



Settimanale indipendente di cronaca, attualità, politica, sport - a carattere professionale, tecnico e scientifico - Fondato da Filippo Di Lorenzo - ANNO 27 - 29/11/2024 - DISTRIBUZIONE GRATUITA

L'ortica[®] SETTIMANALE

Anno XXVII n°47 - 2024

DEL VENERDÌ

Punge ma non fa male

CHI HA PAURA DI KENNEDY JR?

LA SUA NOMINA
AL DIPARTIMENTO
DELLA SALUTE FA TREMARE
BIG PHARMA E I VERTICI
DELL'ESTABLISHMENT

LADISPOLI

PORTO PIDOCCHIO,
SI PUNTA AL MERCATO ITTICO

ATTUALITÀ

6G, VERSO IL CONTROLLO
DELLA MENTE

AMBIENTE

CAPITANERIA A CACCIA
DI SCARICHI NEI FOSSI

GIUBILEO

LADISPOLI 1400 POSTI LETTO,
CERVETERI UN TERZO IN MENO

TERRANOVA
BRACCIANO





**FESTEGGIAMO
INSIEME**



CONAD

SUPERSTORE

SABATO 30 NOVEMBRE

20%

SU TUTTA LA SPESA

Iniziativa riservata ai possessori di



Regolamento completo sul punto vendita

LADISPOLI

VIALE EUROPA





KENNEDY JR, UN MINISTRO ALLA SALUTE NEMICO DI BIGPHARMA

Robert Francis Kennedy Jr., classe '54, strenuo avversario di Big Pharma e Big AG - in quanto ritenute responsabili di aver minato la salute degli americani con sostanze tossiche, farmaci, vaccini, additivi, pesticidi, cibi spazzatura processati dall'industria - è stato designato **Segretario del Dipartimento della Salute e dei Servizi Umani** (HHS), dal Presidente eletto Donald Trump, il più grande dipartimento federale con un budget annuale di 1.700 miliardi di dollari e oltre 80.000 dipendenti. In tweet RFK così ha sintetizzato il suo programma: *Il presidente Trump mi ha chiesto di fare tre cose: 1. Ripulire la corruzione nelle agenzie sanitarie del nostro governo. 2. Riportare queste entità al loro gold standard e alla medicina basata sulle evidenze. 3. Rendere l'America di nuovo sana, ponendo fine all'epidemia di malattie croniche.*

Trump però non ha fatto in tempo a pronunciare il nome di RFK Jr. che le azioni di molti colossi farmaceutici, del cibo confezionato e delle bevande come Pepsi e Coca-Cola hanno fatto uno scivolone. A scivolare non solo i produttori di vaccini come Moderna e Pfizer, ma anche quelli di farmaci contro l'obesità perché Kennedy *"ha criticato il popolare farmaco Ozempic della Novo Nordisk, prescritto per la perdita di peso (ndr: persino ai bambini di 6 anni) affermando che si concentra sui*

sintomi della crisi dell'obesità piuttosto che sul miglioramento del sistema alimentare. Kennedy ha chiesto di eliminare i cibi ultra-lavorati dalle mense scolastiche come parte dell'obiettivo di ridurre l'incidenza delle malattie croniche legate all'alimentazione (Reuters 15 novembre 2024).

Nell'immediato l'establishment medico e i media mainstream hanno sferrato una "guerra nucleare" contro RFK mettendo in azione la macchina del fango contro Kennedy, etichettandolo come no-vax, complottista e addirittura "traditore" della sua famiglia.

Ma chi è davvero RF Kennedy Jr.? Nipote del presidente JF Kennedy, assassinato nel '63, terzo genito di Bob Kennedy, assassinato nel '68 mentre era in corsa per le presidenziali, RFK si è laureato nel '76 all'Università Harvard in storia e letteratura americana per poi, seguendo le orme del padre, conseguire una laurea in diritto all'Università della Virginia.

Punta di diamante **dell'attivismo ambientalista** e salutista della sinistra progressista, non poteva che esprimersi in modo critico nei confronti della gestione della pandemia, mettendo in evidenza come essa sia stata una spogliazione dei ceti medi a vantaggio di una élite. Nel novembre 2021 venne in Italia per sostenere a Milano le proteste

SETTIMANALE

L'Ortica
| DEL VENERDÌ |

Punge ma non fa male

Settimanale indipendente

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

ISSN 2704-6664

Gestione GEP Srls
Coordinatore Cristiano Cimarrelli

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

Direttore Editoriale: Cristiano Cimarrelli
Direttore Responsabile: Graziarosa Villani
Editor: Miriam Alborghetti

Redattori:
Barbara Pignataro
Emanuele Rossi

Responsabile scientifico: Aldo Ercoli
Rubrica Salute e benessere:
Roberto Frazzetta, Carola Cimarrelli,
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.

contro il green pass che lui definiva uno strumento di controllo che sarebbe stato implementato, mentre i nostri sindacati facevano da spalla al governo Draghi. Avversario dell'industria militare e dell'intervento militare all'estero, in un'intervista ha dichiarato che il Paese deve "iniziare a disfare l'Impero" attraverso la chiusura delle basi militari USA nel mondo.

In qualità di presidente della Children's Health Defense, centrale è la sua battaglia in **difesa della salute dei bambini americani affetti da troppe malattie croniche, come autismo, disturbo da deficit di attenzione, iperattività, allergie alimentari, cancro malattie autoimmuni a causa dell'esposizione a determinate sostanze chimiche e radiazioni, vaccini, paracetamolo, alluminio, wireless ed altro.**

Ma perché RF Kennedy fa tanta paura? Ce lo spiega *Collateral Global* che riporta un articolo di Jay Bhattacharya e Kevin Bardosh, intitolato *RFK JR rivoluzionerà l'establishment medico statunitense*:

"[...] i mandarini dell'establishment che si concentrano sulle sue affermazioni scientifiche a volte eccentriche, dai vaccini all'AIDS, trascurano il fattore più importante del suo successo: le politiche antiscientifiche e autoritarie degli anni di Covid. Di conseguenza, non colgono l'aspetto più importante del fenomeno Kennedy: il suo programma di riforme di ampio respiro e assolutamente rigoroso (...). Le elezioni statunitensi del 2024 sono state un voto contro l'establishment e a favore di riforme fondamentali; non sorprende che lo stesso establishment che ha appoggiato le chiusure e i mandati ora combatta scalciando e urlando contro i cambiamenti in arrivo.

Il marcio, accumulato per decenni, è sotto gli occhi di tutti. Il National Institutes of Health (NIH), il cui bilancio annuale ammonta a 45 miliardi di dollari, ha orchestrato sotto la guida di Francis Collins e Anthony Fauci una massiccia soppressione del dibattito scientifico e della ricerca. I Centri per il Controllo e la Prevenzione delle Malattie (CDC) hanno esagerato i rischi ed emesso linee guida con poche prove a sostegno di obblighi vaccinali senza precedenti. I conflitti

di interesse della Food and Drug Administration (FDA) con l'industria farmaceutica hanno fatto sì che vaccini e terapie venissero approvati con poche o nessuna prova, a volte basandosi su modelli errati. E l'amministrazione Biden ha spinto tutto questo con campagne orchestrate, diffondendo falsità e disinformazione[...]. Un riallineamento politico dell'era Covid ha facilitato la vittoria elettorale di Trump, con una coalizione che includeva i disincantati liberali di sinistra che rifiutavano il potere centralizzato dei burocrati scientifici e hanno trovato un alleato in Kennedy. Tuttavia, i funzionari continuano a negare la propria responsabilità, evitando di guardarsi allo specchio. Kennedy può essere quello specchio. Avvocato ambientalista di successo e un tempo beniamino del centro-sinistra ...è la figura di più alto profilo che ha affrontato di petto questi problemi.

Il suo programma si concentrerà sul decentramento del potere nelle recalcitranti istituzioni scientifiche e mediche americane, offrendo l'opportunità di far fiorire una vera ricerca scientifica e una politica basata sull'evidenza.

Concentrandosi sulle malattie croniche e sui bambini, le priorità della ricerca si armonizzeranno con quelle della salute pubblica. Kennedy intende anche affrontare il velo di segretezza e disonestà che impedisce la trasparenza e l'integrità della sanità pubblica e della medicina. Intende rafforzare i controlli e gli equilibri nelle burocrazie sanitarie governative per affrontare il gioco e l'indebita influenza delle aziende. Inoltre, intende garantire un dibattito pubblico aperto sulla medicina, riconoscendo che la scienza è incompatibile con la censura".

Allo stato attuale non possiamo prevedere se davvero sarà attuata la rivoluzione nel sistema sanitario statunitense quello che però è chiaro che Trump nominando Kennedy Jr alla sanità, ha dato un segnale chiaro di voler rompere con il passato. Esattamente il contrario di quello che è accaduto in Italia, dove il Governo di centro destra Meloni ha scelto come ministro alla salute un fan del Green Pass fido seguace del ministro Roberto Speranza.

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

Ph di copertina San Pietro: Biagio Tamarazzo
Chiuso in redazione il giorno 27/11/2024

FINO AL 2 DICEMBRE

GRAN FINALE

**BLACK FRIDAY
REVOLUTION**

PREZZI IMPERDIBILI

SU TV, TELEFONIA, INFORMATICA E INTRATTENIMENTO

**SCONTI
FINO AL 25%**

SU GRANDI E PICCOLI ELETTRODOMESTICI

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

PREZZI IMPERDIBILI

SU TV, TELEFONIA, INFORMATICA E INTRATTENIMENTO

**SCONTI
FINO AL
25%**

SU GRANDI E PICCOLI ELETTRODOMESTICI

La vera rivoluzione è trovare l'offerta giusta per te,
insieme ai nostri esperti

expert



GLI ESPERTI SIAMO NOI

LA TECNOGABBIA

6G, SI PUNTA AL CONTROLLO E ALLA MANIPOLAZIONE DELLA MENTE UMANA

MARTUCCI : “LA COMPLETA INTERCONNESSIONE GENERERÀ UN VOLUME DI DATI TALE DA PERMETTERE ALLE IA DI INTERPRETARE LA REALTÀ IN MODO COGNITIVO A TAL PUNTO DA ELEVARE L’INTERAZIONE CON LE PERSONE, INTUENDONE L’UMORE, ANTICIPANDONE I BISOGNI E I DESIDERI”

Horizon Europe, successore di Horizon 2020, è il Programma quadro dell’Unione europea per la ricerca e l’innovazione per il periodo 2021-2027. “Il programma ha una durata di sette anni e una dotazione finanziaria complessiva di 95,5, cifra che include i 5,4 miliardi destinati al piano per la ripresa Next Generation EU. È il più vasto programma di ricerca e innovazione transnazionale al mondo”. Così si legge nel sito di Horizon Europe. Una bella fetta della torta è destinata allo sviluppo del 6G, l’internet of bodies di cui **Hexa X**, ne costituisce il “progetto faro”. Una iniziativa che si è conclusa nel 2023 a cui avevamo accennato la scorsa settimana. A questo progetto a cui collaborano ben 22 aziende sotto la guida di Nokia con l’obiettivo di rendere il 6g una parte indispensabile della nostra vita, **Maurizio Martucci** ha dedicato un approfondimento in una puntata della Tecnogabbia per metterne in luce i suoi obiettivi segreti.

Sul sito di Hexa- X - come evidenzia l’inchiesta di Martucci - gli obiettivi del 6g sono messi nero su bianco: “*Cambiamento climatico, pandemie[.]* così

come la sfiducia e le minacce della democrazia sono alcune delle sfide senza precedenti del nostro tempo. Le reti wireless come componente centrale di una società digitalizzata devono riflettere queste esigenze complesse [.] e fornire in modo proattivo soluzioni digitali sostenibili [.]”

