostro degli Agostiniani sul tema "Parole non dette". Io e l'Altro, incontrarsi tra le pagine. Attraverso libri, incontri con gli autori e i laboratori, la manifestazione offre spunti di riflessione su come le parole possano essere strumento per creare relazioni autentiche e profonde". Ingresso gratuito.



## ALLUMIERE: NASCE IL PRIMO LABORATORIO TESORI D'ITALIA

Al ristorante Le Cantine del Cardinale ad Allumiere nasce il primo TDI LAB, punto di riferimento ufficiale nel Lazio per promozione e internazionalizzazione di Tesori d'Italia. Si tratta di un modello integrato di attività culturali e commerciali tra promozione turistica, enogastronomica e programmi di intrattenimento che coinvolgono artisti italiani e stranieri.



La casa  
del Pane



Via Fiume, 67 Ladispoli - Tel. 06 9914 4577

ORTICAWEB.IT

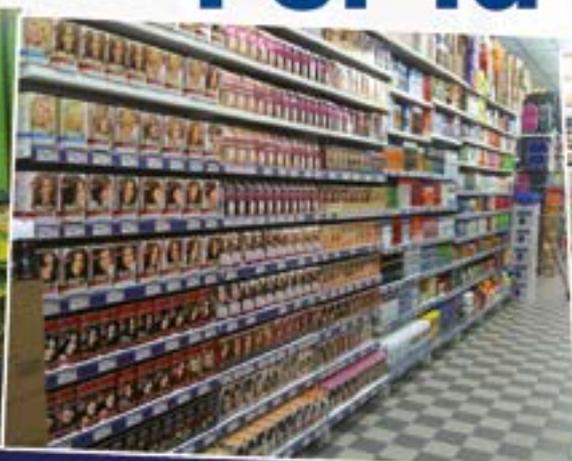
**IL NUMERO**

**1**

**DEL RISPARMIO**



**Per la casa e lo**



**ANGUILLARA SABAZIA**  
VIA GIOLITI, 3

**BRACCIANO**  
VIA ARTURO PERUGINO

**IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO**



la famiglia

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



INI  
**CERVETERI**  
 LARGO ALMUNECAR, 20

**LADISPOLI**  
 VIA GLASGOW, 60

## L'ACQUA DEL COMUNE POTABILE O NO? QUALCOSA NON QUADRA

*Nel frattempo che venga definita dal Tribunale di Civitavecchia la vicenda del disastro ambientale a carico dei membri del Consiglio di Amministrazione di Acea Ato 2 del 2017 per l'abbassamento del livello del lago di Bracciano, qual è la situazione che si registra nei comuni limitrofi riguardo l'acqua?*

*Riceviamo e pubblichiamo*

Ripromettendoci di fare il punto in modo particolareggiato e iniziando a dare un colpo d'occhio a Manziana, qualcosa non quadra. L'acqua del Comune definita potabile dalla stessa ACEA con le analisi del suo sito (<https://www.gruppo.acea.it/al-servizio-delle-persone/acqua/acea-ato-2/la-qualita-della-tua-acqua>) riporta un pH di 6.6 (appena nel range di pH tra 6.5 e 9.5 che ne fissa il primo parametro della potabilità) ma ad una analisi appropriata il pH è ben più basso, come ACEA stessa ammette rispondendo alle lamentele dei concittadini per la pessima qualità, a causa di una importante presenza di CO<sub>2</sub> ("acquifero di natura vulcanica", scrive l'ente gestore), asserendo difatti poi al lato delle sue stesse analisi che sarebbe presente un "sistema di degasamento per innalzare il valore del pH", confermando sia il problema che la soluzione. Ma poi alla popolazione risponde anche che una sopraggiunta nota del decreto legislativo di febbraio 2023 acconsentirebbe ad una non meglio precisata diminuzione del pH per il prerequisito della potabilità.

Insomma l'acquadioriginevulcanicaerisaputamente acida e al di sotto dei parametri, ACEA organizza a riprova la soluzione dei degasificatori come scritto in calce nelle sue analisi (le campane sono visibili all'acquedotto sotto la stazione ferroviaria) ma non li mette in funzione, rispondendo poi che per il decreto legge recente le cose starebbero



bene così. Il primo cittadino è al corrente di questa incongruenza tra cose scritte, degasificatori pronti e risposte deboli date ai suoi concittadini e ci ha confermato che vuole un esercizio più coerente, pragmatico ed efficiente attraverso le soluzioni paventate dall'ente gestore stesso, ma mai ancora messe in atto, e aggiunge sempre il primo cittadino che ACEA ha confermato l'intenzione di ultimare le attività per la messa in funzione dell'impianto di degasificazione quanto prima. E pensare che pochi decenni fa l'acqua di Manziana era nominata per le sue peculiarità ottimali (la vecchia fontana è sulla strada per la località Pisciarelli, scigno delle migliori vene della zona).

Ecco che serve una pronta azione per il bene dei concittadini, i quali come tutti gli esseri umani sono fatti d'acqua al 70 per cento (come il pianeta terra stesso) ed hanno diritto, come sancisce la Direttiva europea del 2020, di approvvigionarsi del bene universale dell'acqua potabile senza se e senza ma, visto anche il costo in bolletta e poi essere costretti a comprare anche l'acqua in bottiglia (la media italiana è di 260 litri procapite, con oltre 14 miliardi di bottiglie consumate), che nel frattempo ha visto scendere il parametro del valore del pH a soli 4.5 e questo certamente a tutela della lobby delle acque in bottiglia: un decretino tutto italiano, con il solito spostamento dei limiti dei parametri di riferimento. Sindaco ci pensi lei. Siamo tutti dalla parte dei cittadini.



# FARMACIA MEXICO

dott.sse Rossi e Romero

ORARIO CONTINUATO DAL LUNEDÌ AL SABATO 08.30-20.00

SEGUICI  
SUI SOCIAL



**OFFERTE VALIDE PER TUTTO IL MESE DI GIUGNO**



## **GRIGLIATE ED APERITIVI: IL BELLO DELL'ESTATE, MA...COME STA IL TUO COLESTEROLO?**

FALLO RAPIDAMENTE IN FARMACIA!

