www.ilfaroinrete.it

Il Faro

Giornale di Informazione, Comunicazione in Rete ed Eventi

EDITRICE E
DIRETTRICE RESPONSABILE
VALENTINA TACCHI

Mensile a carattere Sociale e Culturale
Numero 110 Anno XIV
Febbraio / Marzo 2020
Chiuso in Redazione il 31 Gennaio 2020

EDITORIALE PAG 3

PER CONTATTI E PUBBLICITÀ - Tel. 347/8521307 - direzioneilfaro@gmail.com - www.ilfaroinrete.it

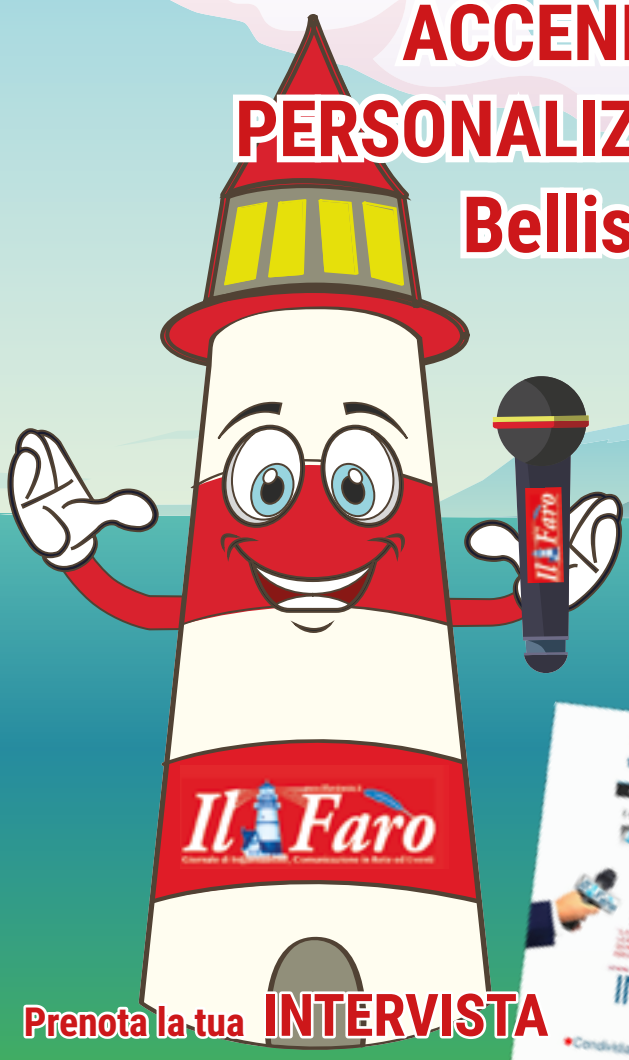
GIORNALE | INTERNET | SOCIAL | RETE | EVENTI | BUSINESS NETWORKING

ACCENDI IL TUO SPAZIO PERSONALIZZATO NEL FARO 2020!

Bellissime Sorprese!

SARAI UN PUNTO DI RIFERIMENTO DELLA NOSTRA COMMUNITY!

"Il tuo Faro. Ti è accanto per illuminarti,
un cuore fisso nella terra e non sarai mai solo.
Con gli occhi rivolti oltre i confini:
creatività, sorriso ed unione saranno le navi che
approderanno nella tua vita".



Prenota la tua **INTERVISTA**
Scritta e Video ovunque in RETE!

Editoriale pag 3

Eventi pag 2 45 46

Salute e Medicina da pag 20 a pag 30

Attualità pag 4 5 6 8 29

Cinema e Arte pag 31 e 44

Sentimenti pag 34 e 35

I Professionisti della casa pag 15 e 16

Auto e Sport pag 18, 29 42, 43

I professionisti pag 9 13 17 18

Municipi pag 11 e 12

Benessere pag 32 33

Il Faro dei Vigili del Fuoco da pag 38 a pag 41

Grandi connessioni in una nuova Community in Rete: il portale 2.0 del Faro! Un Circuito di realtà, imprenditori, professionisti, aziende, enti pubblici e Vigili del Fuoco a livello nazionale/ internazionale!
Ideale per la tua Campagna pubblicitaria!

www.ilfaroinrete.it

Torna “Sport in Famiglia”al laghetto dell’EUR:

un appuntamento sportivo e sociale simbolo della Capitale

L'unico Evento terra-cielo-acqua dal 25 Aprile al 3 Maggio 2020

Anche quest’anno avrà luogo presso il laghetto dell’Eur (Viale America, 20) “Sport in Famiglia”, l’unico Evento terra-cielo-acqua della capitale, ritenuto tra i maggiori appuntamenti sportivi tanto da attirare migliaia di persone ed in grado di trasformare questi spazi verdi in una grande e suggestiva palestra all’aperto dove poter praticare sport, socializzare, assistere ad entusiasmanti e coinvolgenti attività acrobatiche e di abilità nonché istruttive. L’evento, che si terrà dal 25 aprile al 3 maggio e sempre in forma gratuita, è giunto alla IX° edizione e questo progetto nasce e si rinnova ogni anno grazie alla Federazione Italiana Motonautica ed a Eur S.p.A., con il supporto del Cast Sub Roma, della Piscina delle Rose e di tutti coloro che nel corso degli anni hanno dato il loro contributo attraverso le varie modalità, contribuendo a far si che “Sport in Famiglia” venga annoverato nel calendario dei programmi istituzionali del Coni Lazio. La possibilità di praticare tantissimi sport all’aria aperta e in tutta sicurezza, grazie all’assistenza di Istruttori Federali e personale qualificato, ha portato nella scorsa edizione circa 80.000 a partecipare e a cimentarsi nelle varie attività nelle oltre 60 aree sportive tematiche attrezzate nello splendido scenario del laghetto dell’Eur. Una delle caratteristiche di questa manifestazione sempre attiva ed in prima linea nel trattare argomenti di grande attualità, è quella di sensibilizzare opinione pubblica e partecipanti rispetto alle tematiche eco e di rispetto dell’ambiente e quest’anno “Sport in Famiglia” promuoverà una campagna per l’utilizzo del “Plastic Free”. Tutte le attività sportive e ricreative si svolgeranno in un vero e proprio villaggio allestito, compreso in un area di 10.000 mq di Parco e 80.000 mq di spazio acqueo, con annesse 60 aree sportive tra Federazioni, Enti e Associazioni, 300 atleti al giorno, 250 alunni impiegati nell’ambito del progetto PCTO, 2000 studenti presenti nelle due mattinate dedicate alle scuole, area palco, 15 stand espositivi, area Vip, desk accoglienza, street food. Ideatore e promotore di “Sport in Famiglia” è Fabio Bertolacci, pluricampione italiano, europeo e mondiale di Offshore, dal 2012 dirigente sportivo della Federazione Italiana Motonautica.

Chi desidera Promuovere la propria attività ed avere Visibilità durante l'Evento "Sport in Famiglia" con diverse modalità può chiedere info. alla Redazione del giornale "Il Faro" al n. 347 8521307.

G.S.I.
Global Security Investigation
- Investigazioni Private Civili e Penali
- Sicurezza Aziendale
- Bonifiche Ambientali
- Servizi Fiduciari
VIALE MARCO POLO 84 - 00154 ROMA
www.gsinvestigazioni.com - TEL. 06/5750991

L'Edicola si trasforma: un'architettura sacra che diventa rivoluzione Oggi sono &100: tradizione ed innovazione facendo Rete

Da locale con focolare a tempio. Da un'architettura sacra a chiosco variopinto di fogli ed inchiostri. Un percorso affascinante ha reso **l'Edicola** dei giornali sempre quel luogo di riti, un centro storico e di tradizioni. C'erano una volta gli strilloni e i giornali della sera. La cultura di massa gli ha conferito un ruolo, tra echi di Epoche diverse: la pubblicazione dei primi giornali in Europa del XVI secolo, affianca gli sviluppi del razionalismo e della borghesia. La rotativa nella metà dell'800 segna, invece, una svolta nella storia del giornalismo e determina il trionfo dei giornali d'opinione e popolari come il "Times" e, in Italia, "Il Corriere della Sera" (1876), "Il Messaggero" (1878) e la "Stampa" (1895), a svantaggio dei settecenteschi giornali letterari, un fenomeno d'élite. Parafrasando Hegel la *"lettura del giornale diventa la preghiera del mattino dell'uomo moderno"*. L'edicola è stata sempre quel punto di incontro tra cultura e storia, modernizzazione ed incontro sociale. Poi il boom degli anni d'oro del '900 quando i quotidiani erano al massimo della diffusione e delle vendite. Erano gli Anni '80: oltre 6 milioni di copie vendute ogni giorno, con un picco nei primi anni '90 con le cronache di Tangentopoli. Le notizie sulla carta sembravano reggere ancora la velocità della Comunicazione e la forte concorrenza della TV. Oggi, di copie al giorno, se ne vendono complessivamente sotto i 4 milioni. L'informazione vive un'altra Era geologica. C'è Internet ed i giovani non leggono molto i giornali ma si nutrono di web e social network. I bambini di Ieri si appassionavano alle figurine ed ai fumetti e le ragazze crescevano con le riviste e non con i cellulari. Nelle scuole si ritagliavano gli articoli dei giornali per educare alla lettura. Dal 2001 ad Oggi circa 13mila edicole hanno chiuso su tutto il territorio nazionale, quasi un terzo del totale. Solo negli ultimi 5 anni,4 mila in meno. Al sicuro come astronavi dietro quelle loro strutture di metallo hanno subìto il numero dei resi costantemente in crescita ed insieme alle cabine telefoniche, molte sono state costrette a chiudere. **Ma si sa, tutto si crea e tutto si trasforma. Soprattutto se sono proprio le nuove generazioni, tecnologiche ed innovative, a leggere con la lente della modernità la parola del "cambiamento". E' così che nasce Oggi sono &100.** L'idea giusta per rinnovare l'immagine dell'Edicola, come luogo di incontro e centro di approfondimento. L'idea è partita dagli imprenditori **Alessandro Gian Maria Ferri, Ivan Ciaccia e Federico Ferri,** professionisti delle Edicole anche per tradizione familiare, che hanno lanciato il progetto che le rivoluzionerà. Il 12 Gennaio 2020 ha avuto luogo, infatti, presso il Circolo degli Illuminati ad Ostiense, un *importante Evento* "l'Edicola riapre" che ha coinvolto molti edicolanti, brand come La Scuola Internazionale di Comics e Partner del Progetto. Tornare alla tradizione puntando all'Innovazione, facendo business in modo etico. Edicola come Punto di incontro di servizi per il cittadino dove sarà possibile acquistare non solo giornali ma anche altri prodotti e servizi. Un gruppo di riferimento per la vita quotidiana delle persone che vivono nel quartiere dove "l'edicola è al centro". **&100** vuole creare idee da condividere ogni giorno per fornire ai clienti un servizio migliore e per chi entra nel Circuito, c'è la possibilità di acquistare dai grossisti a condizioni vantaggiose, dai giocattoli ai prodotti alimentari. Si tiene conto del Sociale come della Formazione, grazie al contributo anche del Coach Albino Ruberti per ampliare gli obiettivi e le categorie di beni da offrire. "In pochi mesi saremo 100 edicole - ha precisato Alessandro Ferri - ed ognuna diventerà un posto accogliente, dove poter fare anche lo scambio di libri, con l'attenzione agli animali, all'ambiente e dove i giornali free press, saranno gli "alleati" perché portano più persone in edicola ed i clienti abituali hanno un omaggio in più". Condivisione di un progetto comune e la "Rete tra le Edicole" sul territorio può contrastare così quella del Web, con il contatto umano e la diversificazione. Intanto, passa **lo "strillone" e consegna agli invitati dell'Evento il giornale "Il Faro" con le ultime notizie.** Ecco, in quel momento, la tradizione del Passato prende vita con emozione ed il Rito dell'Edicola si rinnova. Da "Santuario della Comunicazione" e Custode dell'Informazione, l'Edicola 2.0 si pone così questa nuova sfida! *Valentina Tacchi*

SPAZI PUBBLICITARI su IL FARO!
Giornale + portale internet 2.0 + social + eventi + business networking +.... sorprese! Tante scelte! Un faro sulla tua attività con una comunicazione completa!
Tel 347 8521307

Editrice e Direttrice responsabile: Valentina Tacchi (Interviste/Pubblicità e Business Networker) Tel 347 8521307 direzioneilfaro@gmail.com
Lanterna del Faro: Dino Neandri
Coordinatori editoriali: Lia Albonico
Redazione: Ariela Bozzaotra, Marzia Ciacci, Daria Colica, Simona Consoni, Riccardo Cristofanilli, Paolo Cristofanilli, Alessandro de Filippis, Maria Ferrara, Germana Gatto, Elvira Paracini, Andrea Oliva, Massimo Marzi, Alejandro Masatti, Simona Mastropaolo, Massimiliano Porena, Federico Siracusa, Maria Teresa Sangiorgi, Valeria Zuccarello.

Studio legale: Avv. Daria Colica e Valeria Zuccarello: tel 347 9368029
Grafica: Eleonora De Martini: Tel. 342 1938515
Stampa: Tipolitografia Spedim Tel 06 9486045
Portale Internet: www.ilfaroinrete.it
Comunicazione portale ilfaroinrete.it e Pubbliche relazioni con i Vigili del Fuoco: Lia Albonico lia.albonic@gmail.com
Web master: Delia Morelli: Tel 339 3692197
Autorizzazione Tribunale di Roma n. 261/05 del 18 Luglio 2005
Sede legale: Via Gian Antonio Maggi, 14 00134 Roma
Social: ilfaroinrete

Salvo diversi accordi, le collaborazioni sono da ritenersi a titolo gratuito.

Diventa nostro SOSTENITORE, aiutaci ad illuminare:
IBAN: IT 14U05 2160321 000 000 000 2971

Coronavirus: consigli e indicazioni dall'Oms e dal Ministero della Salute

Quello che ad oggi traspare dalla vicenda "Coronavirus" è che non vi sono ancora certezze ma soltanto ipotetici scenari circa quanto potrebbe accadere. In questa situazione di ipotesi anche suggestive tra coloro che ritengono che i programmi di contenimento del virus possono tenere sotto controllo la situazione e quelli che invece ipotizzano che potrebbe in breve tempo infettare migliaia di persone nella regione di Wuhan, cerchiamo di capire, intanto, come possa essere nata questa nuova forma di infezione che corre il rischio, tra le altre cose, anche di destabilizzare gli equilibri economici mondiali. Il tutto, al momento, sembrerebbe nascere da un coronavirus simile a quello della Sars e della Mers. Per questo non si esclude che anche in questo caso tutto sia partito da un pipistrello con la possibilità che poi vi sia stato un animale selvatico a far da tramite tra il volatile e l'uomo.

Intanto, un primato per i virologi dell'Istituto nazionale malattie infettive Spallanzani di Roma, a meno di 48 ore dalla diagnosi di positività per i primi due pazienti in Italia, che sono riusciti ad isolare il virus responsabile dell'infezione, aiutando così a poter mettere a punto metodi diagnostici.

Quello che però è certo è che questa nuova infezione si presenta all'inizio con i **sintomi** dell'influenza: febbre, dolori muscolari, disturbi della respirazione, ma che poi subentri la polmonite. Intanto, in Italia per far fronte alla stato di emergenza è stato nominato un commissario che avrà il compito, tramite controlli, di verificare aeroporti, l'allertamento delle ASL e le situazioni di potenziale pericolo.Tutto questo mentre l'Oms ha già dichiarato l'emergenza sanitaria mondiale rispetto al coronavirus, nome in codice 2019-nCoV, ritenendolo un evento straordinario che comporta una risposta coordinata a livello internazionale in quanto fattore di rischio per la salute pubblica dei diversi stati del mondo. **Come ci si può proteggere da questo virus nella vita di tutti i giorni?** Prioritaria è la corretta pulizia delle mani che vanno lavate spesso e insaponate con acqua calda da entrambe le parti mentre l'uso non professionale della mascherina non rientra tra le raccomandazioni dell'Oms e del Ministero della Salute italiano (le regole per proteggerci al meglio dai virus respiratori su . www.ministerosalute.it)
Il Ministro della Salute Speranza ha illustrato, intanto, ai colleghi del G7 le misure intraprese dall'Italia come il blocco dei voli dalla Cina e i controlli sanitari in porti e aeroporti ed ha sottolineato l'impegno comune a sostenere il Governo cinese e condividere tutte le informazioni scientifiche utili a contrastare il virus. *Dino Neandri*

Luce accesa sul Parlamento

Decreto Mille proroghe 2020: alcuni dei provvedimenti prorogati

Bonus verde - Detrazione del 36% dei costi sostenuti per i lavori di sistemazione e realizzazione di recinzioni, impianti d'irrigazione, pozzi, coperture a verde e giardini pensili, fino a una spesa massima di 5.000 euro. Valido sino al 31 dicembre 2020.

Crollo ponte Morandi- L'indennità di chi è rimasto senza lavoro passa da 12 a 24 mesi. Anche per Campobasso lo stato di emergenza è prorogato per i comuni colpiti dal terremoto del 16 agosto 2018.

Nuova RC auto familiare – Entrerà in vigore il 16 febbraio e si potrà beneficiare della fascia assicurativa più bassa fra i veicoli di proprietà del nucleo familiare.
Acquisto di motorini o scooter ibridi ed elettrici - anche per questi beni gli incentivi sono stati prorogati rottamando motorini o scooter Euro 0-Euro3.

Piattaforma PAGOPA– rinviato al 1° Luglio 2020 l'obbligo di pagare i tributi dovuti alla PA esclusivamente tramite questa piattaforma.
Adeguamento tariffe autostradali fino a Luglio 2020 e salvo modifiche, i prezzi al casello restano bloccati per altri 7 mesi.