Una prima domanda sorge spontanea: **come si può eliminare la sfiducia nella nostra democrazia attraverso una tecnologia come il 6G?**

“Una possibile risposta - si spiega nella puntata - si trova in un discorso pronunciato nel 2022 dall’amministratore delegato Nokia, **Pekka Lundmark a Davos** durante il World Economic Forum, secondo il quale entro il 2030, **gli smartphone, insieme a molta altra tecnologia, saranno impiantati direttamente nel nostro corpo**. I sensori incorporati monitoreranno anche il nostro corpo e trasmetteranno direttamente i valori. L’azienda cinese Huawei **definisce il 6g come una rete neurale**: le reti neurali stimolano strutture al computer che assomigliano al cervello per collegare gli esseri umani al mondo informatico

e inaugurare un'era in cui tutto è registrato e connesso così l'uomo si fonde con il computer e può di conseguenza essere controllato. Qualsiasi sfiducia o messa in discussione dell'opinione politica prestabilita può essere controllata e manipolata in questo modo con il 6G".

La seconda domanda è consequenziale: **come è tecnicamente realizzabile questo ininterrotto controllo manipolativo del 6G?**

"Il futuro standard 6G – prosegue l'inchiesta - avrà probabilmente frequenze superiori a 100 gigahertz, in questa gamma le onde si comportano già in modo simile alla luce. Lo svantaggio è che queste onde non saranno quasi più in grado di penetrare alberi, muri di casa o simili, in futuro le antenne 6g dovranno essere installate nelle immediate vicinanze e ovunque si trovino le persone da garantire una radiazione ininterrotta e il controllo delle persone.

Cosa c'è di più ideale che utilizzare le lampade led come antenne radio visto che i led sono ovunque dove la gente vive?. Come presentato nella trasmissione "Optogenetica, la via per il controllo del cervello", l'obiettivo è quello di inserire un sensore in ogni lampada led dalla trasmissione dati mediante la tecnologia VLC". La tecnologia di comunicazione VLC, Visible Light Communication, sfrutta la possibilità di modulare l'intensità della luce emessa da sorgenti LED comuni per la trasmissione di dati in modalità wireless con latenze inferiori al millisecondo, da applicare in sistemi di comunicazione di nuova e nuovissima generazione (5G e 6G) delle telecomunicazioni IoT. "Ciò significa che in futuro ovunque ci siano led verranno scambiati i dati. *La trasmissione dei dati è possibile anche quando i led sono spenti, il che significa che possono essere utilizzati come antenne 6g, Evidentemente il vertice dell'UE e i principali attori economici ambiscono a dominare le nostre menti con la tecnologia vlc e del nuovo standard di telefonia mobile 6g, il sogno di ogni dittatore".*

Come sottolinea Martucci "la completa interconnessione digitale genererà un volume di dati tale da permettere alle intelligenze artificiali connesse alla rete di interpretare la realtà in modo cognitivo a tal punto da elevare l'interazione con le persone, intuendone l'umore, anticipandone i bisogni e i desideri".

Le neuroscienze, con l'alibi della cura di alcune patologie come il Parkinson, consentiranno il passaggio dal 5G al 6G. Lo scopo è arrivare all'Internet of Bodies di massa, a livello planetario: "è questa la fase finale dell'intera operazione del grande reset tecnologico. Lo chiamano progresso, ma in realtà è sfacciatamente transumanesimo".

BAR MEXICO

SABATO DALLE 20.45
KARAOKE & APERICENA

INFO & PRENOTAZIONI
06 399 16 841

Ladispoli
Via Trapani, 9



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





MONDADORI BOOKSTORE

LADISPOLI

VIALE ITALIA, 124

06 83082767

CERVETERI

LARGO ALMUNECAR, 4

06 87081325

CIVITAVECCHIA

VIALE GARIBALDI, 30

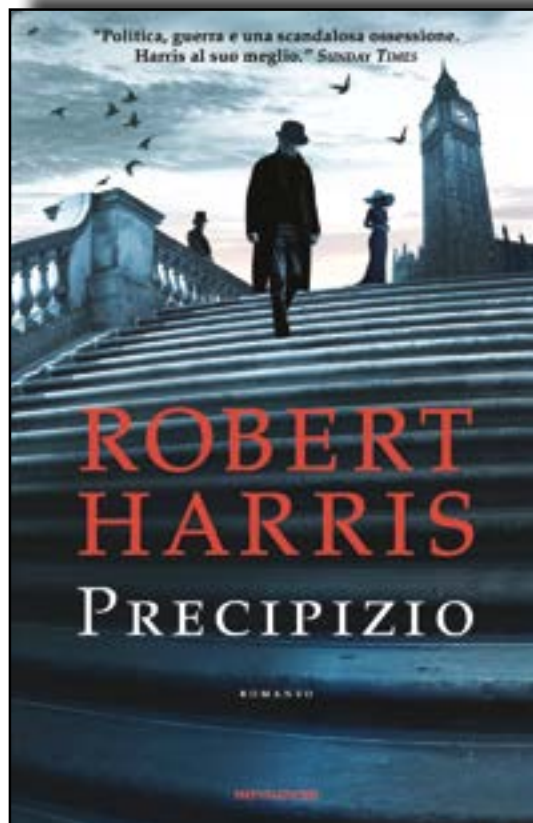
0766 35594

ROBERT HARRIS

PRECIPIZIO

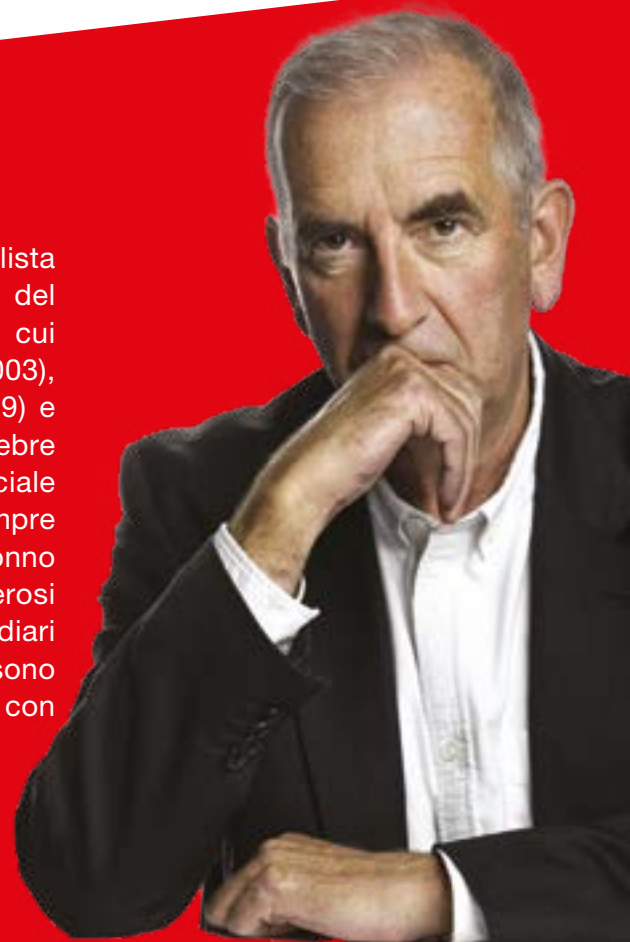
UN THRILLER AD ALTA TENSIONE BASATO SU FATTI REALMENTE ACCADUTI DURANTE LA PRIMA GUERRA MONDIALE

Londra, estate 1914. Mentre l'Europa si avvicina inesorabilmente alla Prima guerra mondiale, Venetia Stanley, un'affascinante giovane donna dell'alta società londinese, intrattiene un fitto carteggio con il primo ministro Herbert Asquith, un uomo sposato con più del doppio dei suoi anni. Venetia è la sua amante clandestina, la sua unica confidente sulle questioni di Stato e, nelle appassionate lettere che i due innamorati si scambiano quasi quotidianamente, Asquith la mette al corrente di informazioni confidenziali sul futuro dell'Europa e di telegrammi diplomatici di estrema riservatezza. Fino a che una grave fuga di documenti sensibili e il conseguente rischio di violazione della sicurezza nazionale non mettono in allarme le alte cariche governative. Paul Deemer, un giovane agente dei servizi segreti, viene ingaggiato per avviare un'indagine in merito. Non ci vuole molto perché Deemer risalga alla relazione tra Asquith e Venetia, e quindi a un loro possibile coinvolgimento nella vicenda. Ciò che da principio appare un semplice scandalo amoroso si trasforma rapidamente in un affare ad alto rischio, in grado di cambiare per sempre il corso degli eventi. Intrecciando fatti realmente accaduti a un magistrale racconto di finzione, Robert Harris fa rivivere con estrema accuratezza uno dei momenti cruciali della storia in un thriller ad alta tensione, dove un'ossessione privata arriva a minacciare il destino di un paese.



Robert Harris

Nato nel 1957, laureato alla Cambridge University, è stato giornalista alla BBC, e uno dei più noti commentatori dell'"Observer" e del "Sunday Times". Nel 1992 è diventato famoso con *Fatherland*, cui hanno fatto seguito *Enigma* (1996), *Archangel* (1998), *Pompei* (2003), la trilogia sull'antica Roma – *Imperium* (2006), *Conspirata* (2009) e *Dictator* (2015) -, *Il Ghostwriter* (2007), da cui è stato tratto un celebre film diretto da Roman Polanski, *L'indice della paura* (2011), *L'ufficiale e la spia* (2014), anch'esso adattato per il grande schermo sempre con la regia di Polanski, *Conclave* (2016), *Monaco* (2018), *Il sonno del mattino* (2019) e *V2* (2020). L'autore ha scritto anche numerosi saggi, fra cui una celebre inchiesta sui falsi diari del Führer, *I diari di Hitler* (2002). Tutte le sue opere, tradotte in quaranta lingue, sono pubblicate da Mondadori. L'autore vive a Kintbury, in Inghilterra, con la moglie e i quattro figli.



PORTO PIDOCCHIO, PARTE IL RESTYLING E SI PUNTA AL MERCATO ITTICO



I PESCATORI AVRANNO I BOX DOPO LA TROMBA D'ARIA DEL 2016

Ladispoli e il suo piccolo approdo erano finiti lo scorso anno nel Piano dei Porti di interesse economico della Regione tramite una delibera che ha previsto nuovi siti e approdi di dimensioni comprese tra i 300 ed i 500 posti barca, in conformità con gli aspetti ambientali e costieri. Intanto però c'è da considerare il presente, e il presente certifica l'inizio di un restyling per Porto Pidocchio, in via Marco Polo. È un'opera molto attesa dai lavoratori professionisti perché da quel novembre del 2016 non ci sono più i box demoliti dal passaggio di una tromba d'aria che creò devastazione sulla costa, e anche due vittime, oltre a una decina di feriti. Nel dettaglio si tratta di 126mila euro per un piano straordinario a valorizzare e promuovere il patrimonio ittico. Si punta a un vero e proprio mercato all'aperto per consentire la vendita diretta del pescato locale stagionale. Il progetto include servizi igienici, docce, spogliatoi, con la possibilità di collocare piccoli manufatti, di facilissima rimozione, a carico degli interessati. È stata pubblicata in queste ore la determina dirigenziale sull'Albo Pretorio del municipio firmata dal comandante della Polizia locale, Sergio Blasi. Provvedimento che include «interventi di adeguamento delle colonnine elettriche al fine del funzionamento degli argani e dei verricelli dei singoli pescatori, nonché l'installazione del cancello carrabile e di doghe in legno per aumentare la resistenza». A breve i

lavori entreranno nella fase clou per risollevarne una categoria che da anni è in difficoltà per via dei problemi relativi all'insabbiamento del fondale marino e dell'erosione ma anche per la mancanza di spazi adeguati dopo il tornado catastrofico. «Avevamo promesso un impegno sul porticciolo – conferma Pierpaolo Perretta, delegato al Demanio Marittimo – e la nostra volontà è anche quella di creare le basi affinché almeno un giorno a settimana venga riservato alla vendita del pesce, magari in modo calmierato anche per valorizzare il pescato della nostra costa. Inizieremo a ragionarci con i nostri pescatori».

Le reazioni. Storici lavoratori che vedono di buon occhio questo cantiere. «Da tanto, troppo tempo – spiega Giampaolo Agrestini del circolo di Porto Pidocchio – siamo alle prese con tante difficoltà. Certamente il discorso della tromba d'aria ci ha penalizzato ma ora avremo a disposizione 12 box che sono fondamentali per l'attività che svolgiamo. Ci saranno celle frigorifere e un'organizzazione diversa del nostro lavoro. In questi anni ci siamo spogliati dentro le auto». Da risolvere ci sono ora le problematiche relative all'erosione in attesa dei 6 milioni di euro che la Regione dovrebbe sbloccare. «Speriamo si faccia in fretta – prosegue il pescatore – alcuni giorni soffriamo e non riusciamo ad uscire con le nostre barche. La scorsa settimana le mareggiate hanno creato danni e siamo costretti ad arretrare di parecchi metri quasi fino alla strada».