PRESSO LA FARMACIA MEXICO  
SARÀ POSSIBILE MISURARE

### **PROFILO LIPIDICO**

COLESTEROLO TOTALE  
HDL - LDL - TRIGLICERIDI

€13

SCONTATO

€7

## **PROTEINA C REATTIVA**

L'ANALISI DELLA PROTEINA C REATTIVA CONSENTE DI VALUTARE  
LA PRESENZA DI INFEZIONI, STATI INFIAMMATORI, DANNI TISSUTALI

### **C'È SEMPRE UN BUON MOTIVO**

IN CASO DI STANCHEZZA FREQUENTE  
IN CASO DI SINTOMI INFLUENZALI  
PER PREVENIRE PROBLEMI CARDIACI  
PER DOLORI ARTICOLARI RICORRENTI O CRONICI

~~DA €13 A~~ €7



**PRENOTABILI SULL'APP**

INQUADRA IL **QR CODE**

ED AVRAI SUBITO UN **BUONO SCONTO**  
DA UTILIZZARE IN FARMACIA

**LADISPOLI - Via Genova 24 a/b**

06.52727267 ☎ 350.1372771 - farmaciamexicosnc@gmail.com

di Graziarosa Villani

## L'8 GIUGNO ALL'EREMO DI MONTEVIRGINIO CONCERTO DEI SAINT JOHN'S SINGERS

EVENTO MUSICALE  
A CANALE MONTERANO.  
DAL NEW JERSEY  
LA VOCALIST FATIMAH PROVILLON



Sabato in musica a Canale Monterano. Tornano sabato 8 giugno alle 19 all'Eremo di Monteverginio per iniziativa dell'amministrazione comunale i Saint John's Singer Spiritual Gospel Choir, il gruppo musicale diretto da Alessandra Paffi che può vantare decenni di performance in Italia e all'estero. Nel 1992, in occasione delle Colombiadi, il gruppo venne travolto ed affascinato dal messaggio di solidarietà, di fratellanza, di pace e di speranza tipico del repertorio afro-americani. Una folgorazione che ha indotto Il Cantiere dell'Arte, già all'epoca attivissimo nella organizzazione di eventi di successo con artisti di grande richiamo quali Severino Gazzelloni, Carlo Alberto Rossi, Luigi De Filippo ed altri, a dare vita ad un coro che quei brani intonasse e portasse al grande pubblico. Un percorso musicale reso possibile allo stretto rapporto, oggi come allora, con vocalist di fama internazionale come Harold Bradley, il mitico fondatore del Folkstudio di Roma che fu fulcro di una rivoluzione musicale all'insegna della contaminazione dei generi musicali. Collaborazioni importanti che hanno interessato figure come Toto Torquati, Charlie Cannon, Joy Garrison. Una vera e propria immersione per il gruppo vocale nel repertorio musicale afro-americani. Nel tempo

ai brani tipici quali "We Shall overcome" il coro ha aggiunto nuovi pezzi tutti all'insegna di una certa sensibilità sociale. A Canale Monterano, al concerto ad ingresso libero, il black sound arriverà dalla vocalist Fatimah Provillon, originaria del New Jersey, che si esibirà, in alcuni brani, alternandosi a Raffaela Agozzino. Sul palco tre musicisti in carne ed ossa: al pianoforte Alessandro Aloisi, alla batteria Alessandro Lucarini, al basso Alessandro Maccari. In oltre trent'anni di attività il coro Saint John's Singers ha cantato in teatri, carceri, piazze ed anche in spazi istituzionali come l'aula della plenaria del Parlamento Europeo. Ha attivato numerose collaborazioni e progetti con enti locali, ambasciate, ONU, FAO, UNICEF, Telethon, Amnesty International, Medici Senza Frontiere, Caritas ed altri. Ha inciso cinque cd, veicolo importante di una musica che reclama una nuova umanità ed un nuovo modo di stare al mondo. Tra questi dischi da "Da Gorée a Lampedusa", due isole, due schiavitù. L'Eremo di Monteverginio si presenta come un'imponente costruzione a pianta rettangolare, in tipico stile rinascimentale integrata armonicamente con l'ambiente circondato da un bosco di castagni, noccioli e faggi. Un luogo da visitare che richiama all'intimità e alla devozione.

SPETTACOLO



**La TRIACA**  
ERBORISTERIA

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

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

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



**Via Settevene Palo 1G CERVETERI**

**06 9837 6097**



**King Drive**



**Wifi**



**Parcheggio**



**Feste  
di compleanno**



**Play King**



**Delivery**

**una fiamma  
che griglia  
nel mondo  
dal 1954**



## CONCERTO DELL'ORCHESTRA INCLUSIVA EUTERPE PER LA GIORNATA INTERNAZIONALE DEI BAMBINI



Cerveteri, 24 maggio 2024 - In occasione della Giornata Internazionale dei Bambini, l'Istituto Comprensivo Giovanni Cena di Cerveteri ha ospitato un concerto straordinario dell'Orchestra Inclusiva Euterpe. L'evento, organizzato in collaborazione con l'Associazione Culturale Euterpe APS, ha segnato la conclusione di un progetto didattico-pedagogico musicale che ha coinvolto oltre 80 bambini durante l'intero anno scolastico.

Il concerto ha rappresentato un momento coinvolgente e inclusivo per i membri dell'orchestra e i bambini partecipanti e i loro genitori, oltre a sensibilizzare la comunità scolastica su temi e valori fondamentali. La Sindaca e la Vice Sindaca, Dott.sse Elena Gubetti e Federica Battafarano, presenti all'evento, hanno evidenziato con entusiasmo l'importanza di queste iniziative per la comunità.

L'Orchestra Inclusiva Euterpe, fondata e diretta dal M° Tommaso Liuzzi, rappresenta un'innovazione nel campo della musicoterapia e della pedagogia musicale. L'idea rivoluzionaria alla base di questa orchestra è offrire a tutti l'opportunità di esprimersi attraverso la musica, integrando l'inclusione sociale con il concetto di un Conservatorio aperto a tutti. Questo approccio si sviluppa attraverso il Metodo

Euterpe, premiato con il riconoscimento speciale dell'UNESCO il 30 gennaio 2019 a Kuwait City per la sua attività innovativa nel campo della didattica e della pedagogia speciale, nonché della terapia medica.

Il "Metodo Euterpe" combina musicoterapia orchestrale, psicopedagogia musicale e applicazioni terapeutiche in vari ambiti, come l'autismo e la neuroriabilitazione, adattandosi alle specifiche esigenze di ogni individuo.