Vittime di violenza- riaperti fino al 30 Giugno i termini per richiedere il risarcimento; può anche essere chiesto da chi ha subito sfregi al viso. Il codice rosso **(legge numero 69 del 19 luglio 2019),** ha introdotto il reato di deformazione dell'aspetto mediante lesioni permanenti al viso.
Class Action - le norme entreranno in vigore a Ottobre 2020 poiché non sono ancora state fatte le modifiche necessarie ai sistemi informativi. I destinatari della nuova Class Action saranno le imprese, gli enti, i gestori di servizi pubblici e di pubblica utilità che compiono atti e comportamenti illeciti nello svolgimento delle loro attività.

Stabilizzazione dei precari – Slitta al 31 Dicembre 2012 per i lavoratori all'interno della Pubblica Amministrazione.

Detrazione spese scolastiche- l'importo massimo detraibile sale ad 800 euro per le spese concernenti ciascuno dei figli a carico ed è possibile defalcarle dall'Irpef con la dichiarazione dei redditi.
Le nuove regole sulla tracciabilità delle detrazioni si applicheranno in sede di predisposizione della dichiarazione dei redditi 2021, così anche per le spese scolastiche dal 1° gennaio 2020 si ha l'obbligo di pagamento con mezzi tracciabili. Vale a dire che per pagare le tasse scolastiche, la mensa, l'importo del contributo per la gita d'istruzione, tutte detraibili, bisognerà utilizzare bancomat e carte o, in alternativa, assegni o bonifici.
Il rimborso Irpef massimo, calcolato al 19% della spesa, sarà pari a 152 euro, da considerare per tutti gli anni di studio scolastico, dalla scuola materna e fino alle superiori.
Nella dichiarazione dei redditi 2020 sarà possibile indicare le spese relative alla frequenza di:

- scuole dell'infanzia (scuole materne);
- scuole primarie e scuole secondarie di primo grado (scuole elementari e medie);
- scuole secondarie di secondo grado (scuola superiore);
- sia statali sia paritarie private e degli enti locali *Lia Albonico*

CICCIORICCIO E ASSOCIATI
consulenza societaria e tributaria

Lo storico studio tributario di Roma "Ciccioriccio e Associati" apre una nuova sede a Milano

Lo Studio Ciccioriccio e Associati è uno studio di consulenza societaria e tributaria. **Lo Studio ha avuto origine nell'anno 1952, a Roma** per iniziativa del Rag. Giorgio Ciccioriccio il quale ha intrapreso l'attività di Professionista evidenziandosi tra i primi iscritti nell'Albo professionale dei Commercialisti. Conseguentemente i figli Stefano e Maria Carla Ciccioriccio nonché il dott. Fabrizio Bonacci, hanno continuato a svolgere la loro professione di dottore commercialista all'interno dello Studio in forma associata.
Con l'inserimento della terza generazione nell'organico di Studio, gli stessi hanno caldeggiato l'apertura di una **nuova sede a Milano:** una Città sensibile al mercato internazionale, in espansione e con maggiori opportunità di business. **Aree di attività: Fiscale, Corporate, Accounting, M&A, Due Diligence, Real Estate, Family Business e Lavoro.** Lo studio dall'anno 2009 gode del riconoscimento della certificazione aggiornata ISO 9001:2015, standard internazionale per la gestione della qualità dei servizi, rilasciata dalla Società RINA, certificatore leader a livello mondiale.

CICCIORICCIO E ASSOCIATI
consulenza societaria e tributaria

Lo Studio, membro dell'associazione internazionale tra professionisti del settore denominata IECnet, è collegato con qualificati studi professionali esteri che consentono al medesimo di assistere la propria clientela a livello internazionale. Il 6 Giugno 2019, nel corso della premiazione organizzata da "Le Fonti" a Milano, tenutasi a Palazzo Mezzanotte, lo studio ha ricevuto il premio *"Eccellenza Professionale dell'Anno Fast Growing"*.

Roma
Lungotevere delle Navi, 19 - 00196
Tel.: +39 06 3269661
Cell: +39 3358314799
Fax: +39 06 3201668

Milano
Via dei Piatti 11 - 20123
Tel. +39 02 80011057
Fax +39 02 80011064

Social: Linkedin (Ciccioriccio e Associati)

E-mail
mcc@ciccioriccioassociati.net

Web
www.ciccioriccioassociati.com

La Legge di Bilancio 2020

Taglio al cuneo fiscale

Sono interessati esclusivamente circa 16 milioni di lavoratori dipendenti. Per la riduzione del costo del lavoro alle imprese si dovrà aspettare la riforma IRPEF. Sarà operativo dal 1° luglio 2020. Confermati gli importi ed i limiti di reddito per la riduzione del cuneo fiscale concordato dal Governo con i sindacati.
Per i lavoratori dipendenti con redditi compresi tra 8.174 euro e 28.000 il bonus fiscale pari a 100 euro al mese sarà riconosciuto direttamente in busta paga e comprenderà il credito Irpef di 80 euro, (bonus Renzi). Un aumento effettivo di 600 euro in busta paga, da Luglio a Dicembre, sarà riconosciuto ai lavoratori con redditi compresi tra 26.600 euro e 28.000 euro ed agli esclusi dal bonus di 80 euro, per il primo semestre del 2020. L'importo del bonus per i redditi compresi tra 28.001 e 35.000 euro sarà pari a 960 euro, mentre per chi percepisce redditi superiori, e fino a 40.000 euro il bonus derivante dal taglio al cuneo sarà riconosciuto come detrazione fiscale sui redditi da lavoro dipendente ed è stato introdotto un meccanismo a scalare, con importi ridotti all'aumentare del reddito. Restano fuori dall'operazione i contribuenti con redditi esenti Irpef (fino ad 8.174 euro), beneficiari di altre misure di sostegno economico come il reddito di cittadinanza .

Lia Albonico

La Fisica dei Sentimenti

L'Italia si difende!

Quella tua maglietta fina made in China... Ma, strada facendo vedrai

Dott. Andrea Oliva
Società Svizzera di Radiobiologia e Fisica Medica

cell: 347 1054174
acustica.nucleare@libero.it

Guardando bene tra i numeri, emerge un'Italia in parte diversa da quella dei crolli, della corruzione, della politica che sembra piena di "adolescenti problematici"...

C'è, per esempio, un'Italia del manifatturiero che ancora resiste e prospera, della quale non si parla mai, ma che è fonte di molta parte delle esportazioni.

A livello di riciclo siamo pure molto efficienti: deteniamo la percentuale più alta d'Europa di rifiuti ricondizionati per farne nuovo prodotto finito (un 80% circa sul totale accumulato). Il restante 20% corrisponde al totale sui comuni che sono fermi alla fase sperimentale, per cui i rifiuti separati vengono, poi, rimessi tutti insieme e così smaltiti. A differenza del resto d'Europa, in Italia non c'è ancora un ritorno economico visibile ai singoli, un incentivo all'impegno ecologico, quale potrebbe essere, ad esempio, un importo di buoni-spesa per chilo di differenziata.

Siamo l'eccellenza soprattutto nel trattamento e messa in sicurezza di rifiuti radioattivi (fatto non di poco conto): le nostre professionalità lavorano con commesse provenienti da ognuno dei Paesi che si servono del nucleare.

Poi c'è la cultura. Siamo quelli, in Europa, col più alto numero di beni culturali

riconosciuti patrimonio dell'Unesco. Con molto, molto meno, gli altri fanno la loro fortuna.

L'agricoltura italiana è, per buona parte, tecnologicamente avanzata e sostenibile. Peccato che la politica, non abbia saputo o voluto intervenire sulle differenze di prezzo tra il primario (cioè quello che vende il contadino) e il dettaglio, su cui la grande distribuzione specula da sempre.

Ecco il punto: hai voglia a spremerti le meningi e a tirare la carretta, se chi deve decidere sembra non sapere di che parla o se, quando ha gli strumenti per giudicare, segue teorie "accreditate" (cioè di comodo) che vedono la povertà come un male necessario o la disoccupazione come l'unico possibile contrappeso all'inflazione ... Non ci credete? Eh, beh: sono più verosimili le scie chimiche e la Terra piatta, me ne rendo conto.

Coltivare le giuste relazioni per migliorare

Le relazioni sono una parte di noi. Non è immaginabile una vita nella solitudine... è invece auspicabile investire in ricchezza relazionale, scegliendo i rapporti giusti, le amicizie di valore. Per la piena realizzazione di noi stessi, dobbiamo divenire una parte significativa del tutto, una porzione operativa che può esprimere utili contributi impegnandosi per divenire una vitale cellula nel tessuto sociale in cui si è chiamati a vivere. Dobbiamo dimostrare valore coi fatti concreti e consolidare la nostra "reputazione" attraverso le buone opere. Senza clamori e con equilibrio, dobbiamo ambire ad avere un ruolo collaborativo con la comunità, ad assumere una posizione rispettosa e rispettabile nella società. Abbiamo diritto alla giusta visibilità, dando senso alla nostra presenza " umana e funzionale" come individui e cittadini, affermando le nostre idee in un confronto di cooperazione sincera, consentendo agli altri di conoscerci e ri-conoscerci. *Massimo Marzi*

Dalla parte del Cittadino - Lavoratore

L'INPS e le sue folli richieste ai lavoratori in malattia

Chiariamo subito un principio: per ogni lavoratore la malattia è uno stato non gradevole da vivere ma che prevede diritti e doveri prodotti dalla grande lotta sindacale degli ultimi due secoli. Ricordiamo che: "lo stato di malattia, porta con sé adempimenti formali il cui rispetto è condizione essenziale per l'applicazione delle norme che garantiscono al lavoratore la conservazione del posto di lavoro, per la durata del periodo di comporto e la percezione del trattamento economico di malattia. Capita poi, che l'INPS non si accontenti di quanto certificato dal Pronto Soccorso per una richiesta di malattia di 3 gg lavorativi e invii una A/R al lavoratore dicendo che non considera valide le motivazioni di quel medico di quel pronto soccorso e intima al lavoratore di andare a cercare entro 7 gg quel medico che era di turno e di farsi fare una lettera specificando il grado di morbosità cronica che gli dava diritto ai gg di malattia. E se il medico fosse stato assunto altrove? E se non fosse di turno? Ci dobbiamo mettere a fare il piantone all'ospedale? Stiamo su SCHERZI a PARTE? Perché, l'INPS, se ha dei dubbi, non contatta direttamente il medico? Lo stesso CONTACT CENTER risponde: **"avete ragione voi lavoratori, questi casi sono tantissimi".** Perche'? Ci risponda qualcuno. Grazie a nome dei lavoratori onesti, che sono tanti. *Simona Consoni*

La Legge di Bilancio 2020 conferma il Bonus Pubblicità

La Legge di Bilancio 2020 conferma anche per quest'anno il **Bonus Pubblicità,** riservato ad imprese, autonomi ed enti non commerciali che effettuano investimenti incrementali per almeno l'1% sullo stessa tipologia di mezzo di informazione rispetto al 2019. Il bonus viene confermato nella forma di credito d'imposta al 75% sugli investimenti in pubblicità su stampa anche online ed emittenti radio, tv locali. Si può presentare domanda fino al 31 Marzo, esclusivamente per via telematica.

Prenota subito nel 2020 la tua Pubblicità nel Circuito del Faro al tel. 347 8521307!

Esperienza Lavoro

Mi chiamo D., ho 32 anni e sono sposata. Mi sono laureata in ingegneria edile- architettura presso il Politecnico di Milano nel 2013; subito dopo la laurea mi sono trasferita in provincia di Roma dove ho iniziato fin da subito a cercare lavoro, ma non è stato facile, tant'è che dopo un paio di lavoretti per mantenermi (consulente assicurativo e segretaria) sono stata selezionata all'interno di una piccola azienda a conduzione familiare nell'ambito dell'arredamento. Dopo un periodo di formazione della durata di 6 mesi mi è stato offerto un contratto di apprendistato della durata di tre anni. Il lavoro mi piaceva, mi trovavo benissimo coi colleghi, cosa non da poco, e ormai dopo tre anni ero autonoma nella gestione del lavoro. Purtroppo, allo scadere dell'apprendistato, anziché ricevere un contratto a tempo indeterminato, sono stata lasciata a casa. Per quale motivo? Perché il lavoro era diminuito negli ultimi due mesi o perchè essendo novella sposa ero una possibile gravidanza per il datore di lavoro? A voi le considerazioni...

sulmare bed and breakfast ★★★

MARETTIMO (TRAPANI)

Il b&b Sulmare si affaccia sul porticciolo "vecchio" dell'isola di Marettimo con vista spettacolare. Sono disponibili 4 camere tutte con bagno privato. Due delle camere si affacciano sul mare. Le nostre camere climatizzate sono dotate di phon, accesso internet, un letto per bambini (da richiedere in fase di prenotazione), televisione, specchio e portavaligia, frigobar. Saremo lieti di ospitarvi nella nostra casa e deliziarvi con la prima colazione che offriremo nel nostro terrazzo con vista mare. Ci farà piacere inoltre darvi qualche consiglio sull'isola, sulle escursioni in barca, sui percorsi in montagna.

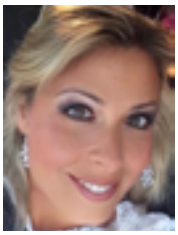
Vi aspettiamo a Marettimo (Trapani) *Pietro e Antonietta*

Antonietta 3337233478 - Pietro 3392411770

www.bebsulmare.com - Instagram beb_sulmare_marettimo

Rubrica contro la violenza sulle donne

Scarpette Rosse:
Sopravvissute



Femminicidi: La Germania non riconosce l'assassinio di una donna come crimine a sè stante

Lo chiariamo subito: la Germania non inserisce nel proprio vocabolario giuridico la parola "femminicidio". Fra tutti i più grandi paesi europei invece è lo Stato nella peggior situazione, con un tasso di omicidi in rapporto alle vittime femminili pari a 1,1 ogni 100 mila, seguita da Francia (1/100 mila) e Regno Unito (0,9/100 mila). Più distanti, con 0,5 vittime ogni 100 mila persone, Italia e Spagna. Inoltre, secondo precedenti dichiarazioni di Franziska Giffey, ministro tedesco per gli Affari di Famiglia, solo una vittima su cinque chiede spontaneamente aiuto e una donna su tre subisce violenza almeno una volta nella propria vita.

Insomma la Germania non vuole proprio usare il termine adatto.
La Ministra ha annunciato di voler contrastare il grave problema anche attraverso la creazione di nuove "case per le donne", luoghi protetti, messi a disposizione dello Stato per consentire alle vittime di violenza di allontanarsi dai luoghi in cui spesso tali violenze vengono commesse: gli attuali 7.000 posti esistenti in 350 case non sono sufficienti a fronte dei 20.000 necessari. Queste strutture come verranno finanziate? Da chi? Tutto, ancora, appare molto fumoso e poi, questa scellerata scelta legislativa come non dirime la Ministra stessa, anche da donna, ci chiediamo? Insomma, mentre in Italia siamo alle prese con pasisti ed un diritto che ancora non tutela tutte le donne che decidono di denunciare, i tedeschi propongono alternative ma non riconoscono il delitto.
Intanto, qui si fa molto rumore per nulla quando ti ritrovi davanti una donna rumena, con tre figli, che ha subito violenze per anni riuscendo alla fine a ribellarsi, ma ora si ritrova a vivere ai margini della società senza residenza e senza la possibilità di fare nemmeno la tessera sanitaria ai figli nè a iscriverli ad un pediatra. Ecco, chiedo a voi più esperti di me, di aiutarla. Contattatemi! *Simona Consoni*
Scrivetemi anche in forma anonima: scarpetterosse.ilfaro@gmail.com

Municipi - "I gilet gialli antidiscarica"

I Comitati di Quartiere si alleano contro nuovi siti di raccolta rifiuti. I Comitati locali hanno sancito la loro unione in un coordinamento unico per evitare la nascita di una nuova discarica. Un comitato unico di protesta e tutela del territorio contro i progetti di realizzazione di nuove discariche a Roma e provincia. Valle Galeria, Porta Medaglia, Fonte Laurentina, Falcognana, Tragliatella, ma anche Colleferro, Fiumicino e Albano Laziale. L'obiettivo è opporsi all'accordo raggiunto fra la Regione Lazio e il Campidoglio che ha portato il 31 dicembre 2019 la Sindaca di Roma, Virginia Raggi, a firmare la delibera con la quale si individuava in una cava di via Monte Carnevale, a 500 metri dall'ex discarica di Malagrotta, il sito per la realizzazione di un impianto da 1,5 milioni di metri cubi. *Massimo Marzi*

La consulente familiare

Chi spende molto è perché è solo

Maria Ferrara
cell: 347 7964210
ariaferr.ferrara@gmail.com

Per superare le difficoltà di comunicazione nella coppia, per problemi educativi e di relazione genitore-figli, per chiunque voglia liberarsi da un disagio.

Finché non arriviamo ad avere fiducia nelle nostre capacità, nei nostri valori, continueremo ad idealizzare o demonizzare il DENARO. Resteremo pertanto persone immature che pensano di valere a seconda di ciò che possiedono. E' ricco invece chi investe meno negli affari e più nelle relazioni umane. Chi sa limitare i propri desideri dimostra infatti, di essere una persona matura perché anziché pensare a ciò che gli manca, sa godere di quello che ha. In fondo non è necessario avere tutto per essere felici, perché per sentirsi appagati, basta condividere, amare e gioire con chi ci è vicino **Tirchi o generosi non si nasce, ma si diventa.** É la conseguenza di una inconscia associazione: "Più ricchezza più amore". Pertanto il denaro diventa il mezzo per ottenere compagnia, attenzione e considerazione; tutti nutrimenti affettivi per un IO debole che nasconde il desiderio inconscio di ricevere calore. Non è certo spendendo o spandendo il nostro denaro, che riusciremo a rafforzare il nostro IO, o l'immagine che abbiamo di noi, o meglio, per dirla in un'altra maniera, non è certo facendo shopping che riusciremo a convincere il nostro IO interiore, che in fondo VALIAMO a prescindere da ciò che siamo o che cosa abbiamo.