DIREZIONE ARTISTICA
Paola Sorressa



dal 1993

La Scuola di Danza

Direzione Didattica MARTA SCARSELLA

- Propedeutica dai 3 anni
 - Classico e Fisiodanza
 - Contemporaneo
 - Hip Hop
 - Danza Adulti
-
- Flamenco
 - Tango Argentino
 - Danze del Sud
 - Danze Caraibiche e Kizomba
 - Danza Orientale
-
- Ginnastica finalizzata alla salute e al fitness
- Metodo Hatha Yoga
 - Metodo Pilates Matwork
-
- Aikidō



Via Nevada, 5 - Ladispoli [Rm] ☎ 06.9912500
☎ 347.5938218 ✉ info@professiondance.it
WWW.PROFESSIONDANCE.COM

LADISPOLI 1400 POSTI LETTO, CERVETERI UN TERZO IN MENO

DATI A CONFRONTO VERSO IL GIUBILEO: SI PUNTA A INTERCETTARE TURISTI

Verso il Giubileo il litorale nord si candida per ospitare turisti e pellegrini che arriveranno in visita nella Città Santa. È un'occasione d'oro senza dubbio per poter intercettare un buon flusso di visitatori e far conoscere le proprie bellezze. Ma come ci arrivano Cerveteri e Ladispoli all'appuntamento? La città etrusca non proprio benissimo sul fronte della ricettività. I posti letto infatti sono pochissimi, superano a malapena quota 400 sommando i vari b&b e altre strutture. Non ci sono alberghi e questo è un tasto dolente. Primo cittadino che ha lanciato pubblicamente anche un appello agli imprenditori affinché mettano risorse in campo per sostenere la ricettività turistica in un territorio immenso che possiede rare bellezze archeologiche ma che non dispone nemmeno di collegamenti interni. Un esempio: per raggiungere la necropoli della Banditaccia dalla stazione ferroviaria di Cerenova partono solo tre bus al giorno e non ci sono nemmeno i taxi a disposizione. Un discorso affrontato già varie volte senza che ci siano state

contromisure. Dal punto di vista religioso l'antico Borgo di Ceri deve far fronte pure alla frana che da oltre un mese ha colpito l'omonima strada di Ceri chiusa al traffico per ragioni di sicurezza. Impossibile una riapertura non prima di un anno. Meglio Ladispoli indubbiamente con almeno 1.400 posti letto per poter ospitare i turisti. Un dato che emerge alla vigilia di un evento atteso e importante che potrebbe spingere anche nella città della sabbia nera migliaia di persone. Si punta al last minute magari dopo il sold out nelle strutture ricettive della Capitale in avvicinamento all'inizio dell'Anno Santo anche se decine e decine di richieste sono già arrivate. Quattro alberghi complessivamente da 282 letti, sommando anche quelli di lusso, un'attività da campeggio da 350, fino ad arrivare a superare anche 1.500 con i tanti b&b dislocati sia in periferia che in centro urbano (ne sono censiti 177). Ladispoli si candida ad essere una delle mete più ricercate dai pellegrini anche per la vicinanza con Roma. Il report è stato certificato da Palazzo





Falcone. «Effettivamente – spiega Marco Porro, assessore al Turismo - Ladispoli sta scoprendo che la ricettività è un’opportunità importante. Le attività proposte in città e la posizione geografica strategica ci rendono un’ottima alternativa senza rinunciare di avere Roma a due passi. I posti letto superano di gran lunga migliaia e in chiave turistica la parabola è in crescita. In passato questa località godeva di una villeggiatura di pertinenza, la classica seconda casa al mare, oggi ha tutte le carte in regola per essere considerata una vera e propria meta turistica. Per questo dobbiamo dare a tutti gli strumenti necessari per riuscire a proporre le soluzioni migliori, valorizzare sempre di più servizi ed inclusione». La nota stonata sono i collegamenti. Negli ultimi mesi ritardi e soppressioni delle corse hanno reso durissima la vita per i pendolari. In più c’è il grave problema dei crocieristi che continuano ad affollare le carrozze riservate a lavoratori e studenti. «Abbiamo più volte richiesto ai vertici delle Ferrovie – prosegue Porro - di potenziare, specialmente nei weekend, la rete di mezzi pubblici che fanno la spola con la Capitale. Ci vogliono più treni specialmente in un periodo come quello del Giubileo». Dal punto di vista della sicurezza sono previsti più controlli da parte delle forze dell’ordine nei punti nevralgici, come allo scalo ferroviario. Proprio per quanto riguarda la ricettività la Pro Loco di Ladispoli in collaborazione con il comune, ha organizzato un salotto di confronto per analizzare il fenomeno bed & breakfast in prospettiva del Giubileo. All’incontro interverranno il presidente della Pro Loco Lazio, Claudio Nardocci, l’assessore Porro, il consigliere regionale e presidente della commissione Turismo Mario Luciano Crea, il direttore generale del Turismo Paolo Giuntarelli, il primo imprenditore a credere in questa formula di turismo su Roma Stefano Franceschetti e un giovane imprenditore locale Alessandro Solofra della società Relax Apartments. A moderare l’evento il giornalista Ricky Filosa. L’appuntamento è fissato per giovedì 5 dicembre alle 16 nella biblioteca comunale.



IL MESSICO A CASA TUA

SERVIZIO A DOMICILIO GRATUITO



Via delle Mura Castellane 56, Cerveteri
06 9955 2640

SCARICA LA NOSTRA APP
E ORDINA AL VOLO!



CAPITANERIA A CACCIA DI SCARICHI NEI FOSSI DI LADISPOLI E CERVETERI



DRONI IN AZIONE PER SCOVARE LE SOSTANZE PROIBITE

Sarà un fine anno all'insegna della lotta al degrado e alla ricerca di scarichi abusivi nei fiumi naturali di Ladispoli e anche Cerveteri. È una vera e propria task force quella della sede marittima della Capitaneria di Porto di Ladispoli-San Nicola a caccia delle situazioni anomale con l'utilizzo di droni. I primi accertamenti erano stati avviati nel fosso Sanguinara, zona sud della città, dopo i lavori del Consorzio di Bonifica che ha rimosso la vegetazione e le canne sulle sponde. Un'azione concreta per appurare la presenza di sostanze proibite che potrebbero compromettere l'ecosistema locale. Il volo aereo è iniziato nell'area Sanguinara che sfocia nel mare tra il lungomare centrale di via Regina Elena e quello di via Marina di Palo. Scene che non sono sfuggite ai pedoni e ai tanti automobilisti di passaggio. La guardia costiera, coordinata dal comandante Cristian Vitale, ha già riscontrato la presenza di due punti sospetti interessati da sversamenti illeciti. Nell'ultimo periodo alcuni residenti avevano segnalato un odore nauseabondo. Compito delle autorità preposte ora sarà quello di valutare da dove provengano gli scarichi, se siano fognari magari relativi a qualche condotta abusiva oppure se arrivino da edifici o complessi abitativi senza le regolari strutture nel sottosuolo. Si capirà meglio nei prossimi giorni. Le indagini di prevenzione ambientale dunque sono soltanto all'inizio e nei

prossimi giorni si concentreranno anche sulle altre zone della città ladispolana, in particolar modo a nord in prossimità del fiume Vaccina i cui argini nei mesi scorsi, in via Cupello, erano stati già sottoposti a sequestro per consentire alla guardia costiera di svolgere tutti i rilievi del caso. Da lì scattò poi l'inchiesta della Procura di Civitavecchia che per inquinamento e gli sversamenti di liquami ha poi spedito cinque avvisi di garanzia al costruttore, al direttore dei lavori, a un funzionario comunale e a due dirigenti della municipalizzata. Situazione comunque rientrata presto dal punto di vista strutturale dopo la realizzazione di un bypass per ovviare all'emergenza. Il drone anche in questo caso volerà a monte nel comune di Cerveteri non solo per verificare le condizioni dello stesso Vaccina ma anche in altri punti come sul fosso Zambra già monitorato in estate sempre dalla Capitaneria di porto che ha poi provveduto a porre i sigilli al depuratore di Campo di Mare gestito dal comune etrusco perché malfunzionante e successivamente dismesso. Un caos esploso in piena stagione estiva con l'amministrazione comunale corsa ai ripari con un bypass per collegare l'impianto di via Navigatori etruschi a quello sulla via Aurelia. Grazie a queste iniziative di controllo e prevenzione, il litorale nord compie un passo avanti nella lotta contro l'inquinamento e nella promozione di un ambiente più sano e sostenibile.



IL CERVETERI WOMEN BATTE IL GRIFONE 2 A 0 LE "MAGIE" DI PERIGLI E BADINI PORTANO LE ETRUSCHE AL SECONDO POSTO IN CLASSIFICA

di Ludovica Serra

Al campo Enrico Galli sabato 23 novembre le etrusche vincono contro il Grifone. Capitan Giulia Perigli e Aurora Badini portano le ragazze del Cerveteri a quota undici punti in classifica. Un 2 a 0 importante, tre punti che consegnano alle Etrusche il secondo posto in classifica. Soddisfatte per il risultato le etrusche, che nel post-partita hanno dichiarato: "Ci tenevamo a far bene e ci tenevamo a portare a casa una vittoria, per bissare sia quella di Ostia Antica della settimana scorsa ma anche per allungare a quattro la striscia di risultati utili consecutivi. Il freddo sicuramente si è fatto sentire, ma abbiamo mantenuto la calma per tutti e novanta i minuti e alla fine il risultato ci ha premiate".

APPUNTAMENTO ALL'ALBERGHIERO DI LADISPOLI

Un tris di appuntamenti dedicati all'Orientamento per gli studenti delle Scuole Medie: l'Istituto apre al pubblico per presentare la sua storia e le sue strutture. Sabato 30 novembre con un "Tè Welcome", (ore 16-18) per proseguire con l'Open night del 14 dicembre (ore 18-20) e concludere il 18 gennaio 2025 con un più tradizionale Open Day (9-12:30). Nel corso degli incontri sarà possibile effettuare una visita guidata dell'Istituto di via Federici con dimostrazioni ed esercitazioni che si svolgeranno nei Laboratori di Cucina, Sala ed Accoglienza Turistica.



dal 1947
Ilari
Francesco

DA OLTRE SETTANT'ANNI
LA QUALITÀ
AL PRIMO POSTO

LONTANI DALLA GRANDE DISTRIBUZIONE
MA VICINI ALLE FAMIGLIE
PROFESSIONALITÀ, ACCOGLIENZA E PASSIONE

NORCINERIA


UNA LUNGA TRADIZIONE DI FAMIGLIA
DAL 1947



CONSEGNE A DOMICILIO

CERENOVA - VIA PIETRO ALFANI, 1

06 9684 4697 ☎ 328 022 2424

SEGUICI SU  ilarifrancesco@hotmail.it

NUOVO LOOK
PER LA PIZZICHERIA DI CERVETERI
VIA AGILLINA 23

"I GIOVANI HANNO VOGLIA DI FARE POLITICA E NOI NE SIAMO LA CONFERMA"



INTERVISTA AI GIOVANI DEMOCRATICI DEL TIRRENO

Nel panorama italiano si percepisce un costante disinteresse della politica verso i giovani. Facilmente appurabile dallo scarso spazio che il dibattito politico offre loro, dai tagli alle politiche giovanili come il bonus cultura e dalla noncuranza verso la necessità di attenzione che i ragazzi a gran voce rivendicano. Sulla base di ciò, per dare rilevanza alle richieste delle nuove generazioni sul territorio, i Giovani democratici del Tirreno portano avanti molte battaglie. Per saperne di più li abbiamo intervistati.

Chi sono i Giovani democratici del Tirreno?