Questo metodo è oggetto di ricerca presso l'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù e ha dimostrato benefici clinici statisticamente significativi. Tra questi, miglioramenti nella qualità del sonno, nell'emozionalità positiva e nella qualità della vita sia dei bambini sia dei loro genitori, come documentato in pubblicazioni medico-scientifiche internazionali (doi: 10.1177/1357633X20981213; doi: 10.3389/fneur.2024.1388712).

L'Orchestra Inclusiva Euterpe è un esempio tangibile di come la musica possa essere un potente strumento di inclusione e terapia, evidenziando l'importanza di progetti che promuovono la partecipazione attiva e l'espressione personale attraverso l'arte musicale.





**SALUS**  
MEDICAL CENTER

**DA OLTRE**  
**40 ANNI**  
**AL SERVIZIO DELLA**  
**VOSTRA SALUTE**

Scopri le nostre promozioni  
[www.grupposalus.net](http://www.grupposalus.net)

☎ **06 99.49.944**

Ladispoli: Via Ancona, 94 - Piazza I. Odescalchi, 4  
Cerveteri: Via E. Salomone, 14/18

## GLI ITALIANI E I LORO PET

L'EURISPES NEL SUO STUDIO ANNUALE  
FOTOGRAFA IL RAPPORTO DEGLI ITALIANI  
CON I LORO ANIMALI DOMESTICI.  
IN QUASI UNA CASA SU QUATTRO  
CE N'È ALMENO UNO



Nell'approfondito Rapporto Italia 2024 Eurispes, giunto quest'anno alla 36a edizione, distribuito in 6 capitoli, ognuno dei quali è illustrato attraverso 6 saggi e 60 schede fenomenologiche – presentato nei giorni scorsi a Roma – c'è spazio anche per i pet. Lo studio, contrariamente a quanto ci si potrebbe aspettare, fotografa un'Italia zoofila, in cui gli animali domestici sono sempre di più un vero e proprio membro della famiglia. La presenza di animali da compagnia nelle nostre case è ormai consolidata. Gli amici a quattro zampe diventano a tutti gli effetti componenti del nucleo familiare, anche in termini di cura e accadimento, spiega l'Ente di ricerca politica, sociale ed economica. I pet vengono soprattutto salvati dalla strada o scelti in un canile/gattile. **L'amore per gli animali è comunque generalizzato – afferma la 36° edizione – perché gli italiani continuano a dire "no" alla vivisezione (76,6%), alla caccia (72,9%), alla produzione e all'uso delle pellicce (78,3%) e all'utilizzo degli animali nei circhi (78,1%). In quasi una casa su quattro in Italia – afferma il Rapporto – troviamo almeno un animale da compagnia (37,3%; +4,6% rispetto al 2023). Poco più di 4 italiani su 10 che accolgono un animale possiede un cane (41,8%) e quasi 4 su 10 un gatto (37,7%). Il 20,3% di chi ha con sé un animale spende meno di 30 euro al mese per**

**la sua cura e il mantenimento. Circa il 60% degli italiani, invece, spende fra i 30 euro e i 100 euro al mese. Dal 2015 a oggi è sensibilmente diminuita la percentuale di chi riesce a spendere meno di 30 euro al mese e dai 30 ai 50 euro. I pet sono salvati soprattutto dalla strada o scelti in un canile/gattile/ simili (39,7%), ma in un caso su quattro (25%) si è trattato di un acquisto in negozio o allevamento, mentre in uno su cinque di un regalo (20,8%). Emerge anche come la congiuntura economica condizioni negativamente il rapporto con gli animali domestici. Infatti, come riporta lo studio, il 14% dei proprietari ha pensato di dare in affido il suo amico a quattro zampe a causa di difficoltà economiche ma di non averlo fatto, mentre il 7,1% ha dovuto prendere questa decisione e il 20% ha rinunciato ad averne altri a causa di difficoltà economiche. "Siamo estremamente contenti di poter ribadire – commenta la presidente nazionale ENPA, Carla Rocchi – che la maggior parte di chi possiede un solo animale in casa è rappresentata proprio da famiglie con figli, (il 22%). A chi vorrebbe sempre più spesso contrapporre bambini e animali mettendoli in un'inutile e dannosa competizione - prosegue - ripetiamo che l'amore si moltiplica non si divide! Amare è anche un atto di generosità e chi ama gli animali è una persona che ama."**

ANIMALI

**ANIMAL MARKET** Tutto per la cura dei tuoi piccoli amici

www.animalmarket2014.it - Orario Lun-sab 8.30-20.00 Dom 8.30-13.00

CERVETERI - L.go Guido Rossa, 2 - 06 995 2482 - LADISPOLI - Via dei Garofani, 1 - 06 455 59667

BRACCIANO - Via Braccianese Claudia, 56 - 06 982 68127

f Animal Market animal\_market



## LA STORIA DI BALTO E TOGO

Tutti hanno sentito nominare Balto, se non altro per il lungometraggio animato dedicatogli da Spielberg nel 1995. Balto e Togo sono esistiti davvero, erano due Siberian Husky nati nel 1919 in Alaska e vincitori di numerose corse da slitta. La storia che li ha resi famosi è, però, legata a un'epidemia di difterite scoppiata nel gennaio del 1925 in Alaska, a Nome, la cittadina venne messa in quarantena e la gente moriva a causa della mancanza dell'antitossina. Nome era isolata del mondo, irraggiungibile con mezzi tradizionali come aerei e treni, ed è qui entrarono in gioco Balto e Togo. Venne organizzata la Corsa del Siero, utilizzando le slitte con i cani. Venti mute di cani che percorsero a staffetta oltre 500 chilometri, quelle guidate da Balto e Togo arrivarono a coprire oltre 135 chilometri. Il tutto in mezzo alla neve, a 40 gradi sotto lo zero e in soli cinque giorni, quando un corriere postale ne impiegava normalmente venticinque.

Un'impresa eroica che è rimasta nella storia, tanto che al Central Park di New York c'è una statua celebrativa di Balto.





# SARA RUSSO

ADDESTRATORE CINOFILO  
E HANDLER RICONOSCIUTO ENCI  
CONDUTTORE E PREPARATORE  
DI CANI DA SHOW

**ALLEVAMENTO RICONOSCIUTO ENCI**

- PENSIONE CASALINGA ANCHE A DOMICILIO
- EDUCAZIONE DI BASE
- ASSISTENZA AL PARTO
- GESTIONE CUCCIOLATE  
PREPARAZIONE AL PARTO, GESTIONALE, PROGESTERONI, ECC
- SGAMBAMENTO
- LEZIONI PRIVATE
- SERVIZIO TRASPORTO
- HANDLER SERVICE




📞 3516034235

📷 sararussogoldentaurus

# L'oroscopo

che punge ma non fa male



**Ariete**  
Elemento Fuoco

Darete il meglio di voi nelle relazioni. Sarà una settimana in cui avvertirete dentro di voi una potente energia, complice il flusso dei pianeti. Una svolta cruciale nelle finanze.