Stili di vita in trasformazione

Molto connessi, poco vicini

Occorre fare una riflessione sui nostri attuali stili di vita ed un ripensamento sulle nuove abitudini dei giovani e non solo. I cambiamenti indotti dai nuovi media hanno portato tanti vantaggi ma anche numerosi effetti collaterali negativi a tutti noi, appartenenti ad ogni fascia di età. Bisognerebbe cercare di contenere i tele-contatti e non abusare delle connessioni a distanza cercando di rivalutare invece il piacere dell'incontro per sviluppare e coltivare le relazioni maggiormente in presenza... dal vivo. Per quanto possibile bisognerebbe imparare a ridurre la velocità con cui viviamo le nostre esperienze, dovremmo essere più concentrati e meno distratti quando siamo con noi stessi e con gli altri, dovremmo imparare ad essere meno superficiali e riscoprire le bellezze della profondità per dare valore e giusto onore ad ogni esperienza che viviamo. Ogni giorno potrebbe diventare un buon giorno se, almeno ogni tanto, tentassimo di arginare stress, impazienza e aspettative esagerate. Spesso il caos indotto dall'esterno ci contamina pesantemente e ci allontana da equilibrio ed armonia. Dobbiamo ricordarci di investire in noi stessi per costruire consapevolezza ed andare verso la nostra personale autorealizzazione. Dobbiamo imparare che nelle relazioni non deve mai mancare l'ascolto attento e l'esercizio della solidarietà. È bello essere testimoni della gioia di coloro che vivono nella gratificazione con la soddisfazione di essere vicini al prossimo, al servizio degli altri con la convinzione che: in una vita senza altruismo resta poco spazio per una vera serenità. *Massimo Marzi*

Diritto Penale

Studio Legale
Avv. Luca Di Giorgi

Consulenza e assistenza legale sia a persone fisiche che a strutture societarie, in tutti i settori del Diritto Penale.

Via Salvatore Quasimodo, 129 - 00144 Roma
Cell. 328.8910279 - Fax 06.5018575
E-mail: lucadigiorgi@yahoo.it
PEC: lucadigiorgi@ordineavvocatiroma.org
Web: www.studiolegalelucadigiorgi.it

Dott. Fabiano Brini
n. Iscrizione 9250

Psicologo
Psicoterapeuta in
Analisi Bioenergetica
Conduttore di Classi di esercizi bioenergetici

Tel: 338 9954656
fabiano.brini@bioenergeticaroma.it
www.bioenergeticaroma.it
Via G. Chiabrera, 205 00145 Roma
(zona S.Paolo)
Via F. D'Ovidio, 118 (zona Talenti)

- Distubi psicosomatici
- Disturbi della sfera sessuale
- Disturbi d'ansia ed attacchi di panico
- Disturbi dell'alimentazione del sonno
- Problemi di coppia
- Disturbi dell'infanzia e dell'adolescenza
- Dipendenze

Civetta a tavola Ricetta

Bucatini al "pesto" di carciofi

Ingredienti

- 350 gr. di bucatini
- 2 carciofi
- Prezzemolo
- Aglio
- Erba cipollina
- Formaggio grana grattugiato
- Bottarga di muggine
- Olio evo
- Sale
- Pepe

Procedimento:
Mondate i carciofi, spuntateli abbondantemente, liberateli dalle foglie fibrose e svuotateli dal fieno interno. Nel frattempo portate a bollore abbondante acqua salata per la pasta. Riducete a spicchietti i carciofi da frullare con sei cucchiai d'olio, abbondante prezzemolo, mezzo spicchio d'aglio, un ciuffetto d'erba cipollina, quattro cucchiai di grana, sale e pepe. Stemperare il pesto di carciofi con un mestolo di acqua dei bucatini che avrete nel frattempo cotto al dente, conditeli subito nella pentola di cottura ancora calda. Completate con abbondante Bottarga grattugiata e serviteli subito. Per una presentazione ancora più gradevole riducete a spicchietti un altro carciofo, saltatelo in padella con dell'olio, saltatelo e distribuitelo sulla pasta da servire BEN CROCCANTE!!!
Buon appetito! *Maria Teresa Sangiorgi*

Il bene-giornalismo: per arginare il degrado morale

L'informazione sui diversi media è slittata pericolosamente verso un perverso orientamento alle scelte del peggio, della negatività e del pessimismo.
Abbiamo dimenticato la forza di un umanesimo vivo, proattivo e positivo che agisce, che ogni giorno esprima il meglio di sé in ogni circostanza, ma che non viene notato dal giornalismo distratto dei nostri giorni, purtroppo il bene quotidiano non viene colto, né tantomeno raccolto e poiché ignorato non può essere raccontato e promosso. Per questa grave deriva etica, non c'è una responsabilità concentrata, ma una complessa corresponsabilità distribuita.
Mi rendo conto che quello che vediamo oggi in TV è l'esito di una lenta migrazione dell'approccio all'informazione, per una serie di ragioni e di concause. La TV deve diventare formativa, deve essere realmente utile e soprattutto deve occuparsi anche delle cose migliori, con ottimismo, con una precisa focalizzazione verso il bene comune. Una nuova televisione moltiplicatrice del valore e del merito che invogli a diventare migliori e induca ai buoni comportamenti nella vita quotidiana.
Noi italiani meritiamo un'informazione più ragionata e puntuale, più selettiva e giusta, più obiettiva e rassicurante. Ci auguriamo di far crescere un "bene-giornalismo" fatto con intelligenza e con molto cuore, non più motivato dai dettami del consumismo e dai dati dell'audience, ma concepito e sviluppato intorno ai veri bisogni informativi della gente. *Massimo Marzi*

Massaggio 50 min 35€ promozione ai lettori de Il Faro

Beauty Secret
CENTRO ESTETICO

Trattamenti di punta Keenweel viso:
Trattamento igiene cosmetica biologica
Pach mono anti age antiossidante idratante nutriente schiarente
Trattamento occhi progressive
Trattamenti corpo di punta
Modellage localizzato
Trattamento salino anti-acqua
Trattamento tè verde

Si effettuano tutti i trattamenti estetici, sia su uomini che donne

Via Sarsina, 118 - 00127 Vitinia (RM) - Tel. (+39) 346 851 2887
FB: BeautySecret - IG: Samanta_BeautySecret

Orario negozio dal Lunedì al Venerdì
dalle 10 alle 13 e dalle 15.15 alle 19.15
Sabato dalle 10 alle 18 - Lunedì aperti

BARMANDO
CAFFETTERIA_BISTROT_GASTRONOMIA_APERITIVI_CATERING

TAVOLA CALDA

VIALE BEATA VERGINE DEL CARMELO 21/23 - MOSTACCIANO
TEL. 06/52200213 - 346/5877866 - BARMANDOSRLS@GMAIL.COM

Flash a intermittenza sui Municipi

Municipio IX - Eur: ad Ottobre riapre il Planetario ma il plastico del Museo resta chiuso

Il Planetario riapre i battenti. Il Museo della Civiltà Romana ed il plastico della Roma Imperiale dovranno ancora da attendere. Impensabile che sia messo a disposizione del pubblico prima del 2021. "Forti lesioni strutturali" hanno comportato infiltrazioni d'acqua che hanno messo a repentaglio struttura e opere. Per risolvere definitivamente questi problemi, l'architetto progettista della Sovrintendenza ai Beni culturali di Roma Capitale, ha stimato servano 9,8 milioni di euro. E' comunque possibile riaprire il Planetario. La prima tranche di lavori del valore di circa 700mila euro sono stati completati. Si attende il collaudo.

Massimo Marzi

Municipio XII - Monteverde - Villa Pamphilj: addio a decine di pini e cedri monumentali ma arrivano i fondi per l'irrigazione

Villa Pamphilj dice addio a decine di alberi. I fondi dell'appalto europeo per la manutenzione verticale, hanno messo in azione le motoseghe dei giardinieri. A farne le spese sono stati i pini ed i cedri che impreziosivano la storica villa romana. Una malattia non curabile soprattutto nelle conifere dove agisce molto rapidamente indebolendo la pianta e minandone la stabilità e degradati dalla presenza di funghi, agenti di carie che hanno consumato la cellulosa o la lignina del fusto. Inoltre, erano state segnalate da tempo le conseguenze di un inefficace sistema d'innaffiamento. Un problema molto evidente soprattutto d'estate quando, a causa del caldo, in più punti del parco tende a seccarsi il manto erboso. Un fenomeno che non riguarda tutti i 184 ettari della storica villa romana. Per sistemare l'impianto d'irrigazione sono stati stanziati finalmente 17mila e 700 euro.

Massimo Marzi

Municipio IV - Inclusione Sociale del territorio: "Per Chi crea" a Casal Bertone

Si chiama "Per chi crea" il progetto messo a bando dalla SIAE e vinto dalla scuola di via Cortina a Casal Bertone che con l'associazione "Arte del contatto" ed il CdQ punterà sulla formazione ed alla promozione culturale. Sono 45 gli studenti che da settimane ricoprono il ruolo di partecipanti al progetto composto da tre moduli, ciascuno rivolto ad una particolare formazione: sia teorica che pratica tramite i percorsi di insegnamento del linguaggio cinematografico e i laboratori partecipativi. L'aspetto più incisivo da sottolineare e gridare con forza sperando in repliche dello stesso progetto è certamente la realizzazione di piccole storie/inchieste all'interno del quartiere che puntano all'inclusione sociale.

Simona Consoni

Parchi giochi dismessi a Roma Nel IX Municipio un record di abbandono

Da Villa Ada (II Municipio) al parco di Aguzzano (V Municipio), da Villa Gordiani al parco Santa Teresa di Calcutta, da parco Shuster a parco Sbragia (VIII Municipio). In tutta Roma, senza distinzione tra il Centro e la periferia, ci sono un centinaio di aree-gioco non praticabili o comunque talmente malandate da rappresentare un potenziale pericolo, soprattutto, per i bambini. Parchi giochi dismessi, in particolare, nel IX Municipio. Si tratterebbe, a sentire le spiegazioni dei tecnici comunali di riferimento, di aree ludiche senza "regolarità". Eppure sono tanti i che sono stati abbandonati con la promessa di essere riqualificati! Si parla di Via Carlo Emilio Gadda, Laurentino Fonte Ostiense, via Fiume Giallo, via Rotterdam, Via Calcutta e Torrino; viale Camillo Sabatini a Decima, via Guglielmo Guasta a Trigoria, parco Millevoi, a Mostacciano nel parco di via Mendozza i moduli rimossi saranno semplicemente sostituiti. Non è chiaro tuttavia quando quest'operazione sarà eseguita. Discorso che riguarda anche le aree ludiche del parco Limoni a Trigoria, Pia Nalli a Fonte Laurentina ed i giochi del Centro Culturale Elsa Morante al Laurentino, Eros Corizza, Viale Cesare Pavese angolo Via Quasimodo, Via Marinetti, Via Sapori, Via Vittorini. In Autunno un bando dovrebbe sostituire le attrezzature ormai fatiscenti con giochi nuovi, funzionali anche per i portatori di handicap e in regola con le certificazioni europee. La media è di cinque parchi a Municipio. Intanto, i bambini... stanno a casa!

Simona Consoni

CENTRO CASA

IL TOP DEL MONDO NOTTE:
MATERASSI SIMMONS, RETI DORSAL
BIANCHERIA E TESSILE

ARTICOLI DA REGALO ED ADDOBBI
ARTICOLI TECNICI PER CUCINA E TAVOLA

Via Alessio Baldovinetti, 124 Roma
Tel. 06 5032016

Flash a intermittenza sui Municipi

Garbatella compie 100 anni il 18 Febbraio 1920 La fondazione della Borgata Giardino Concordia

Il borgo operaio e marinaro sorto sulla collina della Garbatella a poche centinaia di metri dalla Basilica di San Paolo fu voluto dall'ing. Paolo Orlando, all'epoca presidente dello Smir (Ente per lo Sviluppo Marittimo e Industriale di Roma), nel quadro di un piano più ambizioso di sviluppo della zona industriale nel quadrante sud-ovest della città e del collegamento di Roma al mare Tirreno. Questo programma infrastrutturale prevedeva tra l'altro: la costruzione di un porto interno e di un canale navigabile parallelo al Tevere, che arrivasse fino al mare, la costruzione di alcune borgate rurali (il Borgo Acilio sui Monti di San Paolo, 1915), nonché l'apertura di una linea ferroviaria di comunicazione tra la città e il suo Lido. La Borgata Giardino Concordia (Garbatella) nasceva dunque per dare una casa dignitosa agli operai dell'Ostiense, la zona industriale sottostante. Paolo Orlando e il Re Vittorio Emanuele III, in quei tempi così turbolenti, la vollero intitolare Concordia, per dare un messaggio di distensione sociale all'opinione pubblica, ma il villaggio operaio è sempre stato conosciuto come Garbatella, dal nomignolo di una ostessa che gestiva, fin dalla metà dell'Ottocento, una mescita sulla via omonima, una stradina di collegamento tra l'antica via delle Sette Chiese e l'Ostiense all'altezza degli attuali Mercati generali. Paolo Orlando affidò all'Istituto Case popolari di Roma, nato nel 1903 per dare casa ai meno abbienti, il disegno e la costruzione della Borgata Giardino pensata come abitazione costruita in un luogo salubre e corredata anche di un piccolo orto a gestione familiare. Il 18 febbraio 1920 avviene la cerimonia di fondazione del quartiere. si alterneranno spettacoli, iniziative per bambini, concerti con street band locali, dibattiti ed incontri a tema.

Municipio VIII- Inaugurata la nuova Biblioteca-Auditorium in Via Benedetto Croce

Il Municipio VIII torna ad avere una biblioteca.E' stato inaugurato, recentemente, il nuovo polo culturale in Via Benedetto Croce alla presenza della Sindaca Raggi, del vice Bergamo e del Presidente Amedeo Ciaccheri. Si chiamerà **"L'Arcipelago-auditorium",** un'area di 300 metri quadri, circa 12mila volumi e un auditorium con 150 posti a sedere e un maxischermo, per proiezioni ed eventi culturali. Sarà **aperto dal lunedì al venerdì** dalle 10 alle 18 e al suo interno troveranno spazio, oltre a libri e dvd, anche quotidiani e riviste specializzate di cinema e musica. La nuova biblioteca avrà inoltre il compito di portare avanti il progetto "Biblioteca a cielo aperto", progetto itinerante, nato in questo Municipio, che ha l'obiettivo di portare i libri in tutti i luoghi del territorio. La Sindaca ha consegnato le prime "bibliocard" ai bambini del territorio nati nel 2019. *Elena Presti*

Municipio VIII - San Paolo: Una nuova pista ciclabile unirà la Colombo con la Metropolitana

Costerà poco meno di 300mila euro e sarà lunga circa 1300 metri. "La ciclabile di San Paolo sarà bidirezionale in sede propria. Partendo dalla stazione metropolitana, il primo tratto prevede il passaggio nello square. Poi, superato Largo Leonardo da Vinci, si sdoppia in due rami, entrambe su corsia riservata. La ciclabile verrà quindi collocata tra il ciglio del marciapiede e la sosta in linea. Da quest'ultima, sarà invece separata grazie ad una zona neutra di 50 centimetri, attraverso i classici dispositivi retroriflettenti, gli occhi di gatto, con "una striscia di margine in termocolato plastico sonoro. Arrivata all'altezza di via Tito, la pista ciclabile si affianca al marciapiede del centro sportivo e prosegue sempre in sede bidirezionale e protetta da un cordolo. Da lì, grazie all'introduzione di un attraversamento ciclabile da affiancare a quello pedonale, raggiunge la "dorsale della Colombo", sul lato opposto della strada.*Massimo Marzi*

RICHIEDI UN PREVENTIVO GRATUITO

Scegli noi per la qualità, la professionalità e le garanzie che ti offriamo sui nostri lavori di manodopera e nella selezione dei fornitori.

"Trasformiamo un immobile nella tua casa"

Italdesign
Trasformiamo un immobile nella tua casa!

-Ristrutturazioni chiavi in mano -Progettazione - Pratiche edilizie -Impiantistica termica, idraulica, elettrica e di condizionamento -Sistemi di sicurezza - Porte blindate -Porte da interno -Infissi (alluminio, legno e PVC) -Zanzariere -Tende -Pergotende

Via Guido de Ruggiero, 34 (Montagnola) www.italdesignsrl.it info@italdesignsrl.com 06 31058795

La storica Agenzia Generali di Largo Salinari

Da oltre 70 anni punto di riferimento soprattutto nell'VIII°Municipio

Qual è il vostro punto di forza?
Siamo un Agenzia con una lunga storia, la terza generazione di Agenti. Siamo partner di vita, il nostro principale obiettivo è prenderci cura dei nostri clienti, costruendo soluzioni basandoci sulle reali esigenze dei nostri assicurati.

Quali sono i vostri principali servizi?
Rivoluzioniamo il concetto di assicurazione puntando sull'assistenza ed il benessere del nostro cliente. Le nostre coperture si caratterizzano per un'ampia gamma di servizi, come ad esempio:

- Check up sanitari periodici previsti nelle nostre coperture sanitarie
- Consulenza legale telefonica. Un legale in linea, per dare consulenza sugli eventi legati a tutto ciò che, nella vita privata, sta a cuore dei nostri assicurati: la salute, la gestione della casa e il condominio, l'amico a quattro zampe, le relazioni con gli altri, i viaggi.
- Cerchiamo di tutelare i nostri clienti anche di fronte ai nuovi rischi derivanti dal web, con un sistema di monitoraggio e protezione dei dati sensibili su Pc e mobile per poter navigare sul web in tranquillità.