“Sorto da voglia di fare qualcosa a livello territoriale, l’8 luglio 2023 è nato il nostro gruppo per dar voce ai ragazzi della nostra generazione, che spesso non vengono ascoltati. Partendo da questa esigenza abbiamo deciso di declinare sui diversi comuni del litorale il progetto del consiglio comunale giovanile. Progetto avviato a Ladispoli, già organo effettivo a Cerveteri e con lo sguardo verso le elezioni del consiglio comunale giovanile il 1° dicembre di Santa Marinella. Gli obiettivi che perseguiamo sono il miglioramento della città e una crescente partecipazione dei giovani nella vita politica.”

Con quali iniziative portate avanti le vostre battaglie?

“Noi affrontiamo svariati temi come il diritto allo studio, le esigenze dei pendolari, il salario minimo e la sanità, spesso invitando figure di spessore. Ad esempio prima delle elezioni europee abbiamo invitato alcuni eurodeputati candidati come Camilla Laureti, Nicola Zingaretti e Daniela Rondinelli, con l’obiettivo di parlare dei temi europei e proporre dei confronti con figure importanti per creare una coscienza critica della politica. Più recentemente abbiamo declinato su tutti i 3 comuni in ottica unitaria l’iniziativa della raccolta solidale del materiale scolastico. Un evento molto partecipativo col fine di devolvere tutto il materiale raccolto in beneficenza.”

È vero che i ragazzi non sono interessati alla politica?

“Non condividiamo la narrazione che vede i giovani disinteressati, quando invece gli ultimi dati dimostrano il contrario: non sono tanto i giovani che non si interessano quanto gli adulti, ed essendo la maggioranza il dato viene riflesso dal grande astensionismo alle elezioni. Tesi supportata anche dalla grande mobilitazione giovanile alle europee. I giovani hanno voglia di fare politica, ma sono delusi, non si sentono ascoltati. C’è un disinteresse totale e a volte si sentono presi in giro come se la risposta fosse: sei troppo piccolo per far rappresentare le tue idee”



RILASTIL

LABORATORIO DERMATOLOGICO

BLACK FRIDAY

FINO AL 2 DICEMBRE SCONTO **40%**



**Farmacia
Cavallini Maria Teresa**

Omeopatia - Erboristeria - Veterinaria - Sanitaria

DOMENICA sempre aperti 09:00-13:00

Via Vivaldi, 37 - Valcanneto/Cerveteri (Rm) - Tel./Fax 06.99206361

email: farmacavallini@gmail.com  Farmacia Cavallini Dott.ssa Maria Teresa

Orari d'apertura dal lunedì al sabato 8:30/13:00 - 16:00/19:30

LE RADICI DELLA SOSTENIBILITÀ

LADISPOLI, VENERDÌ 29 NOVEMBRE ORE 18

Gianluca Ciampi, esperto di scienze agrarie, presenterà un incontro dedicato alla salute del suolo e alla sostenibilità attraverso il libro "Suolo e salute" di Albert Howard. Un'opera pionieristica che ha gettato le basi dell'agricoltura biologica e moderna. A seguire, il documentario "Kiss the Ground", che esplora il ruolo fondamentale del suolo nella salvaguardia del pianeta. Presso Circolo Chaplin – via Duca degli Abruzzi, 97.

APERITIVO LETTERARIO, "TRA CRIMINE E LIBERTÀ: IL POTERE DEI SEGRETI"

LADISPOLI, VENERDÌ 6 DICEMBRE ORE 19

Libri e delizie culinarie con la doppia intervista a Roberto Frazzetta, autore di "La strada non aspetta" e Paola Mezzogori, autrice di "Dammi vento". Aperitivo letterario presso The Secret - Lungomare Regina Elena 74F.

CIRCOLO LAUDATO SÌ

LADISPOLI, 29 NOVEMBRE 2024 ORE 20.45

Il Circolo Laudato Si' Sacro Cuore di Gesù di Ladispoli vi invita a un evento unico, una serata che combina musica, pensiero e azione concreta per il bene del nostro pianeta. Nella Sala Teatro della Chiesa Sacro Cuore. Protagonisti della serata saranno i Black Drops, una formazione blues dal sound intenso e autentico. Via dei Fiordalisi, 14, Ladispoli Ingresso gratuito.

APERTURA STRAORDINARIA DELLE DIMORE STORICHE DEL LAZIO

SABATO 30 NOVEMBRE E DOMENICA 1° DICEMBRE

Apertura straordinaria e gratuita delle dimore storiche, un'iniziativa che permette di scoprire il patrimonio culturale e artistico del Lazio. Sabato 30 novembre, domenica 1° dicembre; 14 e 15 dicembre i giorni di apertura al pubblico. <https://www.retedimorestorichelazio.it/>

"ATLETA DELL'ANNO 2024 CITTÀ DI LADISPOLI"

LADISPOLI IL 14 DICEMBRE DALLE 14:30 ALLE 19:00

Presso il Palasorbo torna uno degli eventi più attesi a Ladispoli, prenderà il via alle ore 14:30 con l'ingresso delle società, delle associazioni e degli atleti rappresentati, alle ore 15:00 i saluti istituzionali e degli ospiti d'onore. Dalle ore 16:00 le premiazioni, i giochi, la consegna dei gadget e tanto intrattenimento. Le associazioni e società sportive possono comunicare la propria adesione nonché segnalare il proprio "Atleta dell'anno" inviando una mail all'indirizzo atledellannoladipoli@gmail.com con il nominativo e un breve cv sportivo dell'atleta.

PER FARE UN ALBERO CI VUOLE UN SEME

CIVITAVECCHIA, SABATO 30 NOVEMBRE ORE 9

Pineta del Monumento Naturale la Frasca. Mattinata di semina diretta in bosco, non serve nessuna abilità particolare per partecipare, basta abbigliamento da campagna, guanti e paletta. Per partecipare inviare un'e-mail a info@culturabioma.it. con proprio recapito telefonico e nominativi dei partecipanti, entro venerdì 29 novembre. Info cell.3404046439

PRESENTAZIONE DEL LIBRO "TU PUOI FIORIRE"

LADISPOLI, DOMENICA 1 DICEMBRE ORE 11

Laura Vanni, esperta di medicina cinese, presenta il nuovo diario Tu puoi fiorire presso la libreria Scritti e Manoscritti in via Ancona 180. A seguire firmacopie per tutti

CONCERTO DEDICATO A GIACOMO PUCCINI

SANTA MARINELLA, SABATO 30 NOVEMBRE ORE 21

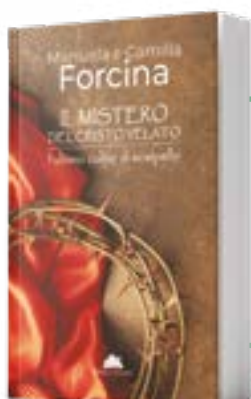
A 100 anni dalla morte di Giacomo Puccini l'Associazione IL MELODRAMMA diretta dal Maestro Roberto Magri, propone un concerto presso la Sala-Teatro della Parrocchia di San Giuseppe. Con l'introduzione, in perfetto dialetto toscano, del Direttore, la magistrale esecuzione da parte di vari interpreti delle melodie tratte da La Bohème, Madama Butterfly, Il Tabarro, Gianni Schicchi, Manon Lescaut, Edgar, La Fanciulla del West e Turandot. In via della Libertà 17.

PREMIO LETTERARIO NAZIONALE CITTÀ DI LADISPOLI

LA PREMIAZIONE SI TERRÀ IL 7 DICEMBRE ALLE 15.30
PRESSO L'AULA CONSILIARE FAUSTO CERAOLO

PREMIO SPECIALE DELLA GIURIA ALLA SCRITTRICE DANIELA ALIBRANDI CON IL ROMANZO *IL BIMBO DI RACHELE* EDITO EDIZIONI UNIVERSO

"Ricevere il Premio Speciale della Giuria nel contesto di un prestigioso Concorso Letterario come Città di Ladispoli è senz'altro un'emozione profonda, oltre che un grande onore. E questo nonostante sia il diciassettesimo premio vinto con i miei lavori. Un riconoscimento reso ancora più significativo perché assegnato al romanzo, pubblicato da Edizioni Universo, che attraverso le vicende personali di una donna e un misurato utilizzo del flash back illumina la storia sociale del nostro Paese, armonizzandola con le bellezze naturali del nostro territorio".
Daniela Alibrandi



TRA LA ROSA DEI FINALISTI NELLA CATEGORIA
LIBRO PROSA EDITO EDIZIONI UNIVERSO,
ANCHE LE AUTRICI MANUELA E CAMILLA FORCINA
CON *IL MISTERO DEL CRISTO VELATO*



La casa
del Pane



Via Fiume, 67 Ladispoli - Tel. 06 9914 4577



Offerte di Natale con i fiocchi

I NOSTRI BRAND:



GIRMI FRIGGITRICE AD ARIA
1000W 3.2LT

Super Prezzo
39,90



LIQUIDO LAVATRICE
DASH POWER 36/45
CLASSICO VARI TIPI

Super Prezzo
6,59



COVERI
TROLLEY
BAIA 1PZ
COLORI E
MODELLI
ASSORTITI

Super Prezzo
55,00



TRIS



DENTIFRICIO AZ
85ML
VARI TIPI

Super Prezzo
0,79

ALLA TUA SPESA
AGGIUNGI
Ad ogni scontrino
SUPERIORE A 30€
E RICEVI SUBITO

1€



MA MAISON SET CHRISTMAS
GUANTO + PRESINA
CM 17X28 ASSORTITO



OPPURE
TAZZA JUMBO
BREAKFAST CC.700

RESTA SEMPRE AGGIORNATO

Ricavi il volantino direttamente
sul tuo smartphone

Scansiona il QR code e iscriviti
anche tu al nostro canale
ufficiale whatsapp!!!



segui su: maurys.it

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

VALIDE DAL 23 NOVEMBRE AL 14 DICEMBRE

salvo esaurimento scorte

Natale

IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO

<p>MA MAISON ALBERO DI NATALE EXTRA SLIM</p> <p>210CM 180CM 150CM</p>  <p>30%</p>	<p>MA MAISON ALBERO DI NATALE EXTRA SLIM INNEVATO</p> <p>180CM 150CM</p>  <p>30%</p>	<p>MA MAISON ALBERO DI NATALE BOCCARASSO</p> <p>240CM 210CM 180CM 150CM 120CM</p>  <p>30%</p>	<p>MA MAISON ALBERO DI NATALE MONTEMAURO</p> <p>240CM 210CM 180CM 150CM</p>  <p>30%</p>
---	--	--	---

 <p>CONFEZIONE PALLE DI NATALE MA MAISON ASSORTITE ELITE 8CM / 12PZ 8PZ / 8CM</p> <p>2,99</p>	 <p>CONFEZIONE PALLE DI NATALE MA MAISON SPECIAL BOX 44 PEZZI ASSORTITI VARI COLORI</p> <p>5,99</p>	 <p>CONFEZIONE PALLE DI NATALE MA MAISON 6CM 40PZ ELITE VARI COLORI</p> <p>6,99</p>	 <p>CONFEZIONE PALLE DI NATALE MA MAISON ASSORTITA 44PZ VARI COLORI</p> <p>7,99</p>
---	---	--	---

35 **SUPER OFFERTE** VALIDE DAL 23 NOVEMBRE AL 14 DICEMBRE [seguidi su: f @ maurys.it](https://www.maurys.it)

TERRANOVA
BRACCIANO

BRACCIANO (accanto Eurospin)
VIA SETTEVENE PALO/VIA DELLA MACCHIA

Collezioni: Donna | Uomo | Bambino | Intimo

OGNI **10€** DI SPESA
ACCUMOLI 1 PUNTO
1 punto = 1€ di sconto
sul prossimo acquisto
*esclusibili per tutto il 2024



APERTO

**NUOVO PARCO
COMMERCIALE**



DEL RISPARMIO



IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO



Natale

<p>MA MAISON ALBERO DI NATALE INNSBRUCK</p> <p>180CM 210CM</p> <p>30%</p>	<p>MA MAISON ALBERO DI NATALE MONTICARLO INNEVATO CON LUCI LED</p> <p>150CM</p> <p>30%</p>	<p>MA MAISON ALBERO DI NATALE LED E FIBRE OTTICHE</p> <p>120CM 60CM 90CM</p> <p>30%</p>	<p>MA MAISON ALBERO IVTA 90CM</p> <p>60CM 90CM</p> <p>30%</p>
---	--	---	---

<p>SOTTOALBERO MAURY S MERRY CHRISTMAS CM 90</p> <p>2,99</p>	<p>SOTTO ALBERO MA MAISON SNOWFLAKE 120CM CON PELLICCIA</p> <p>6,99</p>	<p>SOTTO ALBERO MAMAISON XMAS BOXESX R 23CM</p> <p>4,99</p>	
<p>CAPPELLO BABBO NATALE C/LUCI 34CM PELLUCHE</p> <p>0,69</p>	<p>60X90 ROSSO</p> <p>40X60 GIUTA</p>	<p>LETTERINA BABBO NATALE - BUSTA CON MATITA MA MAISON</p> <p>0,79</p>	<p>SACCA PORTA ALBERO MAURY S PVC 125X45X35</p> <p>5,99</p>
<p>VESTITO BABBO NATALE TAGLIA UNICA</p> <p>2,99</p>	<p>SACCO BABBO NATALE MA MAISON</p> <p>2,49</p>	<p>CASSETTA POSTALE MA MAISON BABBO NATALE</p> <p>3,59</p>	<p>CASSETTA POSTALE XMAS MAURY S 25,5X17,5X15,5CM BOSSA</p> <p>9,90</p>

seguidi su: maurys.it

SUPER OFFERTE

Color your life.