**Toro**  
Elemento Terra

Sentirete venire meno le energie, approfittate del fine settimana per riposare con i vostri cari. L'affetto sincero è la migliore delle cure.



**Gemelli**  
Elemento Aria

È il vostro momento. I pianeti sono favorevoli e la comunicazione con gli altri non è stata mai così vincente. Il lavoro è in salita, non mollate ora.



**Cancro**  
Elemento Acqua

Le difficoltà vi rendono più forti, però è giunto il momento anche per voi di trovare pace e relax. Un anticipo domenica, l'arrivo di una buona notizia.



**Leone**  
Elemento Fuoco

Siete tanto impulsivi. La presunzione che vi caratterizza procura anche dolore, smussare è complicato ma possibile. Provare per credere!



**Vergine**  
Elemento Terra

Potreste trovarvi in contrasto con un collega che da tempo non vede l'ora di attaccarvi, il consiglio è quello di sorvolare.



**Bilancia**  
Elemento Aria

L'estate vi rende allegri e carismatici. In amore non potreste chiedere di più. Le soddisfazioni arrivano anche dalla professione scelta.



**Scorpione**  
Elemento Acqua

Un piccolo imprevisto potrebbe modificare la gita programmata per il fine settimana. Approfittate per terminare la lettura di quel noir.



**Sagittario**  
Elemento Fuoco

La memoria non vi assiste e rischiate di fare una pessima figura con il partner, forse è il caso di ricorrere ad un'agenda.



**Capricorno**  
Elemento Terra

Gli impegni aumentano insieme ai risultati auspicati. È il vostro momento d'oro non lasciatevi distrarre troppo però, è arrivata l'estate!



**Acquario**  
Elemento Aria

Un incontro a sorpresa nella giornata di lunedì potrebbe cambiare diverse prospettive. Fate ricorso a tutto il vostro dinamismo.



**Pesci**  
Elemento Acqua

I single venerdì abbracceranno un nuovo incontro con voglia di rischiare. Mentre chi è in coppia, rischia di assaggiare la noia.

con voi dal 1934



**Farmacia**  
Dott. Luigi  
Demichelis



- TEST RAPIDI ANTIGENICI
- SCREENING COLON RETTO

PRENOTAZIONI AL NUMERO  
**06 99 47 746**

### **SERVIZIO GRATUITO CONSEGNA A DOMICILIO**

INVIO RICETTE

WhatsApp: 393 973 5665 

E-mail: farm.demichelis@gmail.com



PRODOTTI  
PER LA PRIMA INFANZIA

DERMOCOSMETICI

OMEOPATICI

### **SERVIZIO GRATUITO FARMARECUP**

PER LA PRENOTAZIONE  
DI VISITE SPECIALISTICHE,  
ESAMI DIAGNOSTICI  
ED ESAMI DI LABORATORIO  
RECARSI IN FARMACIA MUNITI  
DI IMPEGNATIVA E TESSERA SANITARIA



DIETETICI

FITOTERAPICI

MEDICINALI  
ED ARTICOLI VETERINARI



INTEGRATORI ALIMENTARI

LABORATORIO GALENICO

**SIAMO APERTI** DAL LUNEDI AL SABATO H 7-20  
ORARIO CONTINUATO

VIA ANCONA, 76 - LADISPOLI - TEL.06.9947746 - FAX 06.9947085

Seguici su   Farmacia Dott. Luigi Demichelis dal 1934

[www.farmaciademichelisdal1934.it](http://www.farmaciademichelisdal1934.it)

A cura del  
Dottor Professor ALDO ERCOLI

## LE FRATTURE PATOLOGICHE (DOPO LIEVE TRAUMA)



Lo scheletro è la terza sede, in ordine di frequenza, di metastasi di carcinoma (prostata, mammelle, linfoma, polmone, rene, tiroide) lo precedono solo il fegato ed il polmone. In ogni caso le metastasi scheletriche sono state riscontrate nel 70% dei pazienti. Una lesione ossea unica in un paziente neoplastico di età superiore ai 40 anni? E' quasi certamente una metastasi, mentre in un soggetto di età inferiore (ai 40 anni) può forse essere espressione di un tumore osseo primitivo. E' sufficiente un Rx convenzionale per fornirci la maggior parte delle informazioni. Nell'interessamento scheletrico multiplo è necessaria la scintigrafia ossea con tecnezio marcato con metilenedifosfato ad eccezione del mieloma in cui si forma poco tessuto osseo reattivo. Questa premessa oncologica credo sia indispensabile al fine di comprendere le **fratture ossee patologiche, causate da un trauma di minima entità**. Precisiamo subito che, grazie alla radiografia, possiamo orientarci non solo su una lesione multipla o solitaria metastatica, ma su una ancor più frequente **osteopenia generalizzata**. In questo caso la densitometria ossea deficitaria (MOC) può farci fare diagnosi di **osteoporosi** (da immobilizzazione; su base endocrina nell'iperparatiroidismo, ipertiroidismo, ipercortisolemia, diabete; idiopatica). Un aumento della calcemia, della fosfatasi alcalina, del PTH (paratormone), dal calcio 24 h urinario, così come un deficit marcato della vitamina D (25-oh oppure 1,25-oh) deve indirizzarci su una biopsia ossea per confermarci un'**osteomalacia** (demineralizzazione scheletrica generalizzata, da insufficiente fissazione osteo - calcica sulla trama proteica dell'osso o tessuto osteoide). Il sostantivo femminile osteomalacia deriva dal greco e significa rammollimento, mollezza. Le cause della patologia oltre alla carenza di sole e vitamina D sono molteplici: gastrectomie, insufficienza biliare, pancreatica, intestinale, da marcata apporto o assorbimento fosfo - calcico oppure da tubolopatie renali ed extrarenali (gravidanza, allattamento). Nel bambino l'osteomalacia è rappresentata dal **rachitismo** (deformazioni