Avete anche novità per gli amici a quattro zampe?
Si, abbiamo posto grande attenzione ai nostri amici a quattro zampe. La nostra offerta si è ampliata, oltre alla tradizionale polizza di responsabilità civile, abbiamo concepito una vera e propria copertura sanitaria. In più con la nostra app ed un piccolo dispositivo per il collare è possibile monitorare a distanza il benessere del nostro piccolo amico, impostare dei recinti virtuali così da poter controllare se si allontani senza vincolare la sua libertà.

Tra i vostri servizi c'è la possibilità di piani di accantonamento?
Assolutamente si, siamo leader nella gestione dei risparmi degli italiani, con una lunga storia nella protezione dei capitali, sempre pronti a modulare le proprie soluzioni assicurative con lo sguardo teso all'evoluzione della società.
L'ultima novità, permette di investire i propri risparmi in una soluzione assicurativa che ricerca le opportunità di rendimento offerte dallo sviluppo sostenibile e misura l'impatto delle proprie scelte. Creiamo valore condiviso e duraturo nel tempo, per i nostri assicurati e per le generazioni future, orgogliosi di dare forma al domani.

GENERALI
partner di VITA
MIGLIORI IN ITALIA
GENERALI
Agenzia Generali
Roma Salinari
Largo Carlo Salinari, 18
00142 Roma
06.515741
info@agenziaspecialefl.it
Da oltre 70 anni siamo un punto di riferimento per i nostri clienti!
Vieni a trovarci nella nostra Agenzia sita in Largo Carlo Salinari, 18 i nostri consulenti saranno pronti ad aiutarti ad orientarti nel sempre più complesso mondo delle assicurazioni,
Offrendoti una consulenza gratuita ed un check up assicurativo!
COUPON da portare in agenzia
per proposte con sconti dedicati e il ritiro di un GADGET di Benvenuto

Benessere, lavoro e turismo

Tre pilastri informativi di utilità quotidiana

Massimo MARZI
Il BeneGiornale®
per il BENE ed il MEGLIO nella comunicazione MEDIATICA
+39 3294595457

Il nuovo format "Il BeneGiornale" si ispira al bene per diffonderlo in tutte le forme possibili, per mettere in atto una buona comunicazione educativa ed etica. Derivate da questo filone rivoluzionario di info-comunicazione positiva sono in fase di sviluppo tre diverse edizioni del "format" specializzate sui seguenti temi:

- Il BeneGiornale della salute (www.ilbenegiornaledellasalute.it) tutto dedicato al benessere e alla cura della persona, compresa la prevenzione e tutto ciò che ha a che fare con le scoperte scientifiche e le conquiste tecnologiche e applicative nel campo della medicina.
- Il BeneGiornale di Roma Capitale (www.ilbenegiornalediromacapitale.it) un BeneGiornale dedicato a quella romanità che non ha ancora avuto una riconoscenza adeguata, per essere raccontata "come si deve" sui media; prevede un grande approfondimento culturale, che si prefigge di fare giustizia sui valori di Roma, sulla sua bellezza anche nascosta, sulle sue potenzialità, sulla sua popolazione e sulle abitudini in via d'estinzione.
- l BeneGiornale manageriale (www.benegiornalemanageriale.com) una versione tutta dedicata al mondo del lavoro in tutte le sue infinite ramificazioni ma sviluppato e concepito per dare un contributo importante al miglioramento di questo settore così vitale per la crescita del paese.

Ai nostri giorni non basta più "semplicemente" sapere: occorre sapere prima, sapere meglio, sapere di più. Dovremmo veramente riuscire a poter contare su informazioni concretamente fruibili nella vita quotidiana, l'informazione utile, quella che ci fa comprendere, quella che ci dà una conoscenza utilizzabile, quella che ci rende migliori, più competenti, più consapevoli, più solidali, più colti. C'è un forte bisogno di "rimodernare" e "reinventare" alcuni aspetti del giornalismo. Stiamo lavorando con questi tre progetti per riuscirci.

Massimo Marzi

Comunicare benevolmente episodi d'affetto per un positivo effetto

Vogliamo dare voce, volto ed espressione a contenuti di valore ed umanità meritevoli. Rispetto all'attuale scenario dell'offerta mediatica siamo in totale controtendenza. Quasi tutti si occupano di diffondere non tanto i fatti ma soprattutto i misfatti. Ne deriva un effetto pesantissimo sull'umore della gente, che sta piano piano instillando un grande disagio psicologico, di cui forse non c'è ancora la piena percezione; si sta di fatto producendo una forma di aberrazione nel racconto dei comportamenti che col tempo farà vedere le sue vere, gravi e diffuse ricadute. **Il nostro rapporto con la realtà può divenire alterato, artefatto, truccato dal contributo viziato dei media.** La televisione dovrebbe aiutare a scoprire il meglio diffondendo stimoli di serenità per l'arricchimento dei saperi e dei valori. **Noi viviamo e ci modelliamo "dentro" conformandoci sia alla realtà diretta sia alla realtà mediata;** siamo immersi in due mondi paralleli, ma dobbiamo fare attenzione a non confondere quello "vero" vissuto direttamente da noi con quello "raccontato" da qualcun altro. **Non possiamo pensare a un benessere individuale se non lo impiantiamo dentro un benessere collettivo: è necessario favorire un clima di armonia relazionale che è alla base di ogni serenità esistenziale. La tecnologia oltre che essere utile, potrebbe divenire "affettuosa",** si può lavorare da subito per inventare connessioni CROSS-MEDIALI di pubblica utilità più vicine ai bisogni di tutti i membri della comunità. È indispensabile mettere in circolazione contenuti informativi capaci di **risvegliare stimoli culturali, senso civico, altruismo, valori etici e solidarietà.**

Massimo Marzi

CHECCO DELLO SCAPICOLLO
Famiglia Testa Ristorazione e Ricevimenti dal 1931
RISTORANTE
L'esperienza in Matrimoni, Battesimi, Cresime, Comunioni, Compleanni, Lauree, Anniversari è il punto di forza
Sale private per riunioni, Meeting e Cerimonie
Domenica e festivi servizio baby sitter
Siamo aperti tutti a pranzo e cena - Lunedì riposo settimanale
CONTATTI
Via dei Genieri 7, Roma - 06 5010251/06 5018502 - Fax: 06 5020528 - info@checcoscapicollo.com www.checcoscapicollo.com

La Rubrica sulla Sicurezza

Perché una formazione antincendio?

Il D.lgs 81 del 2008 stabilisce che il datore di lavoro deve valutare i rischi presenti in azienda e nominare i lavoratori addetti alla prevenzione incendi e al loro contrasto. Il numero di questi addetti e la loro formazione deve essere rapportata alle caratteristiche specifiche dell'azienda ed al suo livello di rischio d'incendio. Il D.M. 10 marzo 1998 ha individuato tre livelli di attività e di rischio: basso, medio ed elevato. L'incendio è un rischio sempre presente che spesso viene sottovalutato ma che potenzialmente può interessare contemporaneamente ogni livello dell'organizzazione aziendale e del ciclo produttivo. Il corso intende addestrare e formare gli addetti alla gestione dell'emergenza in relazione ai rischi cui può essere soggetta la propria azienda.

Cosa è necessario conoscere per lavorare in sicurezza?

Il fuoco: come si manifesta, come si classifica e come si contrasta;

I mezzi di estinzione: come si dividono, come riconoscerli e come utilizzarli;

Dispositivi di protezione: come adottarli correttamente e come agiscono per proteggerci;

Sicurezza e segnaletica: individuare le vie di esodo e comprendere le indicazioni di salvaguardia;

Queste informazioni sono basilari per comprendere, conoscere e saper contrastare i rischi che possono presentarsi nell'ambito delle attività lavorative e salvaguardare persone e luoghi. Aumentare la cognizione di queste tematiche significa accrescere il livello di protezione insieme alla tutela e alla qualità del proprio operato. *Roberto Tagliaferri*

Pim antincendio
Via idrovore della Magliana,143
segreteria@pimantincendio.it
Tel. 06/65759205

Bonus casa 2020

La Legge di Bilancio per l'anno 2020 ha previsto sia la proroga che l'introduzione, di incentivi e detrazioni fiscali al riguardo dei beni immobili. Tra i bonus confermati per l'anno 2020 troviamo: il beneficio ristrutturazioni, l'ecobonus destinato alla riqualificazione energetica, il sismabonus destinato alla riduzione del rischio sismico, il bonus mobili per l'acquisto di arredi e grandi elettrodomestici, il beneficio "verde" per sistemare giardini e terrazzi, il bonus per l'acquisto della caldaia o della stufa a pellet e alcune novità come: il bonus facciate, il bonus rubinetti e lo sconto in fattura, che verrà applicato solo per i lavori condominiali che oltrepassano i 200.000 euro. *Laura Settele*

novacolor
I colori dell'Architettura

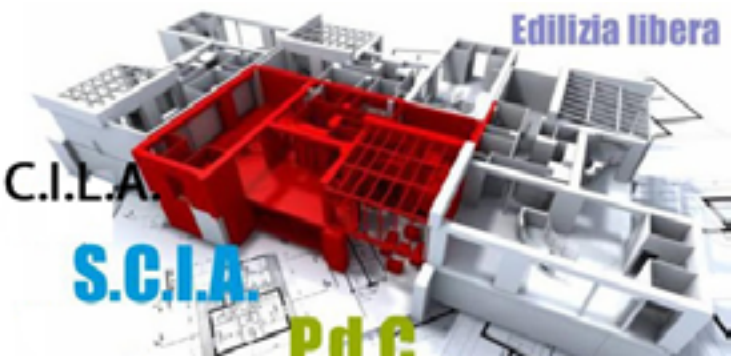
Inaugurazione del nuovo showroom Sturniolo.

L'unico punto vendita dedicato NOVACOLOR Italia a Roma

COLORIFICIO
dal 1969
PRODOTTI BELLE ARTI MAIMERI
Vernici per auto e moto · Edilizia
Smalti acrilici · Epossidici · Poliuretanici
Via Ostiense, 335/b
(altezza metro San Paolo)
tel. 06.59.60.15.60
Via S. Gherardi, 5/7
tel. 06.55.62.841
colorificiosturniolo@gmail.com
www.colorificiosturniolo.com
1969 50 anni 2019

La rubrica dei Geometri

I titoli edilizi



La domanda più frequente, che i nostri clienti ci rivolgono, è da anni, ormai sempre la stessa, ma "Geometra se devo rifare il bagno, cambiare la cucina, adeguare l'impianto elettrico, devo presentare, una comunicazione, una comunicazione asseverata o un permesso di costruire?"
Per questo abbiamo pensato di redigere una serie di articoli, che trattino e spieghino gli*"interventi edilizi e i relativi titoli edilizi abbinati"*, partendo dagli interventi definiti di "Edilizia Libera" per arrivare a quelli più complessi soggetti al Permesso di Costruire.
Delle piccole pillole di Urbanistica ed Edilizia, che speriamo possano fare un po' di chiarezza, nel complesso mondo delle Leggi che regolano il nostro territorio.
I Titoli edilizi a seguito dell'entrata in vigore del Dlgs 222/2016 sono i seguenti:

1. Edilizia libera (senza necessità di alcun titolo);
2. CILA (comunicazione inizio attività asseverata);
3. SCIA (segnalazione certificata di inizio attività);
4. SCIA (segnalazione certificata di inizio attività alternativa al permesso di costruire);
5. PdC (permesso di costruire).

Nel presente articolo tratteremo gli interventi edilizi rientranti nell'**edilizia libera**, cosi come definiti all'**6 del Dpr 380/2001**, realizzabili senza alcun titolo abilitativo o procedura edilizia:

1. gli interventi di manutenzione ordinaria di cui all'articolo 3 Dpr 380/2001, comma 1, lettera a) "interventi di manutenzione ordinaria", gli interventi edilizi che riguardano le opere di riparazione, rinnovamento e sostituzione delle finiture degli edifici e quelle necessarie ad integrare o mantenere in efficienza gli impianti tecnologici esistenti";
2. gli interventi di installazione delle pompe di calore aria-aria di potenza termica utile nominale inferiore a 12 kW;
3. gli interventi volti all'eliminazione di barriere architettoniche che non comportino la realizzazione di ascensori esterni, ovvero di manufatti che alterino la sagoma dell'edificio;
4. le opere temporanee per attività di ricerca nel sottosuolo che abbiano carattere geognostico, ad esclusione di attività di ricerca di idrocarburi, e che siano eseguite in aree esterne al centro edificato;
5. i movimenti di terra strettamente pertinenti all'esercizio dell'attività agricola e le pratiche agro-silvo-pastorali, compresi gli interventi su impianti idraulici agrari;
6. le serre mobili stagionali, sprovviste di strutture in muratura, funzionali allo svolgimento dell'attività agricola;
7. le opere dirette a soddisfare obbiettive esigenze contingenti e temporanee e ad essere immediatamente rimosse al cessare della necessità e, comunque, entro un termine non superiore a novanta giorni, previa comunicazione di avvio lavori all'amministrazione comunale;
8. le opere di pavimentazione e di finitura di spazi esterni, anche per aree di sosta, che siano contenute entro l'indice di permeabilità, ove stabilito dallo strumento urbanistico comunale, ivi compresa la realizzazione di intercapedini interamente interrate e non accessibili, vasche di raccolta delle acque, locali tombati;
9. i pannelli solari, fotovoltaici, a servizio degli edifici, da realizzare al di fuori della zona A) di cui al decreto del Ministro per i lavori pubblici 2 aprile 1968, n. 1444;
10. le aree ludiche senza fini di lucro e gli elementi di arredo delle aree pertinenziali degli edifici.

Liberalizzazione e semplificazione dell'attività edilizia non significa dimenticare le insidie dei vincoli: è necessario accertare che l'area non sia sottoposta a particolari limitazioni all'interno del Piano Regolatore comunale, che non rientri in quelle vincolate ai sensi del Codice dei Beni Culturali e del Paesaggio, di cui al decreto legislativo 42/200, che Il manufatto rispetti la normativa settoriale antisismica, idrogeologica, igienico sanitaria e di sicurezza antincendio. Anche se l'intervento edilizio ricade tra quelli di "EDILIZIA LIBERA", è comunque necessaria una verifica a 360° gradi. Buon lavoro a tutti.

Geom. Cristina AIUTI e Geom. Marco D'Alesio

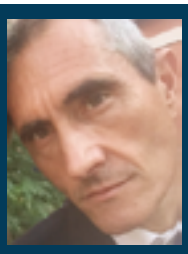
ASSOCIAZIONE PROFESSIONALE STUDIO TECNICO
Geom. C. Aiuti e Geom. M. D'Alesio

Da 30 anni nel settore, esperti in Urbanistica ed Edilizia, Progettazione, Vigili del Fuoco, Catasto, Suap Commercio, Stime immobiliari, DUE DILIGENCE, Condoni Edilizi, Autorizzazioni Paesaggistiche, Agibilità, Pratiche ASL, Autorizzazioni Insegne, Autorizzazioni Passi carrabili, APE, Assistenza in fase di compravendita, Pratiche per apertura attività extralberghiere, Redazione tabelle millessimali. Perizie per il Tribunale.

Viale della Tecnica, n. 205 – 00144 ROMA
Tel. 0645447366 – cel studio 360350166
aiuti.dalesio@adconsult.it

La rubrica del Dottore Commercialista

Indennizzo cessazione attività commerciale



Alessandro De Filippis
Via Giuseppe Viner, 100
(Zona Axa-Acilia) 00125
Roma

tel: 06 52440979
cell: 335 6291399
Fax 06 52455028

A dicembre 2018 ho chiuso il mio bar. Mi viene riferito che avrei la possibilità di ricevere un contributo dall'Inps, ma di cosa si tratta? tÈ vero o sono solo le solite voci infondate che girano?

Effettivamente la legge 128 del 2019 ha aperto l'indennizzo per la cessazione di attività commerciali per gli anni 2017 e 2018.
Si tratta, in particolare, di un corrispettivo mensile erogato dall'Inps a coloro che hanno chiuso definitivamente la loro attività commerciale nel 2017 e 2018 e che faranno domanda a partire dal 03/11/2019.
L'indennizzo spetta se si ha più di 62 anni (57 per le donne) e al momento della chiusura si è iscritti da almeno 5 anni alla gestione commerciale Inps.

Per chiusura si intende cessazione definitiva dell'attività con riconsegna della licenza e cancellazione dal registro delle imprese.
Il trattamento sostitutivo decorre dal giorno successivo alla domanda e resta in vigore sino alla data di compimento dell'età pensionabile.
L'importo dell'assegno è pari al trattamento minimo di pensione (poco più di 500,00 euro).
Faccio osservare, infine, che l'indennizzo è incompatibile con lo svolgimento di qualsiasi attività di lavoro autonomo o subordinato, che pertanto cessa dal primo giorno del mese successivo a quello in cui il beneficiario abbia ripreso a lavorare.
Al di là dei normali controlli dell'Inps, è fatto obbligo al beneficiario comunicare la ripresa di un'attività entro i successivi trenta giorni.

Dominare o subire l'informazione?