Seguici su

#terranovastyl



MAGAZZINI MAURYS IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO

Natale



IL NUMERO 1 DEL RISPARMIO



PROIETTORE HIGH TECH LED DA ESTERNO VARI GIOCHI DI LUCE

11,99



PROIETTORE HIGH TECH LED DA INTERNO VARI GIOCHI DI LUCE

6,99



TENDA HIGH TECH 160LED 2x2MT VARI COLORI

6,99



TENDA SFALSATA HTC VARI COLORI

14,99

SUPER PREZZO
11,99



PACCHI LUMINOSI CHRISTMAS 2PZ CON MICROLED

15,99



SFERA NATALIZIA MAURY S CON LUCE LED 10CM

1,99



TENDA SPIRALE HIGH TECH 200LED A BATTERIA

3,99



STRISCIA HIGH TECH 90LED 3MT BIANCO GHIACCIO

2,99



SANTA CLAUS LUMINOSO MA MAISON 20LED H 23CM A BATTERIA

7,99



SANTA CLAUS MA MAISON 30LED 20x14,5x10CM

9,90



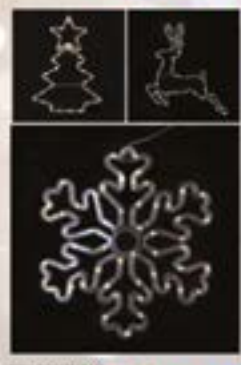
PERCORSO NATALIZIO LUMINOSO MA MAISON 30LED H 36CM A BATTERIA

12,99



LUCI NATALIZIE MA MAISON 80LED BIANCO CALDO A BATTERIA

7,99



DECORAZIONI LUMINOSE HIGH TECH VARI TIPI LUCE LED

4,99

18 **SUPER OFFERTE** VALIDE DAL 23 NOVEMBRE AL 14 DICEMBRE

segui su: maurys.it

SUPER OFFERTE

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

VALIDE DAL 23 NOVEMBRE AL 14 DICEMBRE

salvo esaurimento scorte

SALVAGUARDIA DEL PAESAGGIO

L'architetto Luigi De Falco, su indicazione del locale Presidio di Italia Nostra, verrà incaricato dal Comune di Santa Marinella di predisporre una variante urbanistica che restituisca alla comunità di Santa Severa tre spazi paesaggistici verdi, aperti al pubblico. Nell'incontro con il sindaco Pietro Tidei, che ha espresso piena adesione alle istanze di Italia Nostra, sono state definite e avviate le fasi operative di un provvedimento fondamentale per il bene comune e decisivo per la salvaguardia del Paesaggio e dell'ambiente della "Perla del Tirreno".

A S. MARINELLA L'ANPI PARLA DI IMMIGRAZIONE

Conferenza a cura della sezione ANPI di Santa Marinella "Antonio Margioni" venerdì 29 novembre alle ore 17:00 presso la Casina Trincia (via Aurelia,363) dal titolo "Flussi migratori: apriamo corridoi umanitari e chiudiamo i C.P.R.". Ne parleranno Stefano Galieni, coautore del libro "Non Ci Potete Rinchiudere; la vergogna italiana dei lager per immigrati" e Massimo Magnano, medico dell'ASL Roma 4 e responsabile della Comunità di Sant'Egidio di Civitavecchia.

AL VIA IL 2 DICEMBRE I LAVORI DI RIPRISTINO DELLA OFFICIOSITÀ IDRAULICA DEL FIUME ARNONE A MACCARESE

Gli interventi saranno finalizzati alla rimozione di sedimenti e della vegetazione spontanea all'interno della sezione idraulica. Questi lavori sono necessari per eliminare ogni ostacolo al regolare deflusso delle acque e prevenire possibili rischi, soprattutto in caso di eventi meteorologici intensi.

Gli interventi, svolti con cadenza biennale dai competenti uffici regionali, sono stati anticipati su richiesta dell'amministrazione comunale, che ha sollecitato la Regione a prevedere una calendarizzazione più frequente per rispondere in modo adeguato ai rischi crescenti legati ai cambiamenti climatici e agli eventi di pioggia sempre più abbondanti e intensi.

PROVINCIA PORTA D'ITALIA

Incontro il 4 dicembre 2024 a Cerveteri in Sala Ruspoli alle 17. Sindaci e amministratori dei Comuni aderenti al progetto Nuova Provincia Porta D'Italia si riuniscono: Ladispoli, Cerveteri e Fiumicino. Civitavecchia si è tirata fuori dal progetto.

IL PROGETTO "IMPRESA DONNA"

Presentato a Roma il progetto "Impresa Donna", un programma nazionale pensato per sostenere le donne che vogliono intraprendere un'attività imprenditoriale. "Con questo ambizioso progetto intendiamo organizzare corsi di formazione in gestione aziendale, marketing digitale e accesso ai finanziamenti per fornire alle imprenditrici le competenze necessarie a costruire imprese di successo".

Lo ha detto il presidente di Confimprenditori, Stefano Ruvolo.



ANGUILLARA: EMERGENZA MEDICI DI BASE



LA DENUNCIA DEL CONSIGLIERE COMUNALE DI OPPOSIZIONE SERGIO MANCIURIA CHE SI APPELLA ALL'ASSESSORE REGIONALE MASELLI

Altro che sanità di prossimità. Si fa cronica ad Anguillara l'emergenza medici di base. La cittadina vive con apprensione la tendenza che vede in Italia la progressiva diminuzione della figura del medico generale. E' di questi giorni infatti la notizia che conferma che un italiano su quattro è al momento privo di un medico di famiglia. Per la Federazione italiana dei medici di medicina generale "entro due anni 15milioni di italiani potrebbero ritrovarsi senza medico di famiglia". Ciò comporta un disagio grave per i cittadini per i quali risulta difficile anche la prescrizione di farmaci o esami di approfondimento. A muoversi per cercare di risolvere la situazione ad Anguillara il consigliere comunale di opposizione Sergio Manciuira che, facendosi portavoce delle preoccupazione dei cittadini confluiti anche in una petizione online sul sito change.org, scrive al sindaco e fa appello alla Asl Roma 4. Manciuira in una nota precisa inoltre di aver interessato della tematica l'assessore regionale alla Sanità Massimiliano Maselli. "Ringrazio pubblicamente l'assessore Maselli -

spiega Manciuira che non manca di citare il diritto alla Salute previsto in Costituzione - per essere impegnato alla risoluzione del disservizio la cui difficoltà è legata soprattutto al rifiuto dei medici in graduatoria, di accettare la sede di Anguillara".

Sulla questione la Asl Roma 4 appare assente. Per le famiglie l'assenza o la carenza di un medico di riferimento crea forte smarrimento. In molti sono privati della possibilità di ricevere assistenza anche per cure minime. La situazione è tanto più paradossale se si pensa che il fenomeno si verifica in un momento in cui la Asl Roma 4 si vede impegnata nella realizzazione degli ospedali di comunità. Ad Anguillara sono stati avviati i lavori per la realizzazione di una struttura simile con fondi del PNRR in un'area vicino al campo sportivo Ferdinando Capparella.

"La ASL - sottolinea ancora Manciuira - intervenga in maniera definitiva, perché rifiutare oggi Anguillara per esercitare la professione come dottore di fiducia significa, in prospettiva, evidenziare l'inutilità di questa nuova opera pubblica".



PNEUS CAR di Giacobbe
CENTRO REVISIONI e AUTOFFICINA



OFFERTA NATALIZIA

195 55 16 Kormoran 87v	€ 320,00
185 65 15 Ovation	€ 285,00
175 65 14 Ovation	€ 280,00
205 55 16 Ovation	€ 290,00
185 55 15 Ovation	€ 290,00
205 55 16 Kleber Quadraxer 3TL 4 stagioni	€ 400,00

I.V.A COMPRESA
MONTAGGIO, EQUILIBRATURA
E CONVERGENZA
FINO A ESAURIMENTO SCORTE

OXYHYDRO

CON UN CAMBIO PNEUMATICI
TRATTAMENTO SOLO A € 50 ANZICHÈ €100

ALCUNI DEI NOSTRI SERVIZI

- TAGLIANDI
- PNEUMATICI NUOVI
- CAMBIO STAGIONALE PNEUMATICI
- EQUILIBRATURA E CONVERGENZA
- DIAGNOSI CENTRALINE
- MECCANICA E MOLTO ALTRO

CONTATTI

-  06 99551289
-  Via Fontana Morella, 66/b
-  pneuscar@gmail.com



UNA POLTRONA X2

Rubrica teatrale a cura di Mara Fux



IL DIARIO DI UNA BRAVA RAGAZZA

Debutta venerdì 29 novembre sul palcoscenico dello storico Cantiere Teatrale Accademia Arnone di Roma, nella Sala dedicata al grande attore e caratterista Remo Remotti, lo spettacolo teatrale firmato dal commediografo Nino Marino intitolato “Il diario di una brava ragazza”, monologo diretto da Geppi Di Stasio interpretato dall’attrice romana Roberta Sanzo, noto volto della pubblicità oltre che di numerosissime commedie classiche e contemporanee. Nello scorrere di un testo decisamente brillante, l’interrogativo principale cui con geniale ironia si tenta di rispondere è: ma quando una donna può definirsi una “brava ragazza”? Quando osserva i precetti religiosi? Quando non delinque? Perché se è così, la maggior parte delle donne sono “brave ragazze”! Probabilmente, allude l’autore e con lui il regista, si tratta di una definizione utilizzata più per sottolineare una condizione sociale della donna in oggetto, quasi ad indicare che non abbia altre risorse che ne affermino la personalità all’interno della società tranne contare solo sull’aderenza a un certo stile di vita rassicurante soprattutto per gli altri. Il testo di Marino, vincitore del primo premio del Roma Comic Off, non è solo un copione brillante, ma anche, se non soprattutto, un copione in cui le corde di un’attrice con una certa esperienza possono essere manifestate in toto attraverso un racconto di vita difficile che si conclude così come è iniziato ma con la consapevolezza di non aver sofferto invano. Lo spettacolo sarà in scena fino a domenica 1 dicembre.