Dottor Professor  
**Aldo Ercoli**

*Specializzato in Cardiologia e Broncopneumatologia e esperto in Malattie Infettive.  
Cardiologo già docente in Microbiologia ambientali,  
Medicina Naturale e di formazione dei medici di medicina di base.*

variabili dello scheletro nel periodo della crescita). Una **osteopatia generalizzata radiotrasparente** in un paziente con anemia, VES elevata e quadro elettroforetico alterato deve farmi orientare sul mieloma (la conferma ci viene data dall'ago aspiratori midollo osseo). In una frattura patologica da lieve trauma l'Rx, sia in caso di lesioni multiple che solitarie, può indirizzarci verso una **forma metastatica**. **La lesione è radiopaca oppure radiotrasparente? Sono presenti adenopatie evidenti?** In quest'ultimo caso la presenza di linfonodi; indipendentemente dalla radiopacità o radiotrasparenza della lesione, si riscontra nel linfoma. Se la **lesione ossea è radiopaca nell'uomo** devo sospettare una neoplasia prostatica (esplorazione rettale, ecografia, PSA, fosfatasi alcalina), **nelle donne un cancro della mammella** (esame mammario, mammografia, ca 15.3). Se invece la **lesione metastatica è radiotrasparente** devo sospettare una neoplasia polmonare (Rx torace); renale (ematuria, Tac o RM addome, ecografia renale); tiroidea (esame obiettivo, scintigrafia con iodio radioattivo). Purtroppo i pazienti con malattia metastatica non hanno una lunga aspettativa di vita (nel caso di neoplasia polmonare non supera persino i 6 mesi). La metastasi unica può essere resecata (rene, tiroide, mieloma) ma il tasso di sopravvivenza è basso (nell'**ipernefroma** a 5 anni è circa del 30%). Il trattamento sistemico per la malattia ossea metastatica comprende la chemioterapia, la terapia endocrina, i radioisotopi ed i bifosfonati. L'uomo affetto da metastasi prostatiche viene spesso trattato con l'asportazione di entrambi i testicoli. Nella donna con metastasi da carcinoma della mammella i bifosfonati riducono l'ipercalcemia, inibiscono l'osteolisi, alleviano il dolore nel 50% dei casi e nel 25% possono arrivare a mostrare persino una guarigione radiologica. Sia la malattia metastatica che su base endocrino - metabolica possono colpire la colonna vertebrale, la porzione prossimale del femore e le coste. Certo nel collo del femore e nell'estremità distale del radio prevale nettamente l'osteoporosi. L'osteomalacia colpisce più spesso il femore sub trocanterico e nel 30% dei casi provoca la frattura dell'anca. Fratture spontanee da trauma minore? Ricapitoliamo velocemente osteopenia generalizzata (osteoporosi, osteomalacia, mieloma), lesioni metastatiche (multiple o solitarie) radiopache o radiotrasparenti con o senza adenopatie linfonodali. Aggiungo che una lesione solitaria può non essere metastatica (infezione, morbo di Paget). Quello che come medico più mi preoccupa è la metastasi da carcinoma. Questo termine deriva dal greco (granchio). Il segno zodiacale porta questo nome.

naturasi segnalato da GAMBERO ROSSO

BEN DI BIO

ALIMENTI FRESCHI  
E CONFEZIONATI  
PRODOTTI A KMO



UOVA FRESCHE  
E PANE LOCALE  
TUTTI I GIORNI



ECODETERGENZA  
E BIOCOSMESI  
(DETERSIVI ALLA SPINA)

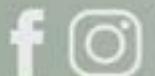


FITOTERAPIA  
INTEGRATORI  
OLI ESSENZIALI

INCENSI  
E LAMPADE  
DI SALE



LADISPOLI  
Via Ancona 170  
Tel. 06.99222248  
Cell. 347.5215221



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

## IL SALICE BIANCO (SALIX ALBA) ANTENATO DELL'ASPIRINA: UNA PIANTA CHE SOFFRE

Il **Salice bianco** è una pianta inconfondibile. Un albero alto 20 - 30 metri oppure molto più piccolo, che vive lungo i corsi d'acqua e sulle montagne a consolidare il terreno, da frane e smottamenti. E' un vegetale "dioico" (alcuni elementi hanno solo fiori maschili; altri solo femminili), a foglie alterne, allungate, sovente picciolate, con corteccia screpolata, invecchiata, fusto amaro - salato, rami sottili. Delle circa 300 specie delle Salicacee a cui appartiene, il **Salice bianco (salix alba)** è una pianta originaria dell'Oriente. E' il **Salice piangente (salix babylonica)** con la sua folta chioma a rami flessori, tenaci resistenti al vento e alla pioggia, assai lunghi che ricadono fino a terra. E le sue foglie sembrano lacrime. Assomiglia ad un essere umano che soffre, che piange. I fiori del salice sono unisessuati, privi di "**perionzo**" (l'insieme delle parti protettive degli organi riproduttivi del fiore), disposti in inflorescenze a spiga con asse anche lui lungo e pendulo. Inflorescenza chiamate **amenti**. L'impollinazione maschile è anemofila (viene trasmessa dal vento). Spesso i fiori compaiono prima delle foglie, come una lontana felice adolescenza, che invecchia, fruttifica assai rapidamente. Anche il frutto, una capsula che contiene alcuni semi, si serve del vento per una vasta disseminazione (**anemocora**). Col legname del salice non si fanno i mobili. Il legno non serve a niente, neanche a dare calore, è un combustibile che riscalda assai poco. Eppure, meraviglia delle meraviglie, il carbone che si ottiene dal salice bianco è molto leggero e trova impiego nella fabbricazione della polvere pirica, produce fuoco, polvere da sparo. "Coincidentia oppositorum di Niccolò Cusano". Che pianta strana e contraddittoria è il salice bianco! Soffre, piange in vita, ed esplose solo quando è morta bruciata. In **fitoterapia** si utilizza la **corteccia** dei rami di 2-3 anni, già utilizzata in passato come antielmintico (vermifugo), astringente, soprattutto antireumatico. <Il principio attivo della corteccia del salice è un glucoside amaro detto "**salicina**" (dal latino "salio", salare, condire con il sale.), isolato per la prima volta in forma pura nel 1829 da Leroux, il quale dimostrò anche il suo effetto antipiretico> (Goodman and Gilman. The pharmacological basis of therapeutics 1941 - 1980).