L'informazione è alla base dell'intelligenza del singolo e della collettività, è energia vitale che stimola, alimenta, sostiene e favorisce gli scambi e le incessanti trasformazioni messe in movimento da tutti i protagonisti della globalizzazione.
Alcuni studiosi del fenomeno "informazione incontrollata ed aggressiva" hanno coniato due espressioni eloquenti per definirne i lineamenti: "information anxiety" ansia da informazione e "information overload syndrome", più brevemente I.O.S. sindrome da sovraccarico informativo. Occorrono nuovi strumenti e innovative metodologie per sviluppare capacità integrate per dominare l'informazione, saperla sfruttare, valorizzare e padroneggiare senza il rischio di esserne sopraffatti. **Alcune organizzazioni di intelligence che adottano tale metodo lo chiamano "information dominance" che consiste in:**

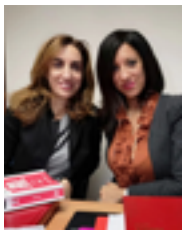
- potenziare la propria produttività individuale;
- incrementare la capacità di documentarsi;
- sfruttare tutte le fonti open source raggiungibili;
- estendere il network informativo;
- rivedere e ottimizzare gli stili dei consumi mediatici.

Per riepilogare pochi provvedimenti possono fare grandi differenze in termini di efficienza ed efficacia:

- adottare metodi di information dominance per trovare e gestire nuove oasi informative;
- sviluppare ed alimentare una rete di relazioni, di scambio e di confronto anche internazionale;
- gestire oculatamente il tempo, evitando sprechi della preziosa risorsa;
- affrontare la complessità impiegando idonee procedure personali di impiego delle ICT (Information & Communication Technologies);
- tenere lontana l'ansia da informazione, generata dal sovraccarico informativo e dalla sete disordinata di saperi.

Massimo Marzi

L'avvocato civilista



La Pensione di Reversibilità al coniuge separato e divorziato

La pensione di reversibilità è quella prestazione che spetta ai **familiari superstiti** in caso di decesso del titolare della pensione. Per familiari si intendono **coniuge, figli, genitori, fratelli o sorelle superstiti.** Al coniuge e/o a coloro che sono uniti civilmente, la pensione spetta in automatico senza che sia richiesta alcuna condizione, come invece avviene per gli altri familiari.

La pensione è riconosciuta anche a pensione di reversibilità spetta anche al **coniuge superstite separato** circostanza che si può verificare quando la morte del coniuge avviene durante il periodo di separazione e quindi prima della sentenza di divorzio. Sul punto si segnalano due diversi orientamenti della Cassazione:

- il diritto spetta a patto che il superstite riceva l'assegno di mantenimento o l'assegno alimentare;
- Per altro orientamento (sul cui filone si inserisce anche la recente sentenza della Cassazione n. 7464 del 15 marzo 2019) **la pensione spetta a prescindere da qualsiasi assegno.** Nella determinazione della pensione di reversibilità rilevano la **presenza dei figli, la durata del matrimonio,** la presenza o meno di **nuove nozze e le condizioni economiche** delle parti coinvolte. Per molti anni la Corte di Cassazione ha ritenuto che la pensione di reversibilità spettasse solamente al coniuge beneficiario dell'assegno di mantenimento, ma l'orientamento più recente induce a ritenere che la pensione di reversibilità viene riconosciuta al coniuge separato a prescindere dal fatto che la separazione sia avvenuta con o senza addebito.

Nell'ordinanza **n. 9649 del 2015,** la Corte di Cassazione ha infatti precisato che: ***«La ratio della tutela previdenziale è rappresentata dall'intento di porre il coniuge superstite al riparo dall'eventualità dello stato di bisogno,*** *senza che tale stato di bisogno divenga (anche per il coniuge separato per colpa o con addebito) concreto presupposto e condizione della tutela medesima».* Ai **coniugi divorziati** invece la pensione è riconosciuta alle seguenti condizioni:

- Presenza dei requisiti assicurativi e contributivi in capo al coniuge deceduto;
- Inizio del rapporto assicurativo del coniuge deceduto prima della sentenza di pronuncia dello scioglimento o della cessazione degli effetti civili del matrimonio;
- Diritto all'assegno divorzile;
- Assenza di successive nozze da parte del coniuge superstite;
- Diritto di abitazione nella casa appartenente all'ex coniuge in luogo dell'assegno divorzile.

Avv. Daria Colica tel 347 9368029
Avv. Valeria Zuccarello
Diritto Civile e Tributario
La Rubrica su www.ilfaroinrete.it

Noleggio a lungo termine: tutti i vantaggi e le agevolazioni

Stiamo vivendo un momento di grande incertezza nel mercato dell'automobile. Oggi abbiamo una vasta scelta di modelli tra veicoli elettrici, ibridi e plug-in, ma non sappiamo ancora se saranno effettivamente le auto del futuro, ci sono troppe incognite e tante incertezze sulla reale efficienza delle batterie. Siamo ancora all'inizio dello studio e sviluppo delle batterie che al salone di Francoforte ed. 2019 Bmw e Hyundai hanno presentato i propri veicoli ad idrogeno come in precedenza già fatto da Toyota e Mercedes. In questo momento di totale incertezza, conviene passare al Noleggio a Lungo Termine: che permette di avere un veicolo nuovo ed alla scadenza contrattuale si restituisce senza preoccuparsi di dubbi valori, riscatti o maxi-rate da pagare, scegliendo cosi un nuovo veicolo di ultima generazione. Il noleggio libera dagli impegni economici dell'auto Bollo, Assicurazione RCA, Manutenzione ordinaria e straordinaria, in più è compresa ca copertura Casco che vi mette al riparo da qualsiasi sorpresa. Il NLT

non è un finanziamento, un canone mensile comprende tutto. Nel caso di incidente, causato, il premio assicurativo non aumenta e il veicolo ve lo riparano, qualsiasi sia il danno. Nel caso di furto il contratto si chiude e si riparte con un nuovo veicolo.

Soluzioni Leo: i broker del noleggio a lungo termine

Grazie alla nostra pluriennale esperienza, nel settore dell'auto, siamo in grado di aiutarvi nella scelta del vostro nuovo veicolo, sia che si tratti di

Auto, Moto, furgoni, etc. Ovviamente parliamo di Noleggio a Lungo Termine, con contratti che vanno da 36 a 60 mesi ed un limite di 180.000 km totali. La nostra scelta è stata quella di diventare dei Broker del noleggio, questo ci permette di avere a disposizione lo Stock di più Aziende Leader del settore, potendo scegliere il miglior compromesso tra disponibilità, servizi ed ovviamente prezzo. La scelta dell'auto è un momento importante lasciatevi guidare dalla nostra esperienza tecnica e commerciale senza tralasciare la passione. Un'opportunità per i professionisti, le aziende ed anche i privati.

Addio al Diesel? I primi blocchi dal 2020

La polemica sullo stop alla circolazione dei veicoli diesel Euro 5 e 6 a Roma, avvenuta a Gennaio 2020, alimenta l'incertezza dei consumatori. L'Unione Petrolifera ha fornito i dati sulle emissioni di polveri sottili dei veicoli a gasolio Euro 5 e 6, interessati al blocco del traffico: un divieto che incide sullo 0,15% del totale immesso. Con l'introduzione delle nuove norme europee RDE (Real Driving Emissions) è stata introdotta comunque una stretta che mira ad un sostanziale blocco per le auto diesel dal 2020. Nell'Europa occidentale si è scatenata la guerra al Diesel, le normative infatti puntano verso una sua progressiva abolizione dato l'alto tasso di inquinamento soprattutto per gli ossidi di azoto che il motore diesel produce in quantità e che, a causa dei suoi fumi ricchi di ossigeno, i normali catalizzatori non possono abbattere. E anche per la loro diffusione, fra i maggiori responsabili delle emissioni di CO_2 nel settore dei trasporti. I tempi della transizione all'ecologico, però, dipenderanno più dalla politica che dall'industria: se i limiti alle emissioni saranno fatti scendere fino a livelli impossibili per i motori a scoppio, ecco che tutto avverrà molto rapidamente. Forse però più che tentare di esorcizzarlo, sarebbe meglio premere affinché sia perfezionato al massimo e affinché si rottamino i diesel più vecchi e inquinanti. *Laura Settele*

Soluzioni Leo

Noleggio a Lungo Termine,
Consulenza sulla scelta dell'auto,
Consulenza Post-Vendita
Ricerca Veicoli usati

Marco cell. 340.1967600
Nathalie cell. 347.7489553
mail: noleggio@soluzionileo.rent
www.soluzionileo.it

CENTRO MEDICO POLISPECIALISTICO

ASTER DIAGNOSTICA

SERVIZI ATTIVI DI DOMENICA MATTINA

- ANALISI CLINICHE
- RADIOLOGIA
- ECOGRAFIA
- RISONANZA MAGNETICA APERTA
- T.A.C.

Prelievi senza appuntamento dalle 8:00 alle 10:30

Via delle Costellazioni, 306 - Roma zona EUR Torrino
Tel. 06 5291330 - www.asterdiagnostica.it

Evento "Art and Science": quando la medicina diventa Arte

Il Ministro della Salute Speranza:"l'articolo 32 un Faro di luce verso nuove riforme"

Ha avuto luogo, recentemente, un importante Evento "Art and Science" organizzato da FNOMCeO (Federazione Nazionale degli Ordini dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri) presso il Salone Margherita.

Il Dott. Matteo Gilardi, medico Otorinolaringoiatra, è stato il protagonista della Manifestazione realizzando una performance teatrale suggestiva. Partendo dai suoi studi di Biologia e Fisiologia del corpo umano, ha saputo trasformare le immagini di microscopio in vere e proprie opere artistiche e musicali. Alcune foto hanno preso vita diventando abiti di prestigio con colori che hanno affascinato la platea.

Successivamente il Ministro della Salute Roberto Speranza è salito sul palco e ha evidenziato le novità relative al Nostro Servizio Sanitario Nazionale.

"Veniamo da anni difficili - ha affermato il Ministro - il SSN ha bisogno sicuramente di essere riformato ma sempre mantenendo i principi del passato e adeguandoci alle sfide dell'Era Moderna: l'evoluzione che sta arrivando nelle nostre case con le nuove invenzioni, i farmaci e la Scienza sempre in evoluzione. Prima però abbiamo bisogno di ricominciare ad investire, dopo troppi anni di tagli sulla qualità della vita delle persone.

Abbiamo già iniziato a mettere il segno - ha sottolineato Speranza- due miliardi in più sul fondo non si vedevano da tempo, l'1,7% in più rispetto agli anni precedenti, due miliardi sull'edilizia e l'abolizione del Super Ticket. Inoltre, la battaglia sul personale è un grande tema. Nel 2019 la quota aggiuntiva che le Regioni potevano spendere nel personale era il 5% su un miliardo, nel 2020 sarà fino al il 15% su due miliardi. Altro aspetto è quello di valorizzare la capillarità degli studi dei medici di medicina generale e dei pediatri.

Dobbiamo comprendere al meglio quale pietra preziosa è nelle nostre mani, consegnataci dai nostri padri, a partire dalla scrittura dell'articolo 32 che per me - ha concluso il Ministro - è un Faro straordinario da cui provare a trarre la luce per andare avanti, come la legge 833 del '78 che ha istituito il Servizio Sanitario Nazionale. Lì ci sono i nostri valori, la nostra storia e l'idea dell'universalità: se stai male non conta quanti soldi hai, da dove provieni o di chi sei figlio, hai diritto ad essere curato e questa non è un diritto presente in tutto il mondo".

Il Ministro della Salute Roberto Speranza con il dott. Filippo d'Alfonso e l'Editrice de Il Faro, Valentina Tacchi

La rubrica del farmacista

Filippo d'Alfonso
Presidente AFD

d.alfonsofilo@alice.it
Tel. 331/7764028

ASSOCIAZIONE Farmacisti Divulgatori

Fitoterapia in gravidanza

Spesso accade che la donna in stato di gravidanza abbia bisogno di terapie mediche al fine di risolvere disturbi che colpiscono l'apparato genito-urinario, l'insonnia o le nausee e molto di frequente la stitichezza . Per timore di arrecare danni al nascituro le gestanti tendono a respingere ogni tipo di rimedio, sia esso farmacologico o appartenente alla cosiddetta "medicina non convenzionale", è opportuno usare molta cautela, ma il perdurare dei disturbi può limitare la serenità della gestazione ed è per questo che il consiglio di uno specialista della salute, quale è il farmacista, può rappresentare una buona strada da percorrere al fine di ritrovare la stabilità della gestante.

Non è possibile elencare in maniera netta e decisa una tabella di rimedi fitoterapici adatti a far svanire i sintomi sopracitati ma, viceversa, è possibile sottolineare quelli che sono i pericoli per il feto e per la mamma.

Le piante officinali ricche di alcaloidi ed oli essenziali come la **Propoli** e la **Borragine** rappresentano un pericolo importante da non sottovalutare. **L'Arnica** e l'**Erba medica** hanno un elevato effetto teratogeno sul feto, così come la **China** e la **Vinca** e quindi è opportuno evitarne l'impiego. **Zenzero**, **Aglio** e **Aloe** sono solo alcune delle piante che invece causano un aumento della motilità uterina, mentre la **Senna** e la **Cascara** nonostante il loro effetto lassativo sono da evitare, in quanto ricche di droghe antrachinoniche.

Specialmente all'inizio della gravidanza è opportuno evitare l'uso di medicamenti; durante la **Blastogenesi**, ovvero il periodo che va dal concepimento fino al quattordicesimo giorno, è piuttosto elevato il rischio teratogeno mentre durante l'**Embriogenesi**, che va dal quattordicesimo fino al terzo mese, si potrebbe andare incontro al rischio di malformazioni fetali, soprattutto se si persegue una sconsiderata somministrazione di rimedi terapeutici.

Un altro nemico della futura mamma è la **caffeina**, il consumo eccessivo di caffè potrebbe danneggiare il feto in quanto viene alterata in modo significativo la circolazione sanguigna a livello placentare, lo stesso discorso è valido per la **nicotina,** grandi fumatrici infatti vanno più facilmente incontro al rischio del distacco della placenta.

Un discorso analogo va fatto anche al riguardo del periodo di allattamento, proprio perché molti rimedi che hanno la capacità di arrivare al latte materno possono provocare danni anche seri al lattante, in linea generale durante l'allattamento vale il discorso fatto per la gravidanza ed in più è opportuno evitare psicofarmaci, eccitanti e FANS dove in quest'ultimo caso si andrebbe incontro a gravi emorragie.

Iscriviti nell'Associazione dei Farmacisti, Medici e Professionisti del Benessere AFD (Associazione dei Farmacisti Divulgatori), uno dei Canali di diffusione della Cultura e dei suoi Professionisti del giornale Il Faro: www.farmacistidivulgatori.it

La Rubrica della Dentista

Dal dentista senza dolore e senza...paura!

Chi non prova timore al solo sentire nominare la parola dentista? Effettuare le terapie con l'utilizzo di un aerosol a base di **PROTOSSIDO DI AZOTO,** inducendo una Sedazione cosciente, può aiutare il paziente a **gestire l'ansia e a controllare la paura.** La cosiddetta **"aria dolce",** inalata attraverso una mascherina posta sul naso durante i trattamenti, è una delle più valide tecniche per le cure odontoiatriche non solo nei **bambini** ma anche negli **adulti** , usata da decenni negli Stati Uniti, Inghilterra e Canada. Composta da Azoto e Ossigeno, elementi naturali presenti nell'aria, induce una sensazione di **rilassamento e benessere,** lasciando il paziente cosciente, ma alleviando

l'ansia, la tensione e **e riducendo la percezione del dolore.** . Ha un effetto immediato, viene eliminata dal corpo respirando solo ossigeno per 3 minuti, può essere usata dopo i 4 anni ed è necessario un digiuno di 2 ore.
Il 20% dei bambini ha paura ma ha la capacità di elaborare la paura recente, quindi, se vivrà serenamente la prima esperienza dal dentista con l'utilizzo del **Protossido di azoto** , supererà il problema della paura e potrà sottoporsi ai successivi trattamenti senza la sedazione cosciente.
Per gli adulti sarà più difficile eliminare vecchie paure radicate, ma riusciranno ad affrontare con meno ansia trattamenti quali le sedute di igiene orale, la rimozione di suture, l'ago dell'anestesia, e tutti i tipi di interventi e cure odontoiatriche.
"L'Aria dolce" ha la capacità di inibire il riflesso del vomito, quindi sarà utile in tutti quei casi dove è particolarmente stimolato, ad esempio quando si devono fare radiografie, terapie canalari dei molari o durante la presa di impronte complesse per i lavori di protesi. **Nello Studio Raffoni, la Sedazione Cosciente è offerta gratuitamente in ogni trattamento.**
Dott.ssa Emanuela Raffoni: 347 4000528

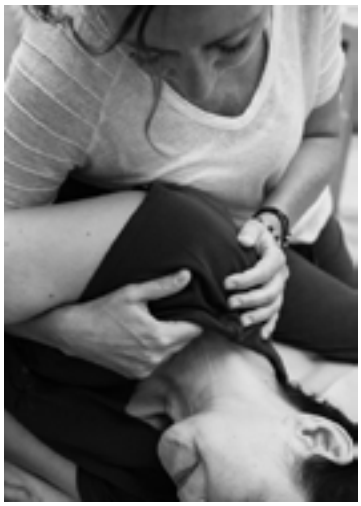
Emanuela Raffoni
STUDIO ODONTOIATRICO
MEDICO CHIRURGO SPECIALISTA IN ODONTOSTOMATOLOGIA
ODONTOIATRIA INFANTILE
www.dentistaemanuelaraffoni.it
Cell 347 4000528 - Tel 06 52277102
mail raffonistudio@gmail.com
Via Barilatti, 48

L'osteopata

Postura e mal di schiena: tra biologia e biografia

D.ssa Cristina Bernard
V.le Cesare Pavese, 277

cell: 3396128991
Omya Studio



Alzi la mano chi non ha mai sofferto di mal di schiena almeno una volta nella vita.
Forse anche tu, caro lettore, sei nella lista dei super fortunati?
Allora sappi che la percentuale di popolazione adulta che ha sofferto almeno una volta nella vita di mal di schiena è veramente alta, circa l'80%, sebbene alcuni studi parlino addirittura del 90%.
Si tratta della patologia più diffusa nei paesi industrializzati. Basti pensare che secondo i dati ufficiali solo in Italia il 50% delle assenze sul lavoro dipendono da problemi muscolo scheletrici, principalmente dalla lombalgia. A quanto pare essere donna o uomo non è un deterrente, così come non lo è il fattore età, il mal di schiena colpisce tutti. Pensa, che le ipotesi circa le cause di questa malattia, raggiungono il numero incredibile di 840, ma ancora frequentemente si invoca il termine di rachialgia idiopatica, cioè, non si trovano cause e cure adeguate, e non a caso il mal di schiena è la causa più ricorrente di infermità lavorativa e di disabilità.
Specialisti di tutto il mondo sono da sempre uniti nello sforzo di quantificare tutta una serie di sintomi comuni che però risultano, ancora oggi, essere poco misurabili e comparabili, in quanto ogni individuo è un'entità unica come essere biologico, con una propria storia, un proprio stile di vita e delle proprie relazioni.
Se mi hai seguito fino a questo momento, caro lettore, ti prego di sederti, così sei in sicurezza per ricevere la notizia bomba del secolo: la postura non è la causa del mal di schiena, così come non esistono nervi accavallati.
Il corpo ha una sua intelligenza innata, che spesso dimentichiamo di considerare e valorizzare, il cui scopo è anche quello di mettere in protezione zone in sofferenza. Ti faccio un esempio: quando ho un dolore al fianco destro tendo a piegarmi su quella zona.
La postura è, quindi, la sintesi visibile dall'esterno di tutta una serie di rapporti ed equilibri interni che possono trovarsi in difficoltà a causa, ad esempio, di una zona di infiammazione cronica, anche dovuta a malattie dell'infanzia, a cicatrici chirurgiche, a esiti di pregressi traumi fisici e/o psichici che creano un'alterazione della naturale fisiologia. Si vengono così a creare delle zone di restrizione che alterano la postura, creando una sofferenza anche a carico della colonna e non solo. E' necessario fare una valutazione globale della persona affetta dal mal di schiena, tramite test accreditati e palpazione dei tessuti, dopo avere raccolto una dettagliata anamnesi. L'osteopata è in grado di arrivare ad una diagnosi di tipo osteopatico e di seguito applicare la più efficace delle tecniche per quella persona, in quel momento.