Cantiere Teatrale Accademia Arnone

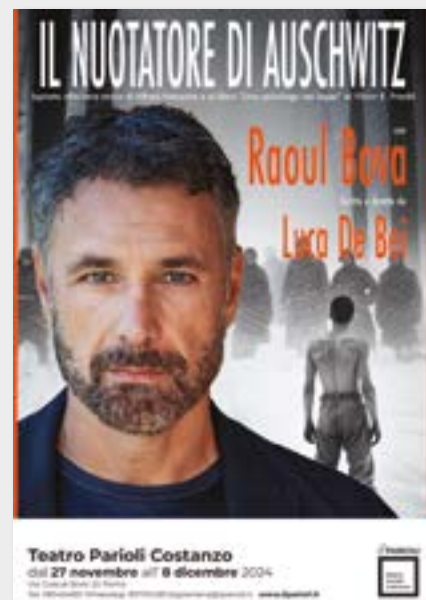
Ciconvallazione Giannicolense 307, Roma – tel. 348 5245894

IL NUOTATORE DI AUSCHWITZ

Fino a domenica 8 dicembre sarà in scena al Teatro Parioli-Costanzo di Roma “Il nuotatore di Auschwitz” spettacolo scritto e diretto da Luca De Bei che per la stesura del testo si è ispirato alla vera storia di Alfred Nakache ed al libro “Uno psicologo nei lager” di Viktor E. Frankl. Interpretato con forte passione da Raul Bova coadiuvato dai contributi video di Marco Renda e dalle musiche originali del figlio Francesco Bova, il recital ripercorre la vita del nuotatore francese di origine ebraica finanche detentore di un record mondiale che però nel campo di concentramento di Auschwitz era semplicemente il detenuto numero 172763. Nonostante la prigionia e le inaudite privazioni, Nakache non smise mai di allenarsi, approfittando della presenza nel campo di un bacino idrico d’acqua gelida in cui si gettava. La sua forza, la sua incrollabile determinazione, gli hanno permesso di attraversare ogni tipo di orrore e salvarsi giungendo persino, una volta libero, a tornare a gareggiare, a conquistare un nuovo record e partecipare nel 1948 alle Olimpiadi di Londra. Nell’interpretazione scenica, raccontando la storia del nuotatore e dell’amicizia nata durante la prigionia con lo psicanalista austriaco Viktor Frankl, Bova si fa forte anche delle sue stesse esperienze di atleta, arricchendo la vicenda con la propria sensibilità e il proprio vissuto. La scena attorno a lui è essenziale, composta principalmente da linee di luci disegnate da Marco Laudando, che diventano corsie in piscina e rotaie che trasportano anime cariche di dolore, per assurgere infine a fughe prospettiche in una tensione verso l’ignoto, l’assoluto, la ricerca di una spiritualità quanto mai necessaria nel tentativo di sopravvivere alla brutalità del lager.

Teatro Parioli-Costanzo, Via Giosuè Borsi 20, Roma

Tel. 06 5434851 servizio Whatsapp 351 7211283



DA NAPOLI ALL'AMERICA



NEL SUO ULTIMO FILM GABRIELE SALVATORES RACCONTA IL VIAGGIO EPICO DI DUE SCUGNIZZI NAPOLETANI CHE SI IMBARCANO COME CLANDESTINI SU UNA NAVE DIRETTA A NEW YORK. LA PELLICOLA È TRATTA DA UNA SCENEGGIATURA RITROVATA DI FEDERICO FELLINI E TULLIO PINELLI

Anche noi siamo stati emigranti in cerca di un sogno di benessere. Lo racconta il premio Oscar Gabriele Salvatores nel suo ultimo film "Napoli-New York", una favola neorealistica dal gusto dolce amaro tratta da una vecchia sceneggiatura di Federico Fellini e Tullio Pinelli ritrovata per caso. Era stata scritta negli anni '40 per un altro regista che poi aveva rinunciato a fare il film. La storia è molto semplice. Potrebbe essere stata raccontata dai nostri nonni o bisnonni. Nell'immediato dopoguerra, tra le macerie di una Napoli piegata dalla miseria, i piccoli Carmine (Antonio Guerra) e Celestina (Dea Lanza) tentano di sopravvivere come possono, aiutandosi a vicenda. Sono due scugnizzi rispettivamente di 12 e 9 anni, senza famiglia né domicilio stabile. Una notte, s'imbarcano come clandestini su una nave diretta a New York per andare a vivere con la sorella di Celestina, emigrata mesi prima. A bordo trovano un amabile commissario di bordo, Garofalo, interpretato da Pierfrancesco Favino, che pensa di adottarli. I due bambini sbarcano in una metropoli sconosciuta, e si accorgono subito di non essere affatto benvenuti, anzi non possono nemmeno entrare in certi negozi e sono trattati come gli uomini di colore. Ma dopo numerose peripezie impareranno a chiamarla casa. *La lunga sceneggiatura ritrovata, di circa 80 pagine, era stata scritta prima che il maestro mettesse a punto la sua personale poetica che lo ha reso famoso nel mondo, spiega Salvatores. Si può parlare invece di*

realismo magico. La storia, prosegue, è stata scritta in un momento di passaggio per il nostro cinema: tra il neorealismo – Fellini tra l'altro aveva collaborato alla sceneggiatura di "Paisà", film che lui stesso cita nel soggetto – la commedia all'italiana e i primi tentativi di un cinema più "fantastico". Salvatores ha cercato di modernizzare il racconto ritrovato che era troppo legato alla sensibilità degli anni in cui era stato scritto. All'epoca, dice il regista, l'America ci appariva ancora come la terra dove si realizzano i sogni. E, infatti, "Napoli-New York" ci racconta una città mitica, vista in innumerevoli film, reinventata in maniera credibile, ma non realistica, integrando scenografia e architetture reali con interventi al computer, così come l'avrebbe potuta immaginare l'autore, anche se gli ambienti e i costumi sono stati ricostruiti con attenzione. E la storia è stata raccontata secondo lo sguardo dei bambini: la macchina da presa è, quasi sempre, collocata alla loro altezza. Carmine e Celestina sono piccoli ma sono fortemente determinati a conquistare una vita dignitosa tanto da essere commoventi. La pellicola, prodotta da Paco Cinematografica con RAI Cinema, in associazione con Groupama Assicurazioni, è certificata da Green Film cioè è stata prodotta secondo specifici criteri di sostenibilità. La storia unica della realizzazione di questo film è diventata anche un volume a cura di Augusto Sainati, edito da Marsilio.

SOTTO SFRATTO I GATTI DELLE MURA AURELIANE



LA CITTADINANZA INSORGE E ARRIVA LA PETIZIONE SUL WEB

I piccoli felini abitano questa magnifica cinta muraria praticamente da sempre. Fu fatta erigere tra il 270 e il 275 d.C. dall'imperatore Aureliano per difendere Roma, capitale dell'Impero Romano, da eventuali attacchi dei barbari. Oggi dei 19 chilometri originari ne rimangono circa 12 e in alcuni tratti sono in condizioni precarie. La struttura difensiva, che cingeva una superficie di quasi 1.200 ettari, è una delle più antiche e meglio conservate che sono rimaste. Tra il 401 e il 403 d. C. l'imperatore Onorio avviò un generale rifacimento delle mura. Oggi per salvaguardare e mettere a frutto questa meraviglia italiana la Sovrintendenza Capitolina punta alla realizzazione del famoso Parco Lineare sfruttando l'occasione offerta dai finanziamenti europei e trattandosi di fondi legati al PNRR i lavori dovranno essere ultimati entro il 2026. E qui scatta l'emergenza per i poveri mici che abitano negli anfratti offerti da queste vecchie mura da secoli e rappresentano anche un'autentica attrazione turistica e che oggi, di fatto, si trovano sotto sfratto. "Ora vogliono di nuovo cancellare una presenza storica per sterilizzare l'ambiente delle mura, come se i felini fossero responsabili del degrado. I gatti non potranno più vivere lì, non potranno essere nemmeno sfamati

adeguatamente, tantomeno potranno rifugiarsi nelle mura", si legge nella petizione lanciata su Change.org, che ha già raccolto più di 2.500 firme. Bruno Marini promotore della petizione tiene a precisare che i gatti non possono essere allontanati per legge, ma ci sono delle difficoltà oggettive che vanno superate per il bene della colonia e soprattutto per evitare che si ripeta quello che era successo in passato. I problemi connessi alla presenza di colonie dei gatti è una costante che si ripete ogni volta che ci sono lavori, in questa benedetta città, prosegue. Anni fa ci provarono pure con Torre Argentina. Fortuna che ci sono le leggi - afferma. Le coline feline, infatti sono considerate dal legislatore patrimonio pubblico e i gatti non possono essere allontanati dal loro "habitat". Non è la prima volta che sono nel mirino, come ci dice il vecchio detto romano "Nun c'è trippa pe gatti". Erano gli inizi del 900 quando il primo cittadino della capitale, Ernesto Nathan, famoso per i suoi tagli alla spesa, scoprì nel bilancio cittadino la voce "frattaglie per gatti", che eliminò prontamente.

La petizione:

<https://www.change.org/GattiMuraAureliane>

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

Facebook: Animal Market Instagram: animal_market



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**



L'oroscopo

che punge ma non fa male

Auguri ai nati del Sagittario



Ariete
Elemento Fuoco

Siete travolti da grande entusiasmo, voglia di fare e mettervi in gioco. Con voi non ci si annoia mai. Attenzione alle spese eccessive.



Leone
Elemento Fuoco

Marte sorride alla vostra irruenza e non si oppone, sappiate approfittare di chi oggi è pronto a porgere una mano. Sappiate perdonare.



Sagittario
Elemento Fuoco

Le feste vi turbano da sempre rendendovi malinconici, organizzate una vacanza scegliendo una meta vivace e mondana.



Toro
Elemento Terra

La mancanza di fiducia negli altri vi rende soli. Vi sentite appagati quando procurate piacere ma al contrario, è difficile poter ricambiare.



Vergine
Elemento Terra

La salute si riprende e vi sentite pronti per pianificare la settimana. Già pregustate le vacanze in arrivo. L'attesa del Natale vi rende felici.



Capricorno
Elemento Terra

Le difficoltà si diradano, provate a rimanere calmi e siate ottimisti. La vita vi regala sorprese per la fine dell'anno



Gemelli
Elemento Aria

Grandi novità in ambito lavorativo, finalmente le stelle vi supportano per raggiungere le vette prefissate. Attenzione solo alla salute.



Bilancia
Elemento Aria

Vi sentite inadeguati e lontani da chi vi sta attorno. La soluzione però è dietro l'angolo. Guardate con attenzione.



Acquario
Elemento Aria

L'amore è capriccioso, porta momenti dolorosi da affrontare con la consapevolezza che a tutto c'è rimedio.



Cancro
Elemento Acqua

Evitate situazioni scomode per non perdere la pazienza. Con la Luna storta poi, la possibilità aumenta. Contate fino a 1000...



Scorpione
Elemento Acqua

Se il partner vi tiene il muso ed ha ragione, la soluzione vincente è sommergerlo di sorprese, a partire da questa sera.



Pesci
Elemento Acqua

Soddisfazione sul lavoro, un riconoscimento economico in arrivo per l'impegno profuso. Festeggiate con gli amici di sempre.

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

Tabaccheria CATALDI
BIGLIETTI COTRAL - BIRG - ABBONAMENTI MENSILI

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



FARMACIA
MEXICO

Da **SABATO 30 NOVEMBRE** sarà attivo
il nuovo servizio di **INFERMIERE IN FARMACIA**.
Prenota il tuo appuntamento!

Scarica l'app e scopri
BUONI SCONTO e **OMAGGI**
a te riservati!