Dottor Professor  
**Aldo Ercoli**

Specializzato in Cardiologia e Broncopneumatologia e esperto in Malattie Infettive.  
Cardiologo già docente in Microbiologia ambientali,  
Medicina Naturale e di formazione dei medici di medicina di base.

La salicina è un profarmaco.

Dopo che viene assunta per via orale è idrolizzata, a livello intestinale, in glucosio e **saligenina**. Una volta che quest'ultima entra nel circolo ematico viene metabolizzata in **acido acetilsalicilico** che ha proprietà **antidolorifiche, antifebbrili ed antinfiammatorie (Dorvault, L'officine, Vigot Paris 1995)**. La salicina è presente anche in altre piante (es spirea ulmaria) e solo se ingerita, idrolizzata in saligenina, viene metabolizzata in acido acetilsalicilico nel sangue. Questo acido fu sintetizzato nel 1860 da **Kobré e Lauteman** ed è stato introdotto in terapia di **Dresler** nel 1899 con il nome di **aspirina** (deriva da Spiraea), la pianta sopracitata da cui in passato veniva ricavato il principio attivo. Il salicilati sintetici poi rimpiazzarono presto i composti più costosi ricavati da fonti naturali. L'aspirina è un fans (farmaco antinfiammatorio non steroide), ben diverso dal paracetamolo (**tachipirina**), ossia l'acetaminofene, un derivato del para - aminofenolo. E' un ottima alternativa all'acido acetilsalicilico come analgesico ed antifebbrile ma assolutamente non come antinfiammatorio (azione assai debole, se ripenso al Covid19 mi vengono i brividi). **Quali sono i costituenti principali del salice bianco?** Glucosidi fenolici (salicina) tannini, acido saliciltanninico, flavonoidi (isognercetina). **Quali le attività principali?** Antireumatiche, analgesiche, antipiretiche, antispasmodiche.

**L'impiego terapeutico** comprende le forme reumatiche croniche, l'artralgia, la fibromialgia. L'acido acetilsalicilico è un inibitore delle prostaglandine per inattivazione della ciclossigenasi. Le prostaglandine partecipano alla patogenesi dell'infiammazione e della febbre. L'acido acetilsalicilico inibisce la biosintesi delle prostaglandine che sono prodotti endogeni, sintetizzate dagli enzimi microsomiali presenti in tutti i tipi di cellule dei mammiferi (esclusi i globuli rossi). Le prostaglandine vengono liberate solo quando le cellule sono danneggiate (sono in maggior quantità negli assudati infiammatori). Pertanto le cellule umane non immagazzinano le prostafionide; la loro liberazione dipende dalla biosintesi ex novo. Un effetto collaterale, comune a tutti i fans, è quello di prolungare il tempo di protrombina (TAP).

La funzione delle piastrine viene disturbata perché i fans inibiscono la formazione, da parte delle piastrine, di trombossano A2 (TxA2), una potente sostanza aggregante.

**Quali sono gli effetti collaterali del salice bianco?** L'ipersensibilità dovuta ai tannini, la dovuta cautela nei pazienti in trattamento con anticoagulanti (è meglio non utilizzare il fitofarmaco). **Forme farmaceutiche e posologia. Salix alba T.M.:40 gtt**, tre volte al giorno, dopo i pasti. **Estratto secco Salix alba:** 100 - 200 mg per cps due - tre volte al giorno, dopo i pasti principali. E' bene specificare che l'acido acetilsalicilico a seconda della dose ha impieghi terapeutici diversi: da 80 - 100 mg come antiaggreganti piastrinico a 600 mg come antidolorifico, antinfiammatorio ed antifebbrile.

# FRUTTILANDIA

Arrivi giornalieri di stagione

LADISPOLI - LARGO DOMIZIANO, 17  
PIAZZA DOMITILLA - INFO: 333.46 99 121

FRUTTA E VERDURA LOCALE  
CONSEGNE A DOMICILIO  
ARRIVI GIORNALIERI



Largo Arrigo Boito n.19  
Valcanneto - Tel. 3280122410  
shaktimoonyogastudio@gmail.com  
www.shaktimoonyoga.com

TUTTI I GIORNI DAL LUNEDI  
AL VENERDI ORE 9:00 - 20:00

HATHA YOGA  
YOGA FLOW  
YOGA GENTILE  
YOGA PRE NATAL  
YOGA POST NATAL  
YIN YOGA  
YOGA NIDRA  
KUNDAKINI YOGA  
LEZIONI INDIVIDUALI  
E DI GRUPPO

PRENOTA LA TUA  
LEZIONE DI PROVA



## INSONNIA: COSA PUÒ FARE LO SHIATSU PER RISOLVERE IL PROBLEMA

Secondo la medicina tradizionale cinese alla base della vita vi è l'equilibrio e l'alternanza tra le componenti Yin ed Yang, che potremmo tradurre come l'armonico alternarsi nella vita di un uomo delle fasi di attività e riposo. Con l'approssimarsi della notte dunque l'energia YIN dovrebbe iniziare a prendere il sopravvento andandosi a sostituire alla forza YANG che ci ha consentito di svolgere le attività della giornata, quando questo non avviene è segno che siamo in presenza di un blocco energetico. Il trattamento è in grado di sciogliere le tensioni muscolari, e far tornare a scorrere l'energia correttamente favorendo così il recupero di una corretta alternanza di sonno/veglia. Utilizzando un linguaggio più attuale possiamo riassumere spiegando come è suddiviso il nostro sistema nervoso: sistema nervoso centrale (SNC) comprendente l'encefalo e il midollo spinale, sistema nervoso periferico (SNP) comprendente i nervi che trasportano le informazioni a tutti gli organi e tessuti. Inoltre è presente anche il sistema nervoso autonomo che è compreso in parte nel centrale e in parte nel periferico e regola la maggior parte delle nostre funzioni vegetative del nostro organismo ed è involontario.

A grandi linee possiamo dire che quest'ultimo è diviso in due rami opposti e complementari per gli effetti che hanno sulla nostra mente

e sulle funzioni del corpo. Questi rami sono il sistema simpatico e quello parasimpatico, il primo è coinvolto nelle reazioni di eccitazione e prepara il corpo alle situazioni di stress, mentre il parasimpatico che si attiva per controbilanciare il sistema simpatico, favorisce il rilassamento dell'organismo e veicola un'energia profonda, rilassante.

Spesso l'insonnia cela problemi di natura psicologica e per la mia esperienza posso affermare che ogni volta che si pratica il trattamento, affiorano sentimenti e prendono forma intuizioni che in un contesto di sofferenza possono portare l'individuo ad accettarsi e comprendersi maggiormente.