Cristina Bernard: Osteopata, fisioterapista e titolare dello Studio Olistico OMYA all'Eur

L'ENERGIA vitale alla base del tuo BEN-ESSERE

Cristina Bernard ti accoglie nel suo OMYA STUDIO all'Eur sempre con il sorriso, con quello sguardo che vede naturalmente le tue emozioni. E' così che ti apre la porta e ti mette a tuo agio. Ti senti subito a casa in quel suo Centro olistico fatto di benessere, di cura della persona, tra yoga e pilates, antigravity e riflessologia plantare. Tanti sono gli incontri che tiene insieme ad altre professioniste come quello sul tema della Menopausa. In una delle stanze, c'è il suo studio di osteopatia e fisioterapia, entri sapendo di poter liberare i tuoi pesi e lasciare che il tuo corpo si esprima al suono della sua musica, un ritmo di competenza e sensibilità. E' lì che inizi così a dialogare con lei, inconsapevolmente, su quel lettino che si muove al suo tocco, come le note di un pianoforte, inizia la sua melodiosa palpazione. Sente la densità dei tessuti e verifica la realtà della fisiologia e dell'anatomia in quel momento, rispetto a quello che non trova a livello tattile. Poi, va a lavorare per riportare Il tuo corpo in equilibrio. A volte, tocca le corde giuste, quelle di blocchi, fatiche e traumi e tu senti che è proprio lì, che si è messa in ascolto con il tuo corpo che, silenziosamente, le suggerisce. Gli organi la richiamano per recuperare il flusso energetico ed il loro naturale benessere, nel flusso delle pareti trova la strada. Nella zona di disfunzione osteopatica o nella lesione, i tessuti possono trovare la naturale circolazione e fisiologica elasticità. Qualcuno riferisce di sentirsi "più leggero", altri si rilassano a tal punto da addormentarsi. C'è poi chi si commuove quando come un direttore d'orchestra, Cristina Bernard trova quella nota giusta con dolcezza e la verità acquista la sua forza. Ha conseguito tanti successi come quello di 4 donne che ha trattato per l'infertilità e, dopo i suoi trattamenti, sono rimaste incinte! Magari trova il sacro un po' in difficoltà, va a lavorare sulla densità ossea, la parte anteriore sopra pubica dove sono contenuti l'utero e le ovaie. Va a togliere le tensioni e gli organi ritornano ad essere liberi di muoversi, come i cavalli che si liberano dalle briglie, riprendono la loro mobilità. L'Osteopatia è anche questo, sentire i tessuti pure quelli più profondi. Oppure risolvere problemi di pazienti con gravi mal di testa. Sono state riconosciute 840 tipologie di mal di schiena ma della maggior parte non si conoscono le cause. E' lì, inoltre, che Cristina agisce, perché non va a trovare la patologia ma la disfunzione per riportare in equilibrio tutto il Sistema.
"Ormai da 15 anni sono sua paziente - sostiene con orgoglio Ileana - perché ci mette amore ed entusiasmo. Oltre alla competenza e allo studio continuo, soprattutto, c'è la passione del professionista che non è più una cosa facile da trovare".
Cristina Bernard oltre ad essere osteopata e fisioterapista, titolare di Omya Studio, è una donna che fa dell'Energia vitale la base del Ben-Essere, del rispetto verso il Prossimo e la Natura, la sua Etica. Ecco allora, che le sue note non rimangono in quella stanza ma si espandono nell'Universo. Tutto ha inizio con un Sorriso! (Cristina Bernard tel. 339 6128991)

Valentina Tacchi

VILLA ARDEATINA

CENTRO DI RIABILITAZIONE

CASA DI RIPOSO

Accreditata SSN e Certificata ISO 9001:2015

Via Mentore Maggini, 51 (ROMA - ZONA LAURENTINA)

tel. 0651037 • Fax 065043105 • info@villaardeatina.it

Seguici su facebook

www.villaardeatina.it

YouTube

Convenzionata in forma diretta con le seguenti compagnie assicurative:

ALLIANZ, RBM SALUTE, CASPIE, GENERALI, FASI, FASI OPEN, FASCHIM, PREVIMEDICAL, POSTEVITA, COOPSALUTE

SERVIZIO RESIDENZIALE, AMBULATORIALE E DOMICILIARE EX ART. 26 NEUROPSICHIATRIA INFANTILE

SERVIZI RIABILITATIVI PRIVATI

Tecarterapia • Laserterapia ad alta potenza • Onde d'urto • Idrokinesiterapia Rieducazione Neuromotoria • Kinesiterapia • Rieducazione Posturale Individuale Linfodrenaggio manuale • Magnetoterapia • Ultrasuoni • Elettroterapia • Neurotape

L'Endocrinologa

Ovaio policistico, fertilità, gravidanza e stile di vita

La sindrome dell'ovaio policistico (PCOS) o Sindrome di Stein-Leventhal è una patologia endocrino-metabolica che colpisce, a livello mondiale, il 5-10% della popolazione femminile in età fertile ed è la causa più frequente di infertilità femminile. Clinicamente, le pazienti manifestano due o più di questi segni e sintomi:

- Alterazioni del ciclo mestruale, per esempio oligomenorrea (ciclo di durata superiore a 35 giorni) e l'amenorrea (assenza di mestruazioni);
- Alopecia androgenica, perdita dei capelli tipica del sesso maschile;
- Acne, pelle unta e dermatite seborroica;
- Iperandrogenismo: elevati livelli nel sangue di ormoni maschili che causano irsutismo
- Obesità centrale, ossia obesità che si concentra nella metà inferiore del torace, dando al tronco la caratteristica forma a mela;
- Infertilità femminile.

La terapia deve tendere a rompere il circolo vizioso dell'anovulazione cronica e si basa su diversi capisaldi:

- Terapia estro-progestinica con lo scopo di preservare l'ovaio da un'eccessiva distruzione dei follicoli che potrebbe portare ad infertilità
- Modulazione della secrezione androgenica
- Miglioramento dell'insulino-resistenza (dieta chetogenica)

MioDottore Awards 2018 Vincitore

- Supplementazione vitaminica con acido folico
- Correzione dello stile di vita mediante dieta e attività fisica.

Il cambiamento dello stile di vita, una dieta adeguata e la conseguente perdita di peso sono positivamente associati ad un aumento dell'ovulazione spontanea: gravidanze spontanee sono state ottenute con un calo ponderale di almeno il 5% del peso iniziale. Perché la perdita di peso gioca un ruolo così importante? Prima di tutto specifichiamo che per ottenere un'efficacia metabolica la donna deve perdere massa grassa: la riduzione del tessuto adiposa comporta un miglioramento dell'insulinoresistenza, una minor produzione periferica di androgeni e una minore trasformazione di questi ultimi in estrogeni, andando a scardinare il meccanismo causale della patologia. La dieta chetogenica, permettendo di perdere esclusivamente massa grassa, si è dimostrata particolarmente efficace nelle donne affette da sindrome dell'ovaio policistico. La dieta chetogenica agisce a livello metabolico: riduce l'iperinsulinemia e l'insulino-resistenza, diminuisce la produzione periferica di androgeni e consente di ripristinare una normale ciclicità, un aumento dell'ovulazione e un aumento di gravidanze spontanee, senza assumere alcun tipo di farmaco! La perdita di peso, intesa come massa grassa, è raccomandata come terapia di prima linea nelle pazienti con PCOS che cercano una gravidanza.

Dott.ssa Francesca Spasaro
Medico chirurgo
Specialista in Endocrinologia e Diabetologia
Nutrizione clinica - Omotossicologia - Piede Diabetico
Tel 340 5061979
francescaspasaro@live.it
fb: dott.ssa Francesca Spasaro

www.miodottore.it/francesca-spasaro/diabetologo-endocrinologo-nutrizionista/roma

Studio Dentistico Dr Daniele Gensini

ODONTOIATRIA ESTETICA
IMPLANTOLOGIA A CARICO IMMEDIATO
ORTODONZIA INVISIBILE

prima

dopo

Studio Dentistico
Dr Daniele Gensini

il sorriso che meriti

Piazza del Sole, 23 Roma (Eur/Torrino)
tel: 06 52277119

La Rubrica sull'Interpretazione dei Sogni

La notte porta consiglio

I sogni che ti indicano la strada

Psicologa, Psicoterapeuta

Dott.ssa Nunzia Fasano
Salita del Poggio
Lauretino, 18 Eur Roma
Studio FM
cell: 347 6611972
nunzia.fasano@
studiofmroma.it

Il sogno come diceva Freud è la Via Reggia ed è ancora, dopo tanto tempo, quello che si analizza all'interno di ogni Relazione terapeutica. Il sogno ci mostra il nostro mondo interno, esterno, i nostri ricordi, la nostra storia e quella dei nostri antenati.
A volte, ci parla con un linguaggio che fa male, che appare illogico, o che lascia un senso di felicità. Segnano la nostra vita, infatti ed alcuni possono aiutare a prendere decisioni importanti però essendo grandi doni, non vogliono essere banalizzati o trattati male.
Perché sogniamo?
Dopo tanti anni di lavoro terapeutico, ma anche facendo attenzione ai sogni personali, di amici e familiari, quello che ho notato è che i sogni ci aiutano a vivere meglio la nostra vita; i ritmi circadiani ci aiutano a poter restare in salute e quindi a prevenire vari disagi mentre prestare attenzione ai sogni ci permette di visualizzare quelle situazioni che stiamo vivendo e di cui non ci rendiamo conto.
Esistono sogni collettivi, anticipatori, sogni di varia natura ma quello che bisognerebbe chiedersi, è se ci si rende conto di avere a disposizione un mondo intero che attraverso il sogno si svela, portandoci a vedere parti

di noi inusuali, ricordi che affiorano e molto di più. Analizzare è tradurre un linguaggio che appare illogico ed accorgersi invece che nelle sue comunicazioni ci aiuta a capire dove stiamo andando.
Se si ha il desiderio di avere una relazione con i propri sogni, consiglio di mettere sul comodino un quaderno e una penna per scrivere e prima di addormentarci chiedere al sogno di arrivare e farlo per qualche mese. Anche le persone che sostengono di non sognare avranno la sorpresa, provateci e fateci sapere. Buon sogno a tutti!

Edizioni Sabinae - I 100 anni di Federico Fellini in una mostra fotografica presso la Biblioteca Angelica

Il 20 gennaio 2020 è stato festeggiato, a Roma, il 100° compleanno di Federico Fellini. L'evento ha avuto luogo con una Mostra fotografica "Federico Fellini - ironico, beffardo e centenario" curata dall'esperto Simone Casavecchia, editore della Casa Editrice Edizioni Sabinae, presso l'incantevole Biblioteca Angelica dove è stato presentato, per l'occasione, anche il volume fotografico, contenente 150 immagini. La Mostra è stata coprodotta con il Centro Sperimentale di Cinematografia e sostenuta dalla MiBACT, con il patrocinio dell'Accademia del Cinema Italiano - Premi David di Donatello. È possibile visitarla fino al 28 Febbraio. Tra gli attori ed amici presenti all'inaugurazione nel bellissimo Salone Vanvitelliano, l'attrici Milena Vukotic, Marina Ceratto ed il regista Luca Verdone. La Redazione de Il Faro non poteva mancare, insieme agli appassionati del cinema a questo appuntamento, dove l'arte e la storia si fondono in ogni immagine.

STUDIOFM
Salute e Bellezza in Sintonia

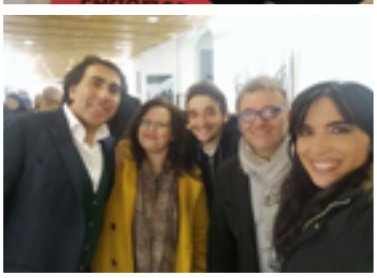
TROVA LA TUA BELLEZZA AUTENTICA
AL DI LÀ DEL TEMPO

Protocolli di
Medicina Estetica e Psicoterapia

DOTT.SSA EMANUELA MESCHINI
Medico Chirurgo Estetico
Tel. 340 4609835
emanuela.meschini@studiofmroma.it

DOTT.SSA NUNZIA FASANO
Psicologa, Psicoterapeuta
Tel. 347 6611972
nunzia.fasano@studiofmroma.it

www.studiofmroma.it
Salita del Poggio Lauretino, 18 Eur Roma



VILLA FULVIA
CASA DI CURA

Accreditata SSN - Certificata ISO 9001:2015

Via Appia Nuova, 895 (ingresso auto) • Via Acerenza, 3 (ingresso pedonale)
Tel. 06710501 - Fax 0671050525 - info@villafulvia.it

www.villafulvia.it

Seguici su facebook. android Available on the iPhone App Store

Convenzionata in forma diretta con le seguenti compagnie assicurative:

ALLIANZ, CIGNA, CASPIE, GENERALI, FASI, FASI OPEN, FASCHIM, PREVIMEDICAL, POSTEVITA, COOPSALUTE

RIABILITAZIONE NEUROMOTORIA E DEL LINGUAGGIO

TERAPIE RIABILITATIVE MANUALI E STRUMENTALI

(Viscerale e Cranio Sacrale, Posturale, Tecar, Laserterapia, Ultrasuoni, InterX, Kinesiterapia attiva e passiva, Miofunzionale, Neurotape, Infrarossi, Tens, altre)

LABORATORIO ANALISI CLINICHE

VISITE SPECIALISTICHE

RICOVERI

DAY HOSPITAL

INDAGINI STRUMENTALI

(Ecografia, Radiologia Digitale, Elettromiografia, Doppler, Holter Pressorio e Cardiaco ecc.)

RIABILITAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO

IDROKINESITERAPIA

NEUROPSICHIATRIA INFANTILE

Il Consulente assicurativo

Le polizze salute: in aumento la cultura della prevenzione

Giorgio Bottari
cell: 335 7740722
giorgio.bottari@tiscali.it

I dati consuntivi pubblicati da IVASS confermano la crescita delle polizze salute, con un aumento nell'ultimo anno vicino al 15%, quasi il doppio dell'anno precedente. Fattori determinanti per questa crescita sono il diffondersi della cultura della prevenzione, l'allungamento della vita, ma anche le eccessive liste d'attesa nel settore sanitario pubblico (dati Censis). Secondo questi dati, attualmente il 60% degli italiani preferisce rivolgersi alle strutture private piuttosto che attendere lunghi tempi di attesa. Esiste purtroppo anche un'allarmante percentuale di rinuncia alle cure da parte di alcuni soggetti. Alla maggiore richiesta di tutela sanitaria corrisponde una ricca offerta di soluzioni da parte di compagnie assicurative e società di mutuo soccorso. Oggi la salute è alla portata di tutti: partendo dalle più economiche polizze infortuni e alle coperture essenziali per le spese di cure malattia, infortunio o parto con ricovero e/o intervento. Possiamo indicare noi la struttura sanitaria ed il medico da cui farci curare. È possibile scegliere le somme assicurate ed i relativi premi, limitandoci a coprire i rischi maggiori quali grandi interventi e gravi malattie, oppure richiedere coperture complete con elevati massimali, prevenzione sanitaria con visite specialistiche ed esami diagnostici, prestazioni terapeutiche ad alta specializzazione, assistenza e supporto. In questo mare di soluzioni alternative possiamo individuare l'opzione migliore per noi e la nostra famiglia chiedendo come sempre al nostro consulente assicurativo di fiducia. **Per info: Tel 335 7740722**

ci Piace

BAR, PASTICCERIA, GELATERIA, TAVOLA CALDA

Via Gregorio VII 103,105
Tel 06 39030250
www.cipiaceroma.it
Seguici su Facebook ed Istagram

I pericoli della modernizzazione

Fretta, superficialità e distrazione

Ogni giorno viviamo dimensioni di vita molto impegnative che possono generare irrequietezza e malumore. Sembriamo assuefatti alla molteplicità degli impegni, delle crescenti esigenze ed all'assillo del tempo tiranno; in realtà queste moderne abitudini sono sicuramente poco connaturate con le caratteristiche umane di sempre e l'arrivo pervasivo delle tecnologie non è riuscito completamente e per fortuna, a modellarci come automi. Abbiamo ancora uno spazio di manovra che ci possa consentire di ritrovare nel presente quei valori e quelle gratificazioni di cui sentiamo la forte mancanza? Cosa abbiamo perso nel presente modello comportamentale? Ci mancano profondità, concentrazione e lentezza che sono fortemente interdipendenti. Infatti siamo costretti, nella nostra quotidianità ad essere troppo spesso superficiali, distratti e veloci. Cosa possiamo fare per migliorare questo stato di cose, che certamente non ci rende la vita facile? Dobbiamo ridurre la velocità ed imparare a rallentare quando serve, considerando che la lentezza spesso è particolarmente funzionale; ; dobbiamo diventare più profondi evitando la banalità della superficialità; dobbiamo essere più concentrati e arginare la distrazione che ci porta in modo perverso a commettere errori/omissioni e a produrre molti danni a noi ed agli altri.
Dovremmo imparare a gestire meglio il tempo, dovremmo ritrovare e scoprire la bellezza della lentezza ed imparare a fermarci per riflettere, allentare il ritmo, evitare di arrivare a decisioni totalmente improvvisate... educarci per pervenire alla nuova conquista di decisioni "ponderate". La ponderazione è quella capacità che sa attribuire il peso giusto a tutte le cose, in tutte le possibili situazioni ed evoluzioni esistenziali. . E' importante crederci ed impegnarsi per riuscirci.

Massimo Marzi

Municipi

Roma ancora in "Buca" nonostante 1 milione di metri cubi riasfaltati

L'assessora ai Lavori Pubblici di Roma Capitale Linda Meleo ha annunciato che nel 2020 i sanpietrini saranno rimossi da via Nazionale e che sempre sull'asse viario che collega piazza della Repubblica a piazza Venezia sarò realizzata una pista ciclabile. Il programma proseguirà con lavori nelle periferie e nel centro, alcuni dei quali prevedono anche azioni di riorganizzazione della sede stradale. Cantieri anche di notte su Via Aurelia, attesi da tempo. Qualche dato sulle strade di grande viabilità, ossia i circa 800 Km, dove si concentra il 65% dei flussi di traffico. La Sindaca Virginia Raggi, rivendica, infatti, i risultati di Strade Nuove: oltre 1 milione di metri quadri di strade riasfaltate negli ultimi due anni ed oltre 250 milioni di euro stanziati per le manutenzioni stradali ordinarie e straordinarie nell'ultimo biennio a Roma. Permangono però grandi buche e vie mal ridotte, spesso causa di gravi incidenti. A Boccea, in Via Monte del Marmo ci sono crateri ed avvallamenti con il breccio-lino. L'arteria del Municipio XIII è una vera e propria strada "rompi gomme" per quanti la percorrono da e verso il Grande Raccordo Anulare. Intanto, la Capitale piange 1 morto ogni 3 giorni. Il 2020 segue la scia dell'anno che lo ha preceduto, che si è concluso solo a Roma con 125 vittime della strada, comunque con un calo del 18% rispetto al 2018. *Massimo Marzi*

ICC

Istituto Clinico Casalpalocco

IL NUOVO OSPEDALE POLISPECIALISTICO CONVENZIONATO CON

- FONDI SANITARI INTEGRATIVI
- CASSE MUTUA
- ASSICURAZIONI SANITARIE

- CARDIOCHIRURGIA
- CARDIOLOGIA
- CHIRURGIA GENERALE
- CHIRURGIA PLASTICA
- CHIRURGIA TORACICA
- CHIRURGIA VASCOLARE
- DIAGNOSTICA PER IMMAGINI (TC, Risonanza Magnetica, Ecografie)
- GASTROENTEROLOGIA
- GINECOLOGIA
- LABORATORIO DI ANALISI
- MEDICINA INTERNA
- NEUROCHIRURGIA
- ORTOPEDIA
- OTORINOLARINGOIATRIA
- UROLOGIA

ICC Istituto Clinico Casalpalocco con l'esperienza dei medici, la ricerca e la tecnologia ha generato percorsi di **prevenzione, diagnosi e cura** costruiti intorno ad ogni persona. ICC è l'ospedale privato che esprime, vicino a te tutta l'eccellenza medica di **GVM Care & Research**, gruppo sanitario italiano presente a **Roma** con **l'Ospedale San Carlo di Nancy** e **Villa Tiberia Hospital**.

ICC
Istituto Clinico Casalpalocco
Roma

GVM
CARE & RESEARCH

Viale Alessandro Magno, 386, 00124 - Roma
Direttore Sanitario Dott. Antonino Marchese
Aut. San. determina n. G02362 del 4/3/2019

Info e prenotazioni:
TEL. 06.50173411
www.gvmnet.it

Palazzo Bonaparte svela la pittura impressionista

A Palazzo Bonaparte un'imperdibile mostra sull'universo artistico impressionista dal titolo "Impressionisti segreti", a cura di Marianne Mathieu e Claire Durand-Ruel. La kermesse è prodotta e organizzata da Arthemisia con Generali Valore Cultura e Palazzo Bonaparte con il patrocinio del Mibac, dell'Ambasciata di Francia e della Regione Lazio; è realizzata in collaborazione con l'Assessorato alla crescita culturale di Roma Capitale. L'iniziativa è sostenuta da Generali attraverso Valore Cultura, il programma per rendere l'arte e la cultura fruibili da un pubblico sempre più ampio. Attraverso 50 capolavori di grandi artisti quali Monet, Renoir, Cezanne, Pissarro, Gauguin etc, nascosti nelle più grandi collezioni private del mondo, viene ripercorsa l'intera parabola esistenziale dell'Impressionismo, il movimento artistico così battezzato dal critico Louis Leroy nel 1874 per definire la corrente di un gruppo di artisti, tutti nati intorno al 1830-40, che, rigettando i principi della pittura accademica, si fecero fautori della maggiore rivoluzione estetica dei loro tempi. Abbandonando la raffigurazione di scene storiche, mitologiche e religiose eseguite negli atelier, questi giovani prediligono la pittura en plein air tratta dal vero. L'impressionista abbandona le vedute grandiose e posiziona il cavalletto davanti a scene della vita vera, cercando di cogliere la luce e gli agenti atmosferici nelle varie ore del giorno. Una pittura, dunque, vissuta, le cui principali caratteristiche sono: la scelta di soggetti tratti dalla quotidianità; un'immagine chiara, luminosa e variopinta liberata dai toni pesanti dei pittori accademici; lo studio degli effetti della luce sulle cose e sugli esseri viventi; la frammentazione della pennellata. La nascita dell'Impressionismo fu sostenuta da una nuova classe di collezionisti, che presero le distanze dal Salon ufficiale e si impegnarono a favorire il riconoscimento ufficiale del movimento. Come in Francia anche negli Stati Uniti i collezionisti hanno giocato un ruolo decisivo nella diffusione dell'Impressionismo. Paul Durand-Ruel, impegnato nel sostegno del gruppo sin dall'inizio, trovò avallo nel pubblico statunitense. Questa pittura dai temi semplici e universali, paesaggi e figure, ha da sempre appassionato il pubblico privato. All'interno dell'Impressionismo Renoir era soprattutto pittore di figure, donne e bambini. Eseguì circa 2000 ritratti, alcuni su commissione, altri di figure anonime. Tra i paesaggisti, invece, spiccavano Monet, Pissarro, Sisley e Guillaumin. Nel 1886 l'Impressionismo lascia il testimone al Neoimpressionismo, nato intorno a Georges Seurat e Paul Signac. I Neoimpressionisti usano una tecnica scientifica e rigorosa: i colori non vengono più mescolati sulla tavolozza ma accostati direttamente sulla tela sottoforma di piccole pennellate. Identici sono i temi iconografici, l'uso del colore e della luce, ma dalle pennellate rapide si passa a tanti piccoli puntini.

Ariela Bozzaotra

Emozioni ed intestino
(come allenare la tua intelligenza emotiva)

Analogista, Giornalista Pubblicista, Life style coach

Dott. ssa Elvira Paracini
tel: 3494506194
elvi.par@gmail.com

La mente influenza il corpo ed il nostro corpo con al centro l'intestino influenza la mente.
Come abbiamo detto nel numero precedente, corpo e mente non sono due entità separate ma sono due elementi strettamente connessi, con influenza reciproca su un tutt'uno: l'uomo nella sua UNITA'.
Quando non teniamo conto delle reali esigenze profonde del nostro essere più profondo il corpo ci parla con risposte fisiche davanti ad un evento o con segnali e comportamenti che non ci aspettavamo di mettere in atto.
Le emozioni che proviamo, producono non solo sensazioni fisiche, ma delle reazioni biochimiche, ormonali, metaboliche, nel fisico che poi riscontriamo come SINTOMI che ci creano fastidi e problemi: ad esempio potremmo avere un organo bersaglio che risponde alla nostra rabbia, o alla nostra tristezza, o al senso di abbandono.
Stress ed emozioni negative possono pesare sull'intestino e ne possono alterare il funzionamento, interferire con i suoi ritmi e per questa via disturbare la peristalsi, la produzione di acidi, di enzimi, di ormoni e di citochine; ma è anche vero che dieta e disordini intestinali possono essere collegati a variazioni dell'umore.
Il corpo si esprime in questi casi con dei sintomi che possono variare da persona a persona. Un esempio è la pelle che si arrossa, che dà prurito, che si riempie di sfoghi ecc., ma anche il modo compulsivo di mangiare è un comportamento legato a ciò che proviamo che ci fa rispondere ai disagi dovuti a mancanze o in risposta a risentimenti e rabbia con le "abbuffate" o con la continua fame nervosa.

C'è una comunicazione non verbale che il corpo esprime quando vorresti dire no e dici si, solo che non te ne rendi conto e ti racconti che va bene così.
In realtà le nostre cellule reagiscono al dialogo interiore che se non è armonico va ad abbattere il nostro SISTEMA IMMUNITARIO.
LA SOLUZIONE? Occorre disintossicare sia il corpo che la mente. Come ho già scritto per i nostri lettori, le tossine sono sia mentali che fisiche. Ed ambedue influenzano negativamente il nostro stato di benessere. Ripulire il corpo, il nostro intestino, ti dà immediatamente un senso di benessere, di aumentata energia, di nuova carica positiva, una nuova chiarezza mentale e la forza di portare avanti e centrare gli obiettivi che vuoi raggiungere.
Per quanto riguarda l'aspetto mente, come farlo? Sciogli i blocchi emotivi con un esperto analogista che si occupa di armonizzare la parte emozionale con quella logica attraverso un contatto diretto con il tuo sé profondo che viene messo in condizioni di esprimere le sue esigenze.
È un invito ad agire sia sul piano emozionale che sul piano fisico depurandoti da tutte i tipi di tossine che ti impediscono di vivere nella tua massima espressione di libertà per andare incontro alla felicità.
Partecipa ai prossimi workshop nel mese di febbraio e di marzo.

Dott.ssa Elvira Pacini

Dott. Mario Petracca

Medico competente nel trattamento delle emorroidi

Il Dott. Mario Petracca è un medico specializzato nel trattamento delle emorroidi. Il Dott. Mario Petracca ha sviluppato una particolare competenza nella Crioterapia Selettiva (CTS), una metodica mini-invasiva che dimostra grande efficacia nella soluzioni di problemi emorroidari. La CTS si rivela particolarmente efficace soprattutto per quanto riguarda il dolore del paziente, il decorso post-operatorio e le recidive.
L'utilizzo della Crioterapia Selettiva (CTS) assicura molti vantaggi tra cui l'assenza di puntura lombare (anestesia localizzata su ogni singolo nodulo), l'assenza di punti di sutura metallici o a filo, l'assenza di cicatrici o lesioni allo sfintere, la possibilità di eseguire il trattamento in una sola seduta, la possibilità per il paziente di riprendere subito le proprie attività dopo l'intervento.
Il Dott. Mario Petracca ha sviluppato questa metodica ambulatoriale negli anni 80 dopo anni di studio e sperimentazione, ispirandosi ad esperienze già avviate all'estero, in particolare negli Stati Uniti.
Medico libero professionista con più di 30 anni di esperienza, nella diagnosi e trattamento di emorroidi e ragadi. L'obiettivo è curare i pazienti in modo efficace e mini-invasivo.

EMORROIDI
LA SOLUZIONE È LA NUOVA CTS

E-mail: info@emorroidi.eu - Tel: 3339516141 - WWW.EMMORROIDI.EU

MILANO - ROMA - BOLOGNA
VICENZA - RIMINI - ROVIGO

Energy Trainer,
Life & Financial Coach

Dott. Roberto Farris
tel: 347 3535410

FAR....RISultati con il Coach

Ci sentiamo veramente amati? I 5 linguaggi dell'Amore

Più del 50% delle coppie si separano nei primi 2 anni. Esiste una Comunicazione dell'Amore dove ciascuno ha un serbatoio emozionale che può essere riempito attraverso modalità diverse di comportamento. Ognuno dà o sperimenta di ricevere amore, in modi differenti: un gesto può essere estremamente significativo per qualcuno e per altri passare inosservato. Ci si esprime secondo il proprio canale ma poi, ci si accerta se la persona abbia ricevuto lo stesso messaggio? Cosa fa veramente piacere all'altro? Gary Chapman ha scritto i 5 linguaggi dell'Amore ed è importante acquisirli nella propria coppia. Piuttosto che continuare a chiedere di parlare il proprio linguaggio, occorre capire se l'altro si senta amato veramente come desidera.

Il **primo linguaggio dell'amore**, quindi, è proprio quello dell' **Ascolto.** Ascoltare il corpo dell'altro, come respira, le reazioni e come ci guarda. Soprattutto la donna ha bisogno di questo e ci manda molti segnali. Le recriminazioni nascondono sempre una richiesta. Mai sottovalutarle o accumularle. **Prima regola, quindi, è ascoltare,** ancor prima delle parole poi, possiamo passare agli altri linguaggi. Osserviamo cosa fa il partner per noi, anche ciò che solitamente non diamo peso. E' importante parlare la stessa lingua in mondi diversi. Ci sono rapporti che finiscono perchè l'Amore viene comunicato male o si parla poco. Magari, qualcuno ha bisogno anche di sentirsi dire "Ti Amo"!

Il **secondo linguaggio è quello del donare.** Più che dare amore bisogna capire se quella persona si sente amata. E' importante, quindi, il **linguaggio dei doni,** ovvero la capacità di trasmettere all'altro "tu sei importante per me", "ti ho pensato", attraverso il dono di sé e del proprio tempo così come, attraverso i doni materiali. L'amore è anche azione e per far sentire bene l'altra persona, occorre "saper fare" anche qualcosa che ci comporta più fatica. A volte, può capitare che una persona invece di ricevere vuole più la presenza!

C'è poi il **Linguaggio dei gesti di Servizi,** essere proattivi nella quotidianità. La disponibilità a fare qualcosa di cui di norma, si occupa l'altro, per gentilezza, per alleggerirlo, per fare una sorpresa, indipendentemente dal fatto che ci sia stata o meno una richiesta. Ognuno deve andare incontro all'altro ed è importante sia dare che ricevere.

Il **linguaggio dei momenti speciali** è quello di ritagliarsi i propri spazi per dedicarsi. Senza aspettare date specifiche ma realizzando una "manutenzione ordinaria" di propri attimi. Può essere per esempio, un viaggio insieme. Oppure la presenza nei momenti importanti della vita dell'altro o realizzare quel "qualcosa" che fa proprio piacere al nostro partner!

Non può mancare il **linguaggio della Comunicazione carnale.** Noi nasciamo tramite un contatto fisico. Ora abbiamo disimparato la grammatica della vicinanza. Nell'Era dei Social invece di baci, carezze ed il contatto fisico, tutto spesso è a distanza e si esprimono sentimenti in modo virtuale. Quando si rimane uno davanti all'altro, non si sa più cosa dire... C'è talmente bisogno di incontrare l'altro che spesso ci si mette insieme con il primo che ci capita.

E la progettualità? E' difficile, quando non si vive bene il presente. Se non si parla lo stesso linguaggio, se si ha la sensazione di "fare molto" con il rischio di esaurire le proprie energie, rimanendo delusi senza che l'altro si accorga veramente di questo. Il mio amore poi, è veramente profondo da non deludere la speranza dell'altro? Ci doniamo, oppure vogliamo solo ricevere? E' solo appagamento e siamo veramente noi stessi con l'altra persona? Per una costruzione di coppia è importante farsi delle domande. L'innamoramento deve avere un'evoluzione e la relazione deve maturare.