I NOSTRI SERVIZI

- **ECG ADULTI E BAMBINI**
(valido anche per attività sportiva)
- **HOLTER CARDIACO**
- **HOLTER PRESSORIO**
- **HDL/LDL/TRIGLICERIDI/COLESTEROLO**
- **EMOGLOBINA GLICATA/GLICEMIA**
- **MISURAZIONE PRESSIONE **GRATUITA****
- **INFERMIERE IN FARMACIA **Novità****
- **TEST STREPTOCOCCO **Novità****
- **BREATH TEST PER HELICOBACTER
PYLORI **Novità****

ORARIO CONTINUATO

dal lunedì al sabato dalle 8:30 alle 20:00



www.farmaciamexico.it

info@farmaciamexico.it

06 52727267

350 1372771



A cura del
Dottor Professor ALDO ERCOLI

IPOTIROIDISMO PRIMARIO QUANDO LA TIROIDE NON RISPONDE

Quando i livelli degli ormoni tiroidei (FT4 e FT3) sono inadeguati alle esigenze metaboliche dell'organismo si instaura una patologia chiamata **ipotiroidismo**. Assai più raramente vi può essere una resistenza, a livello dei tessuti, di questi ormoni. La carenza di quest'ultimi riduce la disponibilità energetica; vi è una riduzione globale del metabolismo; un accumulo di mucopolisaccaridi, colesterolo, carotenoidi. La forma più comune è l'**ipotiroidismo primario**, dovuto ad un'insufficienza funzionale tiroidea: il TSH, ossia le tireostimuline Ipofisarie, è elevata sopra il range della normalità (superiore a 4-5 microU/ML) mentre le frazioni libere degli ormoni tiroidei (FT4 e FT3) hanno valori bassi. La tireostimulina (TSH) cerca di stimolarla, ma inutilmente, la ghiandola tiroidea che, nella maggior parte dei casi, è devastata dalla **tiroidite cronica autoimmune di Haschimoto** (più di rado è causata da radioterapia o tiroidectomia). **Altre cause di ipotiroidismo primario** sono: **a)** ipotiroidismo congenito (carenza di iodio nella dieta oppure agenesia della tiroide); **b)** difetto enzimatico nella biosintesi degli ormoni tiroidei; **c)** farmaci ad azione antitiroidea (amiodarone, litio, impiego di mezzi di contrasto a base di iodio, interferone, acido paraminosalicilico, fenilbutasone, alimenti presenti nelle piante crucifere (rape, ravanelli, cavoli, cavolfiori etc.); **d)** malattie infiltrative della tiroide (emocromatosi, ossia il "diabete bronzino" con sideremia, transferrina e ferritina aumentata; sarcoidosi, sclerodermia). **L'ipotiroidismo primario è sempre periferico** a differenza di quello centrale, sia esso secondario o terziario. **La patologia centrale** secondaria è dovuta a deficit ipofisario (ghiandola madre) con insufficiente secrezione di TSH (basi valori). Nella maggior parte dei casi è provocata da tumori, dalla sella turcica, ipofisari (Rx sella turcica) o dal cranio faringioma (emianopsia biotemporale). **La patologia centrale terziaria**, sempre con insufficiente secrezione di TSH, è la conseguenza di lesioni del peduncolo ipofisario o dell'ipotalamo. Quindi un TSH alto è dovuto ad ipotiroidismo primario; se invece è basso a ipotiroidismo centrale secondario o terziario. In tutti i casi sono bassi gli ormoni tiroidee circolanti (FT4, FT3).

SALUTE E BENESSERE



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.*

Prima ancora di prescrivere analisi tiroide,CPK (anche MB), LDH (questi ultimi tre sono in genere elevati) devo ricorrere, come sempre, **all'anamnesi, alla semeiotica, alla visita medica.** Accenno solo **all'ipotiroidismo congenito** (insorgenza precoce in età neonatale infantile con nanismo – disarmonico) e **all'ipotiroidismo giovanile** (ritardo di sviluppo somatico e psichiatrico che compare quasi sempre prima dell'adolescenza). **Il presente articolo è incentrato sull'ipotiroidismo dell'adulto.** Quali sono i suoi sintomi e segni? Negli stadi iniziali sono assai sfumati: freddolosità, turbe dell'umore, ridotta capacità di concentrazione, astenia, ipotensione, perdita di capelli, deficit di memoria, lieve aumento di peso con poco appetito, menorragia. Quando si riscontra una lieve ipertensione diastolica con bradicardia (all'ECG anche complessi QRS di bassa ampiezza ed onde T appiattite o invertite); mani e piedi freddi con cute pallida e pastosa (talora il palmo delle mani è giallognolo per eccesso di carotenoidi); deficit dei riflessi profondi ... dobbiamo sospettare che la condizione sia più grave. La voce poi si fa roca, la caduta dei capelli è assai marcata, vi è edema palpabile, lingua ingrossata, ipotermia, torpore letargico fino al coma mixetomatoso e depressione respiratoria. Malattie infettive, abuso di narcotici, forti perfrigerazioni predispongono a questa disastrosa evoluzione. Il mixedema è una complicanza grave (oggi assai meno frequente di prima), dovuta all'accumulo di polisaccaridi idrofili nel derma ed in altri tessuti: vi è indurimento della cute ed aumento degli organi colpiti (es. cardiomegalia da ipotiroidismo). Da studente in medicina lo cercavo a livello tibiale, poco sopra le caviglie. Attualmente, per fortuna, non vedo più questi quadri clinici così gravi. Occorre intervenire prima con gli accertamenti diagnostici sia sierologici sopracitati che con esami strumentali (ecografia della tiroide, eventuale scintigrafia tiroidea). Nei pazienti con ipotiroidismo su base autoimmunitaria (Hascimoto, più frequente nelle donne) gli anticorpi antiperoxidasi ed antitireoglobulina sono presenti nel 95% dei casi. Una nota da non trascurare è l'**ipotiroidismo subclinico**, caratterizzato da livelli sierici di TSH superiori alla norma mentre i valori degli ormoni tiroidei sono nei limiti. Si rincontra più frequentemente nei soggetti sopra i 70 anni. Personalmente li invio dall'endocrinologo e non li tratto con la tiroxina 0,5 – 2 microU/L. Mi consulta sempre con lo specialista quando i valori di TSH siamo ben oltre i 5 micro/U/L. L'ipotiroidismo dell'adulto si può curare con una terapia a base di tiroxina, in genere 75 – 150 mcg per capsula, una volta al giorno. Dipende dall'età, della massa corporea, dalla presenza di cardiopatie. Nei pazienti giovani o di media età, si può iniziare con 100 mcg 1 volta/die. Nei cardiopatici è bene iniziare con dosi molto basse (25 mcg per cps 1/die), aspettare 6 settimane, controllare gli esami ematici, aumentando il dosaggio fino a raggiungere una dose di mantenimento.

naturasi segnalato da GAMBERO ROSSO

BEN DI BIO

ALIMENTI FRESCI
E CONFEZIONATI
PRODOTTI A KMO



UOVA FRESCHE
E PANE LOCALE
TUTTI I GIORNI



ECODETERGENZA
E BIOCOSMESI
(DETERSIVI ALLA SPINA)

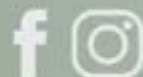


FITOTERAPIA
INTEGRATORI
OLI ESSENZIALI

INCENSI
E LAMPADE
DI SALE



LADISPOLI
Via Ancona 170
Tel. 06.99222248
Cell. 347.5215221

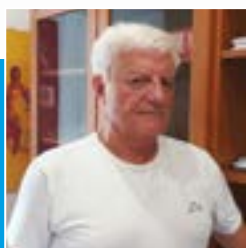


www.bendibio.it

L'ORTICA *punge* MA FA MOLTO BENE



L'Ortica è una pianta erbacea perenne, appartenente alle Urticacee, con fusto e foglie coperti di peli che, al contatto, secernano un acre umore irritante (più l'urtica urens che l'ortica dioica) più intensa agli inizi di maggio. La dioica (ortica maggiore) è comunissima lungo le strade, i fossi nei terreni incolti, presso le case, dal mare alle regioni alpine, in tutta Italia e nel mondo, dal mare sino a 3100 metri di altezza. L'urtica urens pur avendo la stessa universale ubicazione va dal mare ai monti fino a 2200 di altezza. "L'Ortica punge ma non fa male?" direi che se si studiasse di più questa pianta farebbe tanto del bene. Diciamoci la verità. Gli studi clinico - farmacologici sono stati assai scarsi perché non convenienti economicamente. Eppure le sue attività principali (diuretiche e depurative; uricolitiche, antinfiammatorie e stimolanti) trovano impiego negli stati infiammatori delle vie urinarie, malattie reumatiche, gotta, prevenzione trattamento della litiasi renale, ipertrofia prostatica non grave (1 e 2 stadio). L'Ortica è un ottimo ricostituente e remineralizzante. Nei componenti principali dei frutti vi sono grandi quantità di proteine. Nelle parti aeree vitamina A,B2,C,K, acido folico, vit P.P., sali minerali con prevalenza di potassio e calcio, flavonoidi. Negli estratti di urtica dioica sono stati trovati tutti gli aminoacidi essenziali (Laboratori Inverni e Della Beffa. Milano). Le foglie, per la ricchezza in minerali (ferro e silicio) e soprattutto di clorofilla costituiscono un ottimo remineralizzante ed antianemico, valido in tutte le fasi della vita. Ricordiamo che la clorofilla possiede una formula chimica simile all'emoglobina umana da cui differisce soltanto per la presenza dell'atomo di magnesio al posto di quello di ferro. In tempi di guerra le popolazioni che si spopolavano dalle città assediate, rifugiandosi nelle campagne e nei boschi, sopravvivono molto meglio dei cittadini assediati che restavano in città. E' questo grazie ai vegetali ed in particolare all'Ortica. Altro che anemia!



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.*

L'organismo umano sarebbe in grado di utilizzare i gruppi pirrolici della molecola della clorofilla e l'azione emopoietica della pianta scaturirebbe dall'elevata presenza di clorofilla (E. Campanini. Dizionario di fitoterapie e piante medicinali. 1998). Non credo che uno sconosciuto fitoterapeuta, quale l'Antonelli, abbia troppo esagerato quando nelle prime decadi del 1900 scriveva che l'Ortica, nella storia umana, aveva salvato molti individui. Non dobbiamo avere orrore dell'Ortica, diceva, perché punge e provoca prurito. Lei è come un uomo burbero, ma molto buono di cuore. Oggi è ampiamente dimostrato che (stato rivitalizzante a parte) le forme reumatiche, gli stati iperuricemici, la gotta giovano molto con una terapia a base di estratti di Ortica. L'aumento della depurazione renale, conseguente anche modificazioni epatiche, incrementa la diuresi con conseguente depurazione urinaria, eliminazione delle scorie, diminuzione dell'uricemia (e della renella), della colesterolemia. A livello intestinale la pianta, oltre all'azione astringente (tannino), comporta un'attività normalizzatrice della flora batterica intestinale, attribuibile almeno in parte alla secretina, un ormone umano, prodotto dall'intestino tenue che stimola la secrezione biliare e pancreatico, con ricchezza di acqua e bicarbonato. Un piatto di Ortica porta validi elementi nutrizionali. P. Fournier si lamentava, già alla fine degli anni 40: <La pianta non figura più nelle nostre tavole se non a titolo eccezionale> (Le livre des plantes médicinales et vénéneuses de France 1947). Per quanto concerne l'apparato urinario numerosi studi clinici hanno attestato la sua grande utilità nell'ipertrofia prostatica al 1 e 2 stadio, con una riduzione del residuo urinario, post minzionale dopo due mesi di trattamento di estratto alcolico, netta diminuzione della nicturia mentre molto modesta resta, all'ecografia, la diminuzione del volume prostatico (Goetz p. La revue de phytotherapie pratique. 1989). I campi di azione di questa straordinaria pianta sono tanti. Vorrei soffermarmi sulle frizioni cutanee nei dolori reumatici e nelle nevralgie (dolori degenerativi artrosici ma anche lombalgie e tendiniti). L'iperemia che si manifesta stimola i tessuti locali. Lo stesso dicasi quando con la Tintura Madre, oppure il succo, si stimola il cuoio capelluto, tonificandolo, impedendo la perdita dei capelli, facendo sparire la seborrea. Concludo con una domanda. Quanti sono i prodotti fitoterapici da banco che contengono l'Ortica? Una marea. Ricordo solo l'associazione con le Sabal serrulata (Serenoa repens, il Pygeum africano nel trattamento dell'ipertrofia prostatica). Quello con l'Equisetum e l'Achillea nella renella (T.M. anaparti 40 gtt x 3 volte die); Urtica, Bardana (30 gr), Viola tricolor (30 gr radici) infuso al 4% per lavaggi delicati sulla testa.

CONVENZIONATO
ASL



SERVIZI

- PLANTARI SU MISURA
- CALZATURE SU MISURA
- PROTESI E TUTORI
- TUTORI PREDISPOSTI
- AUSILI
- ELETTROMEDICALI
- NOLEGGIO AUSILI
- NOLEGGIO ELETTROMEDICALI

CERVETERI

Via Piave, 11/B

353.4526976

www.ortopediavitaliti.com



PRONTO SOCCORSO DENTISTICO UN SERVIZIO D'ECCELLENZA



Il pronto soccorso dentistico è un servizio estremamente delicato, ragion per cui, a garanzia di sicurezza di questa prestazione questo impegno è assolto soltanto da dentisti di collaudata esperienza che sappiano proporre ed effettuare un trattamento odontoiatrico d'urgenza nella maniera semplice e rilassata per un paziente spesso sofferente da giorni.