Lo shiatsu è particolarmente indicato per superare i problemi legati all'insonnia perché il contatto fisico facilita il rilassamento e l'attivazione del sistema parasimpatico.

Detto in altri termini il bilanciamento tra sistema simpatico e parasimpatico è una prova tangibile che corpo e mente siano unificati, a ritmo. Quando andiamo a massaggiare la pelle questa informazione sensitiva arriva alla corteccia celebrare. Durante questo tragitto non soltanto diventiamo consapevoli dello stimolo ma riusciamo ad attribuire anche una connotazione emotiva. Se questo stimolo è riconosciuto come inoffensivo, si "abbassa la guardia" e inizia il processo di bilanciamento tra i due sistemi.



**Roberto Frazzetta**

*Osteopatia viscerale  
Shiatsu - MTC  
Kiniesologia Applicata*



*Cerveteri - Via del Sasso, 84*

*Per appuntamento:*

*Cell. 349.0502127 - 349.6647914*

**[www.centrolisticosamsara.it](http://www.centrolisticosamsara.it)**

## UN PERCORSO INTEGRATO TRA PSICOLOGIA E SHIATSU: PERCHÉ INTRAPRENDERLO?

Spesso le cause dell'agitazione che impedisce di riposare sono proprio riconducibili a delle ansie eccessive, rabbia, tristezza, per citare alcune delle emozioni principali che possono accompagnare le nostre notti insonni. Una rinnovata attenzione alla ricchezza del proprio mondo interiore può ridefinirle, dando loro una collocazione e una funzione e può aiutarci ad aumentare il nostro ventaglio di strategie per vivere serenamente il nostro giorno per giorno. Per questo motivo collaboro con specialisti del settore psicologico consigliando alle persone di intraprendere un percorso parallelo con lo scopo di risolvere o al meglio comprendere la natura dello squilibrio e conoscersi meglio. Con la vita stressante e i ritmi invadenti della vita avvalersi di un sostegno psicologico è naturale ed è sempre una scelta intelligente e matura. Se hai problemi di insonnia contattaci, non dormireci sopra!

# TIEFFE

La qualità del prodotto

## MADE IN ITALY



### PRODUZIONE INFISSI LAVORAZIONI IN FERRO

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

[www.tieffeinfissi.com](http://www.tieffeinfissi.com)

VIA S. ZOPPO, 14 00062 BRACCIANO (RM)

TEL: 06 9987021 - FAX: 06 99809343

Email: [info@tieffeinfissi.com](mailto:info@tieffeinfissi.com)

# Riassunti de Salute



**Marco Tortorici**  
Esperto in omeopatia dal 1985  
**Farmacia Salvo D'Acquisto**  
Via della Stazione di Palidoro, 4.



## ZANZARE? QUEST'ANNO VI DIAMO NOI IL TORMENTO!

Ogni anno non cambia nulla. Anzi sembra forse andare peggio. I prodotti che una volta erano dei repellenti di provata efficacia sembrano non funzionare più. Le aziende produttrici mettono in commercio prodotti sempre più potenti che dall'altra parte però sono più tossici. Questi prodotti infatti, anche se li applichiamo sulla pelle, vengono assorbiti e finiscono nel torrente circolatorio. Sembra che tuttavia non ci sia scampo e che la guerra vada combattuta con fanelletti, creme, spray e lozioni. Ma io un trucco lo conosco.

Lo hanno scoperto per caso dei francesi che avevano in Africa squadre specializzate per la costruzione di infrastrutture che dovevano far uso di farmaci antimalarici. Ora questi prodotti chimici creavano, se assunti per lunghi periodi, dei problemi di tossicità a carico del fegato. Quindi i gruppi di lavoro dovevano essere sostituiti frequentemente per la impossibilità di assumere questi farmaci per lunghi periodi. In quel frangente venne scoperto che il rosmarino di palude, denominato **Ledum palustre**, in diluizione omeopatica, assunto regolarmente, è un perfetto repellente della zanzara anofele e tanto più anche delle zanzare che vivono alle nostre latitudini. Il rimedio, che non ha alcun effetto collaterale o alcuna controindicazione all'uso, è poi il trattamento ideale per i bambini, gli anziani e le donne in stato interessante.

Il suo meccanismo di azione si basa sulla capacità del prodotto di cambiare l'odore della traspirazione cutanea e renderci sgraditi alle zanzare.

Dimenticavo...noi umani, tra di noi, non ci accorgiamo di nulla!

## Provare per credere



Abbiamo a cuore  
**LA TUA**  
salute

**Assistenza Sanitaria Integrata**

 **347 1853027**

**PRELIEVI PER ANALISI  
E ASSISTENZA A DOMICILIO**

info@sanitalazio.it [www.sanitalazio.it](http://www.sanitalazio.it)

# SIAMO LA PRIMA FARMACIA SOCIALE ITALIANA

ESPERTI IN OMEOPATIA DAL 1985



CONSEGNIAMO GRATUITAMENTE\*  
A DOMICILIO ANCHE NEI COMUNI  
DI LADISPOLI E CERVETERI

\*PER ORDINI SUPERIORI A € 30,00



FARMACIA  
**Salvo D'Acquisto**  
OFFICINA della SALUTE

LA PRIMA FARMACIA SOCIALE ITALIANA



PAGA CON  
SATISPAY



Via della Stazione di Palidoro, 4 • 00054 Palidoro, Roma  
Info 06 6858 6674 • [farmaciasalvodacquisto@gmail.com](mailto:farmaciasalvodacquisto@gmail.com)