Se hai bisogno di assistenza medica urgente per un problema dentale, il pronto soccorso odontoiatrico è la soluzione migliore per te.

Un pronto soccorso odontoiatrico è una struttura sanitaria specializzata nell'assistenza di pazienti che presentano emergenze odontoiatriche. L'accesso è aperto a tutti i pazienti, anche a coloro che non sono registrati con un dentista di fiducia.

La struttura è in grado di fornire cure immediate e mirate per una vasta gamma di emergenze odontoiatriche, come ad esempio dolore improvviso, sanguinamento dalle gengive, fratture dentali, avulsione dentale, ascessi dentali e molte altre patologie.

In caso di emergenza odontoiatrica, è importante non sottovalutare la situazione e rivolgersi tempestivamente al pronto soccorso odontoiatrico.

Il personale sanitario specializzato sarà in grado di fornire una diagnosi accurata e un trattamento tempestivo per alleviare il dolore e prevenire complicazioni future.

È importante sottolineare che il pronto soccorso odontoiatrico non sostituisce la regolare assistenza dentale. Dopo il trattamento di emergenza, il paziente sarà invitato a rivolgersi al proprio dentista di fiducia per un controllo successivo e la continuazione delle cure.

In sintesi, il pronto soccorso odontoiatrico è la soluzione ideale per coloro che hanno bisogno di assistenza medica urgente per problemi odontoiatrici.

Con personale altamente specializzato e attrezzature all'avanguardia, la struttura è in grado di fornire cure immediate e mirate per una vasta gamma di emergenze odontoiatriche. Ricorda, tuttavia, che la regolare assistenza dentale è essenziale per mantenere la salute dei tuoi denti e prevenire problemi futuri.



Dottor Gabriele di Cesare
Medico Chirurgo
Odontoiatra

Bracciano- Viale Odescalchi 14
Roma- Via Trecate 13
Mio Dottore - Unidentclinique.it
Info 3395702206



STUDIO DENTISTICO

Dottor Gabriele Di Cesare

**PRONTO INTERVENTO
ODONTOIATRICO**

ORARIO 9-21 anche festivi e prefestivi



CERCACI ONLINE



- > **CONVENZIONI** CON VARI ENTI (Unisalute, Casagit, ecc.)
- > **FINANZIAMENTI** ANCHE A TASSO 0
- > **ORTOPANORAMICA** DIGITALE IN SEDE



unidentclinique.it

**TECNICHE DI IMPLANTOLOGIA A CARICO IMMEDIATO
E COMPUTER GUIDATA 3D**

**LE NUOVE FRONTIERE DELL'ODONTOIATRIA:
RISULTATI IMMEDIATI, PRECISIONE ASSOLUTA,
NO INCISIONI, NO PROBLEMI POST CHIRURGICI**

BRACCIANO - Viale Odescalchi, 14 (stazione) 06.99805549 - 339.5702206
ROMA - Via Trecate, 13 (angolo Via Boccea - Via di Selva Candida) 06.6155071

benessere

IPERTENSIONE E ATTIVITÀ FISICA: QUALE SPORT AIUTA A RIDURRE LA PRESSIONE? È SICURO ANDARE IN PALESTRA?



SALUTE E BENESSERE



Roberto Frazzetta

Osteopatia viscerale
Shiatsu - MTC
Kiniesologia Applicata



Cerveteri - Via del Sasso, 84

Per appuntamento:

Cell. 349.0502127 - 349.6647914

www.centrolisticosamsara.it

L'attività fisica è un elemento cruciale nella prevenzione e nella gestione dell'ipertensione arteriosa primaria, specialmente quando si tratta di fattori di rischio modificabili.

Alcune forme di ipertensione ad alto contenuto genetico possono essere meno reattive alla terapia fisica, nutrizionale o al controllo del peso, rendendo necessaria la terapia farmacologica. Esercitarsi regolarmente migliora la salute cardiovascolare e aiuta a mantenere un peso corporeo adeguato, due dispositivi essenziali nella lotta contro questa "malattia del benessere". Tuttavia, è importante sottolineare che alcune attività fisiche possono essere particolarmente impegnative per il corpo, e quindi vanno evitate o praticate con cautela. Raccomandazioni specifiche dovrebbero sempre provenire da un medico sportivo.

La pressione sanguigna è la forza con cui il cuore pompa il sangue nei vasi. La pressione sistolica (nota come "massima") si verifica quando il cuore si contrae, mentre la pressione diastolica (o "minima") si verifica mentre il cuore si rilassa.

Le persone con ipertensione, note come ipertesi, sperimentano un incremento della pressione sulle pareti dei vasi sanguigni, con possibili aumenti sia della pressione sistolica che di quella diastolica.

Secondo le linee guida dell'OMS, un individuo è considerato iperteso quando la pressione sistolica è pari o superiore a 140 mmHg o quando la pressione diastolica è pari o superiore a 90 mmHg. Questa condizione è particolarmente comune tra le persone anziane; oltre il 50% di chi ha più di 65 anni ne soffre.

La maggior parte dei casi (90-95%) è definita essenziale, in quanto le cause precise sono sconosciute, mentre forme secondarie (5-10%) presentano eziologie ben identificabili.

L'ipertensione danneggia nel tempo i vasi sanguigni, colpendo vari organi "bersaglio" come cuore, reni e cervello, e predisponendo a gravi eventi come ictus, infarti e insufficienza renale. A lungo termine, essa richiede un maggiore sforzo da parte del cuore, con il rischio di sviluppare scompenso cardiaco.

Per gestire l'ipertensione, è essenziale adottare un corretto stile di vita, eliminando fumo, riducendo lo stress e mantenendo un peso salutare. L'attività fisica svolge un ruolo fondamentale: si consiglia un esercizio aerobico regolare (camminata, corsa, nuoto, ciclismo), da praticare almeno 3-5 volte a settimana per 20-60 minuti, con sforzi equivalenti al 40-70% della massima capacità fisica. Questa pratica può portare a una riduzione della pressione arteriosa simile a quella ottenuta con farmaci.

L'attività aerobica riduce le resistenze vascolari e promuove l'ossido nitrico, un potente vasodilatatore, apportando così significativi benefici cardiovascolari.

Oltre a regolare la pressione sanguigna, l'esercizio fisico migliora la tolleranza agli zuccheri e abbassa il livello di colesterolo LDL, il "cattivo", aumentando al contempo il colesterolo HDL, il "buono". Una vita sedentaria e una dieta non equilibrata contribuiscono all'insorgenza dell'ipertensione, rendendo l'attività fisica una priorità.

Quando si tratta di esercizi di forza, specialmente quelli isometrici, è importante moderare l'intensità e la frequenza. Esercizi leggeri, come il sollevamento di piccoli pesi o esercizi guidati con carichi moderati, possono essere utili, mentre il sollevamento pesi ad alta intensità e il bodybuilding sono da evitare, poiché provocano picchi pressori pericolosi.

Si raccomanda di combinare esercizi aerobici con attività di tonificazione per allenare il cuore in modo equilibrato, prevenendo il rischio di ipertrofia cardiaca.

Per mantenere un buon stato di salute, è fondamentale adottare un approccio olistico all'allenamento, che comprenda sia esercizi aerobici che di tonificazione, per supportare articolazioni e scheletro e migliorare la postura. Attività consigliate includono tapis roulant, cyclette, nuoto e jogging, seguite da un circuito di tonificazione che monitori la frequenza cardiaca. In questo modo, si favorisce una circolazione sana e si previene l'ipertensione, abbinando sport e alimentazione equilibrata per una salute ottimale.

www.globalwatersolution.it



**POTABILIZZAZIONE
POZZI E CISTERNE
ADDOLCITORI
RICARICA CO2
OSMOSI
ANALISI ACQUA**

 **339 39 04 634**  **0669411137**

 [globalwatersolution.ladispoli](https://www.instagram.com/globalwatersolution.ladispoli)

 [globalwatersolutionladispoli](https://www.facebook.com/globalwatersolutionladispoli)

**NUOVO SHOW ROOM
LADISPOLI
Via dei Garofani, 12**

**Centro Commerciale
Piazza Grande
MA SUPERMERCATI
GROS**



RELAZIONI DISTACCATE E DISTANZIANTI 2° PARTE

Nella prima parte di questo articolo ho accennato a come le esperienze emotive con i caregivers (coloro che si prendono cura del bambino) strutturano, fin dall'età neonatale, il modo tipico con cui il bambino e poi il futuro adulto si porranno nei confronti delle relazioni intime: quello che in psicologia viene chiamato "lo stile di attaccamento". Vi sono diversi "stili tipici" che sono stati delineati dalla ricerca psicologica sul tema sull'attaccamento e qui affronto quello "distanziante". Questa scelta è legata al fatto che, anche se nella pratica clinica non è frequente la richiesta di aiuto da parte di queste persone, esse riescono a trarre ottimi benefici e profondi cambiamenti da "quell'esperienza emotiva correttiva" (Alexander) che è la psicoterapia. E questa considerazione mi aiuta ad introdurre quello che è l'aspetto centrale di questo stile relazionale: l'ostentazione dell'indipendenza emotiva, il "fare da soli", il "contare solo sulle proprie forze" e dunque il non chiedere aiuto nei momenti di difficoltà (motivo per cui è difficile che chiedano aiuto ad uno psicoterapeuta per le loro sofferenze emotive). Dietro questa immagine di sicurezza e forza che prospettano a chi gli sta vicino ed anche a se stessi, in realtà si cela una grande insicurezza ed un terrore della dipendenza affettiva da un altro essere umano (con altri esseri viventi è diverso, poiché le loro esperienze di rifiuto e trascuratezza le hanno sperimentate con gli esseri umani e sono questi che temono). Insomma, temono (inconsiamente) che "avvicinarsi" troppo ad una persona, cioè "attaccarsi", possa essere pericoloso poiché hanno un'aspettativa inconscia che si ripeteranno le esperienze dolorose dell'infanzia in cui la dipendenza affettiva dai genitori (inevitabile per un bambino) è stata fonte di angoscia e sofferenza. È lì, nella primissima infanzia, che, per via del processo di adattamento alla realtà, hanno strutturato dei meccanismi di difesa "evitanti" rispetto ai legami affettivi. E ciò che funziona nell'infanzia è restio ad essere abbandonato dopo, anche se poi non è più utile: per il modo in cui funziona la psiche, il bisogno di protezione, mosso dalla paura del dolore emotivo, è decisamente più forte del desiderio di essere felici. Le conseguenze più frequenti di questo modo di stare al mondo sono: un'accentuata vulnerabilità ad episodi depressivi nel corso della vita, una grande quota di rabbia più o meno inconscia, una fatica a tollerare per lungo tempo stati di intimità con altri, una tendenza a "costruire" il proprio quotidiano escludendo la presenza di altre persone e un generale atteggiamento diffidente e di allerta che li porta a "staccarsi" rapidamente dagli altri, come se non si fossero mai legati a loro. D'altronde dalle persone hanno imparato a loro spese che non ne vengono "cose buone", per cui si aspettano solo il peggio. E il fatto che non sono venute cose buone e che non si sono sentiti amati li lascia anche con un'immagine negativa di sé stessi: si sentono cioè colpevoli e responsabili del trattamento ricevuto, "cattivi" e in un certo qual modo "difettosi". Da qui la vergogna e la rabbia (più o meno inconscia) che dunque è rivolta anche contro se stessi.

SALUTE E BENESSERE



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

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



DIETETICI

FITOTERAPICI

SERVIZIO GRATUITO
FARMARECUP

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



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

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

NOVITÀ IN CABINA ESTETICA DIGITAL PRESS



UNISCE 3 TECNOLOGIE:
PRESSOTERAPIA
ELETTROSTIMOLAZIONE
INFRAROSSI
PER IL DRENAGGIO LINFATICO
E LA TONIFICAZIONE DEL CORPO

www.farmaciapratocavalieri.it - 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





SALUS
MEDICAL CENTER

DA OLTRE
40 ANNI
AL SERVIZIO DELLA
VOSTRA SALUTE

Scopri le nostre promozioni
www.grupposalus.net

☎ **06 99.49.944**

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