PER I TUOI ORDINI  **351 8908538**

## MA UN MONDO DI PACE È POSSIBILE? 2° PARTE



Nel precedente articolo sostenevo come un mondo di pace sia possibilissimo, ma molto arduo da conseguire. I motivi sono molti e uno tra essi è che la guerra fa economicamente comodo a molti; anzi no, veramente a pochi, ma quei pochi sono proprio quelli che purtroppo hanno il potere di muovere i fili, sono “i burattinai” del mondo. Io però che di professione faccio lo psicologo mi limiterò a trattare dei motivi psicologici che rendono difficile un mondo di pace. Sempre nel precedente articolo facevo notare come fin dagli albori della nostra specie gli uomini si sono fatti la guerra e si sono uccisi reciprocamente, impostando al relazione su chi domina e chi è dominato, anche quando erano pochi uomini a dispetto di un’enorme quantità di risorse e territorio. Si sarebbe potuto convivere serenamente in pace ed invece non fu così. E da allora – cioè da quando i Sapiens hanno portato all’estinzione i preesistenti Neanderthal – non è cambiato poi molto. Ebbene il fatto è che siamo una specie molto aggressiva ed infestante ed il nostro pianeta lo sa bene. La nostra quota di aggressività innata – come dimostra la nostra storia sulla terra – è molto alta, tuttavia è anche vero che *i comportamenti aggressivi* (a differenza dell’aggressività) non sono innati, ma appresi. *E questo fatto può essere la nostra salvezza e motivo di speranza per un modo di pace, perché possiamo apprendere a canalizzare la nostra aggressività in modi “sani”, creativi e pacifici.* Gli esseri umani, così come gli altri animali, imparano soprattutto per imitazione, osservando gli altri membri della specie, tanto che oggi sappiamo che il nostro cervello ha dei neuroni specializzati in questo tipo di apprendimento, chiamati

non a caso “neuroni a specchio”. Ora se gli altri nei quali ci “specchiamo” e/o rispecchiamo - dai nostri familiari, ai nostri concittadini, ai nostri rappresentanti in parlamento, alle persone “famosi” che vediamo in tv tutti i giorni – sono violenti nei modi, nei toni o nel contenuto delle loro parole con quello rischieremo di identificarci e non con altro. E ciò avviene senza che sia necessario avere una consapevolezza di questo processo di apprendimento. Ritengo molto importante dunque parlare di questo, perché avere consapevolezza di questi processi e di come funziona la nostra mente è il primo passo per cambiare noi stessi, ovvero per poter scegliere che tipo di persone vogliamo essere. E’ innegabile che non sia facile autoregolare le nostre pulsioni animali, per esempio quella sessuale o quella aggressiva: rimandare il soddisfacimento immediato di una pulsione crea frustrazione e insofferenza e ci mettiamo tutta l’infanzia per imparare a tollerare di posticipare il soddisfacimento di una pulsione e non tutti ci riescono allo stesso modo e con gli stessi risultati. Non è un’abilità innata, la apprendiamo grazie ai genitori (che a loro volta però sono calati in un contesto da cui apprendono come comportarsi in determinate situazioni) che ci aiutano a regolare e posticipare il soddisfacimento dei nostri bisogni, i quali però per insegnarcelo devo saperlo fare con loro stessi, altrimenti – osservandoli – impareremo “ad agire” subito ciò che sentiamo più che ad utilizzare la mente come strumento per pensare le nostre emozioni o le nostre pulsioni e capire cosa farci, quando e come esprimerle, cosa che è forse il più importante obiettivo di una psicoterapia.



**Dottor Riccardo Coco**  
Psicologo - Psicoterapeuta

*Psicoterapie individuali,  
di coppia e familiari*

**RICEVE PER APPUNTAMENTO**

**Cell. 3384970924**

**Studio professionale:**

Via Palermo **123**, Ladispoli

[www.riccardococo.net](http://www.riccardococo.net)

**OFFERTA VALIDA  
FINO AD ESAURIMENTO SCORTE!**

**TERMOTEK**



**OFFERTA SPECIALE**

**COMODO, INTELLIGENTE E VELOCE.**



**€ 279,00** **9000 BTU**  
+IVA-MONTAGGIO ESCLUSO

**€ 299,00** **12000 BTU**  
+IVA-MONTAGGIO ESCLUSO



**CERVETERI - VIALE A. MANZONI, 44/46  
06 98181649 - 3283857041**



*Benessere del piede*

## PEDICURE ESTETICO

METODI STRUMENTI MODERNI  
E PROFESSIONALI PER TRATTARE  
IL PIEDE CON EFFICACIA E SICUREZZA

**FARMACIA**  
**PRATOCVALIERI**  
DR. MORABITO · DR. CURCIO

**ORARIO CONTINUATO 08.30-20.00**  
**DOMENICA QUANDO DI TURNO 08.30-13.00/16.30-19.30**

## **PROMO** ANTIPARASSITARI



**SERESTO** CANI 1-8 KG  
CANI > 8 KG



**ADVANTIX SPOT ON 4 PIPETTE**

**-20%**

**FINO AD ESAURIMENTO SCORTE**

[www.farmaciapratocavalieri.it](http://www.farmaciapratocavalieri.it) - [farmaciamorabitosas@gmail.com](mailto:farmaciamorabitosas@gmail.com)

 Farmacia Pratocavalieri Dr.ssa T. Morabito

# FARMACIA SPECIALIZZATA IN

## ALIMENTI SENZA GLUTINE

EROGATI IN S.S.N. O A PAGAMENTO



## ALIMENTI APROTEICI

EROGATI IN S.S.N. O A PAGAMENTO

## ALIMENTI SENZA ZUCCHERO

A PAGAMENTO

FARMACIA  
PRATOCVALIERI  
DR. MORABITO · DR. CURCIO

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



### BENEFICI

- ✓ PESO SOTTO CONTROLLO
- ✓ RISULTATI DURATURI NEL TEMPO
- ✓ NESSUN EFFETTO YOYO
- ✓ PARAMETRI CARDIO VASCOLARI NORMALIZZATI
- ✓ PROTEZIONE ANTIOX E ANTIAGE

### VANTAGGI

- ✓ RIDUCE IL TESSUTO ADIPOSO
- ✓ COMBATTE LA RITENZIONE IDRICA
- ✓ PREVIENE L'INFLAMMAGING
- ✓ MIGLIORA L'ASPETTO DELLA PELLE E LA VITALITÀ DEI CAPELLI

## ALIMENTI E INTEGRATORI

pratici, gustosi e bilanciati

con basso contenuto di carboidrati

e bilanciato apporto di proteine, fibre e grassi.

MADE IN ITALY



# Elezioni Europee 2024

Si vota sabato **8 giugno** dalle **15:00** alle **23:00**  
e domenica **9 giugno** dalle **7:00** alle **23:00**

**Circoscrizione Italia Centrale:**  
**Lazio, Marche, Toscana, Umbria**



**Più**   
**Italia**  
**meno**  
**Europa**



*Dalla parte dei **territori**  
A difesa del **lavoro**  
A tutela della **casa***

# **BORDONI**

Per contattarmi:  **3477699795**  **info@davidebordoni.it** **davidebordoni.it** 