Questi linguaggi dell'Amore devono essere presenti in un rapporto di coppia, non possono mancare. Per donare qualcosa bisogna averla però dentro. Prima di conoscere l'altro, occorre conoscere noi stessi, saper colmare i nostri vuoti. E' importante avere amore per se stessi, per poter vivere una relazione sana e non metterla a rischio. I propri bisogni non vanno cercati nell'altro. **Come Coach** cerco di aiutare la persona a fare chiarezza dentro di sè, per far in modo che "ami se stessa come gli altri" e che possa raggiungere un equilibrio. Nella consapevolezza di sé poi, occorre farsi domande nel corso della giornata. Come mi sento, che pensieri sto facendo? Il linguaggio interno è fondamentale. Per poter incontrare la bellezza dell'altro, bisogna fare i conti anche con le cose meno belle. Accettando le sue fragilità. E' allora che si capisce l'amore vero. Davanti alla verità, quando si è disposti a far sentire veramente bene l'altro, utilizzando tutti i linguaggi dell'Amore!

Il bacio: i sentimenti sulle labbra

La rivoluzione mediatica positiva del BeneGiornale

Il bacio, nell'ampio repertorio dei comportamenti evoluti orientati alla socializzazione, è sicuramente un fondamentale modo per costruire ed alimentare buoni rapporti e piacevoli relazioni.
La TRECCANI definisce il bacio così: Atto compiuto applicando le labbra e premendole, per un tempo più o meno lungo, su persona o cosa in segno di amore, venerazione, affetto, devozione.
Il bacio può essere affettuoso, fraterno, tenero, appassionato, ardente, superficiale o profondo; si può dare sulla fronte, sulla bocca, sulla testa, sulla guancia, sulle mani e nell'intimità su qualsiasi altra parte del corpo.
Dare, prendere o scambiare baci è una pratica molto diffusa; dalla buonanotte tra familiari, al mandare un bacio a distanza con un soffio sulla mano... dal baciamano galante (che in pochi ancora facciamo) ai più diffusi baci per corrispondenza o sui social network, le nostre bocche, simbolicamente, tendono a segnalare a qualcuno la nostra affettività in base alle situazioni ed al tipo di relazione.

Il bacio, che è uno dei segni più notevoli con cui si manifestano l'amore, l'affetto e la devozione, prende differenti forme tra i popoli della terra a seconda del sentimento che vuol significare, e dell'impulso che lo determina.
Baciare è la forma più rappresentativa per dimostrare "amorevole vicinanza" in tutte le sue innumerevoli manifestazioni.

Il bacio è uno dei patrimoni affettivi più praticati e desiderati dall'umanità. E' un potentissimo e diffuso gesto per la dimostrazione di amore in tutte le culture. **Nella gerarchia dell'affettività il bacio è forse all'apice dei protocolli relazionali per selezionare e sviluppare "i giusti contatti umani".**
Baciare è un percorso privilegiato per ridurre le distanze ed avvicinarci agli altri, serve a costruire legami solidi e umanamente interattivi; insieme alle carezze, agli abbracci, alle coccole ed altre "pratiche ravvicinate" i baci sono una ricchezza fondamentale per lo scambio tra umani e per contribuire alla selezione naturale della nostra specie.
I baci spontanei hanno una funzione di accordo, di intesa, di sensualità, di armonia, di pace e di amore... Tranne il bacio di chi falsamente manipola o tradisce, come fece Giuda, **accostarsi con le labbra a qualcuno** è un segnale di accoglienza, compatibilità, positività, di apertura, di intensificazione delle relazioni e suggella tanti piccoli grandi momenti della nostra quotidianità. **Una vita senza baci è una vita arida, senza gioie e soddisfazioni, una vita sprecata nella solitudine.**
Baciare intensamente, profondamente e ripetutamente è spesso il preludio al rapporto intimo... il bacio precede, accompagna e segue una sana e piacevole sessualità; il bacio è quindi un pilastro nella vita di tutti **"chi bacia per niente è inadempiente, chi bacia tanto vive nell'incanto".**

Il bacio ha una storia secolare ed ha risentito dei cambiamenti avvenuti nei costumi e nelle abitudini nel corso del tempo.
Guy de Maupassant diceva:
"Il bacio è immortale. Viaggia da un labbro all'altro, da secolo a secolo, di età in età. Uomini e donne raccolgono questi baci, li offrono agli altri e poi muoiono a loro volta"
Il bacio è essenziale per la socializzazione basata sui buoni sentimenti; esso è una preziosa eredità tramandata di generazione in generazione nel corso dei secoli, purtroppo però, ai nostri giorni, qualcosa sta cambiando in peggio.
Nell'era di internet, in cui sembra che sia più importante sviluppare le relazioni a distanza piuttosto che quelle in presenza, **ricordiamoci che mille baci scambiati sui social con cuoricini ed altri emoticon, nell'intreccio dei like, non valgono emotivamente un solo bel bacio dato in presenza...labbra sulle labbra della persona che si ama.** Anche Paolo Crepet nel suo interessante libro "BACIAMI SENZA RETE" tra l'altro suggerisce **"SPEGNETE FACEBOOK e BACIATEVI".** Io aggiungo: abbiamo continuamente bisogno di baci, non ne facciamo mai economia, dobbiamo farlo più spesso e con maggiore partecipazione emotiva; **i baci, più delle carezze, gli abbracci, le coccole e tutte le altre manifestazioni di affetto sono una terapia eccezionale per farci vivere meglio e ci aiutano a contribuire alla conquista di un vero bene comune.** *Massimo Marzi*

La Consulente della Bellezza

Le Promozioni di Secret Charm per sorprendere chi ami

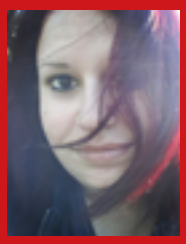
Quale occasione migliore per sorprendere la dolce metà e dedicarsi un momento piacevole da vivere insieme? Già dall'antica Grecia, nella mitologia, **Eros** figlio di Afrodite, dea della bellezza e dell'amore) veniva rappresentato come un giovane fanciullo alato, che con le sue frecce usava colpire chi era destinato a diventare vittima dell'amore. Conquista chi ami, non dimenticarti mai di dare attenzione a chi occupa un ruolo principale nella tua vita. Non serve questa ricorrenza per dedicare un po' di tempo alla dolce metà e stupirla con un pensiero speciale, ma quest'anno ti diamo un'occasione per sorprenderla. Tante sono le idee regalo che possono sorprendere la persona amata ma la cura del proprio corpo e della propria mente è tra i regali più graditi, un momento da dedicarsi per evadere dalla quotidianità e ritagliarsi le giuste pause. **Secret Charm** offre a tutti i suoi clienti una serie di percorsi che sono sempre ben graditi da lui e da lei. Per saperne di più vi aspetto presso il mio Istituto di bellezza Secret Charm, l'arte della bellezza con tante proposte originali. Vi consiglio di andare a visitare il sito **www.secretcharm.it** scaricare il coupon ed oltre a ricevere il **30% di sconto** potrete partecipare all'estrazione di un fantastico weekend in strutture esclusive, selezionate e con cura dalla Boscolo, in collaborazione con l' **Agenzia Viaggi Giramondo.** Lo staff di Secret Charm è lieto di accogliervi presso la propria struttura in zona Eur.

M Roberta Vinci

Single a trent'anni

Gli unicorni esistono e si possono trovare anche sui Social

Freelance, editor e traduttrice editoriale



Laura Settele
cell: 340 1021171
laura.settele@gmail.com

Trovare l'amore ai giorni d'oggi è un'impresa ardua si sa', per questo sempre più persone si affidano alle dating app come Tinder. Sono finiti i tempi dello squilletto e chi, come me, fa parte della generazione Y, sa di cosa sto blaterando. Quando i primi cellulari avevano tariffe così proibitive da essere praticamente inutili, noi abbiamo trovato il modo per dire con un bip "ti penso" o "mi piaci" alla nostra cotta. Era una sorta di test di compatibilità, lo swipe right della vecchia generazione e, se ti rispondeva subito, poteva essere amore (forse). Abbiamo praticamente inventato il nonno di Tinder e alla soglia dei 30 o sei felicemente fidanzata e senti profumo di fiori d'arancio oppure cerchi l'Unicorno perché, chiariamo, ci districhiamo tra lavoro, amici, studi universitari e abbiamo la salute mentale in equilibrio precario, quindi dove lo conosciamo un ragazzo? Spaventata dall'adottare un altro gatto l'ho installata anche io, trovando un mondo parallelo in cui le prime esperienze sembravano un avvertimento Dantesco, ma se resisti potresti rimanerne stupita. Ho conosciuto elementi unici lo ammetto, però vivendola come un'avventura anche i peggiori appuntamenti sono un ricordo ilare da condividere con un'amica durante l'aperitivo. Trovare un batticuore su tinder però è possibile, io personalmente per un periodo ho trovato il mio Unicorno. Con San Valentino alle porte e un po' di curiosità datevi una chance: armatevi di pazienza, scrivete una descrizione che vi rappresenti e siate chiare, questi sono i consigli che posso dare alle più timide, ma alla fine l'unica vera regola è quella di amare voi stesse il più possibile e la legge dell'attrazione farà il suo corso facendovi trovare il vostro Mr. Darcy con o senza App. Lo dice sempre mia mamma quindi deve essere vero no?

Le Ricette di Terralba a casa tua

Polpo del Cantabrico su crema di ceci

Ingredienti per 4 persone

700 gr polpo lessato del Cantabrico
250 gr di ceci già lessati
1 scalogno
1 rametto di rosmarino
Sale e pepe qb
Olio evo

Procedimento:
In una casseruola far imbiondire lo scalogno con l'olio e il rosmarino e unire i ceci con circa 200g di acqua o brodo vegetale, sale e pepe e lasciar cuocere per circa 20 minuti.
Frullare i ceci fino a ridurli in crema, tagliare il polpo a pezzi. Versare la crema di ceci su una fondina, adagiarvi il polpo al centro e servire con un filo di olio evo con rosmarino.

Tra le Specialità enogastronomiche di Terralba
è possibile trovare anche il Polpo del Cantabrico, l'Olio di qualità ed i Ceci!

L'ECCELLENZA DEL GUSTO ALL'EUR
Prodotti italiani, prosciutti spagnoli, formaggi francesi, carni e salumi pregiati, vini italiani ed esteri di alta qualità - Pranzo espresso e pietanze anche da portar via

Via A. Baldovinetti, 69/71 - Tel 06 5036594

Emergenza roghi in Australia: colpo mortale per la biodiversità locale

Gli incendi divampati in Australia da ottobre hanno provocato danni di dimensioni apocalittiche per gli habitat naturali e la biodiversità. Si calcola che fino ad ora il reiterarsi degli incendi abbia distrutto 6,3 mln di ettari, ucciso 29 persone e mezzo miliardo di animali. Nonostante i temporali e le grandinate dei giorni scorsi sono ancora più di 100 i roghi attivi. L'aumento delle temperature e il forte vento potrebbero purtroppo provocare un nuovo peggioramento. Gli esperti del settore sono concordi nel ritenere che gli incendi australiani siano un effetto indiretto dei cambiamenti climatici e dell'aumento globale delle temperature. I veri killer dell'ecosistema Australia sono stati, dunque, il caldo record, la siccità e le scarse precipitazioni. Quanto, invece, alla natura dolosa degli incendi, i social network hanno divulgato notizie false e imprecise. I dati ufficiali della Polizia del nuovo Galles del Sud parlano chiaro: 24 persone arrestate da novembre per aver appiccato volontariamente il fuoco; altre 53 sono accusate di violazione del divieto di accendere fuochi all'aperto; altre 47 di aver gettato una sigaretta o un fiammifero. Si sospetta, dunque, una manipolazione dell'informazione per occultare gli effetti devastanti dei cambiamenti climatici. Nel 2019 solo il 13% degli incendi ha avuto origine dolosa. Se si considera che il 2019 è stato l'anno più caldo nella storia del continente ne deriva che la siccità e il calore sono i veri responsabili del disastro ambientale australiano. La fauna australiana ne ha pagato pesantemente le conseguenze: mezzo mld di animali coinvolti tra quelli rimasti uccisi dal fuoco, quelli feriti, quelli privati del proprio habitat. Una media di 17,5 mammiferi, 20,7 uccelli e 129,5 rettili per ettaro. Le zone più colpite dai roghi sono le aree protette, più del 10% dei parchi nazionali del Nuovo Galles del Sud e buona parte di Kangaroo Island, la 3° isola australiana per estensione, dove vivono diverse specie a rischio: ornitorinchi, echidne, opossum, canguri e wallaby, koala. 1/3 del territorio dell'isola è andato bruciato e decine di migliaia di animali sono morti. A rischio estinzione è il dunnart, un piccolo marsupiale poco più grande di un topo. Per i koala l'Adelaide koala Rescue ha allestito nella Paradise Primary School un pronto soccorso per oltre 100 koala feriti dalle fiamme. Sono già molti quelli curati e guariti grazie ai 150 volontari, molti dei quali veterinari, e alle donazioni della comunità. Tutti i pazienti marsupiali hanno nomi e cartelle cliniche, sono separati in base al loro stato: orfani, ustionati, affetti da clamidia. Dopo il recupero, una volta resi autonomi, verranno rimessi in natura.

Ariela Bozzaotra

www.ilfaroinrete.it
Il Faro
Giornale di Informazione, Comunicazione in Rete ed Eventi

ERA OGGI DI TRE ANNI FA. IN RICORDO DI RIGOPIANO – DI MANUEL GIUSTI

Per l'Abruzzo c'era la neve, talmente tanta da togliere la luce, l'acqua e il sonno nelle case di molti di noi. Era tornato a trovarci perfino il nostro nemico più temuto, LUI, quello che ci fa tremare fino a morire.

Nell'aria c'era la sensazione, quasi la rassegnazione, che Febbraio non sarebbe mai arrivato. Qualunque posto sembrava essere diventato irraggiungibile e la Natura ci stava facendo riscoprire l'Essenziale, il senso di comunità, l'altruismo e forse anche la pazienza. Poi però è arrivato oggi di tre anni fa, e da quel giorno nessuno di noi è più la stessa persona.

Perché quella lunga notte per raggiungere il Rigopiano, interminabili giornate di preghiera nella speranza della vita, quell'indimenticabile mattina con i sorrisi dei bambini, hanno segnato per sempre le nostre anime forti e gentili.

18 Gennaio 2017, siamo tutti Rigopiano

MATERA, CAPITALE EUROPEA DELLA CULTURA 2019

Ing. Salvatore TAFARO – Comandante Provinciale Vigili del Fuoco di Matera – salvatore.tafaro@vigilfuoco.it

17 Ottobre 2014, Piazza S. Giovanni a Matera, si sente un boato, ma questa volta della folla. Matera sarà Capitale Europea della Cultura 2019.

La storia di una delle città più antiche del mondo, dall'anima preistorica, come la definisce il Suo Sindaco, Raffaello De Ruggieri, le sue bellezze artistiche e architettoniche, ma anche la volontà di riscatto dei Suoi cittadini l'hanno portata ad essere dalla vergogna nazionale alla "Capitale Europea della Cultura 2019".

L'avventura inizia il 19 Gennaio, con la Cerimonia d'inaugurazione, alla presenza del Presidente della Repubblica, Sergio Mattarella, del Presidente del Consiglio, Giuseppe Conte, e di moltissime altre Autorità dello Stato e internazionali.

E' una festa di suoni e colori, con grande partecipazione dei cittadini, nonostante le moltissime restrizioni che i vari Organi Competenti (Prefettura, Comune, Vigili del Fuoco, Forze dell'Ordine) hanno imposto per avere la garanzia della sicurezza.

La cerimonia principale si tiene in Piazza S. Pietro Caveoso, una piccola ma caratteristica piazza del Rione Sassi, sicuramente non sufficiente ad accogliere tutti i cittadini (la sua capienza massima è di 2000 persone).

Dopo il discorso del Presidente Mattarella, tra musica, balli la cerimonia continua ininterrottamente per tutta la notte:

E' la festa di Matera!

Molte sono state le manifestazioni organizzate in quest'anno fantastico: mostre, eventi culturali, raduni (anche quello dei Vigili del Fuoco), tutte organizzate garantendo sempre la massima sicurezza in un contesto sicuramente bellissimo ma altrettanto critico dal punto di vista della sicurezza. Ma l'attenzione e la pianificazione in sinergia tra tutti i soggetti interessati, hanno fatto si che eventi importanti con enorme afflusso di pubblico si siano svolti senza alcun incidente. E' questo è sicuramente merito anche di tutta la macchina organizzatrice.

In chiusura mi piace citare una frase del Sindaco Raffaello De Ruggieri che

sintetizza molto bene il progetto di Matera Capitale Europea della Cultura 2019: *"Il valore profetico di Matera è legato al concetto che il presente non è solo la continuazione del passato ma soprattutto l'anticipazione del futuro"*.

Salvatore Tafaro

Durante quest'anno i Vigili del Fuoco di Matera hanno ospitato la giornata nazionale della sicurezza, il 26° raduno nazionale dei Vigili del fuoco allietando anche i più piccini con Pompieropoli. Il loro prodigarsi affinché andasse tutto bene è stato esemplare come sempre e i nostri silenziosi Angeli custodi hanno vegliato su tutte le manifestazioni tenutesi nella città dei sassi, per far si che restasse un indelebile ricordo di questa fantastica esperienza - *Lia Albonico.*

Segnalato da Flaviano Devincenzi - ministero degli interni dipartimento Vigili del Fuoco

Dat Virtus locum flammaeque recedunt" questo motto dei Vigili del Fuoco adottato sin dalla fine 800 dalla federazione dei Corpi dei Pompieri italiani e dalle Compagnie antincendio del Genio, reso ufficiale nel 1939 con Regio Decreto prende vita dall'Eneide di Virgilio sommo poeta mantovano. Proprio nell'anno dell'80 di fondazione del Corpo i Vigili del Fuoco virgiliani hanno omaggiato con una corona il monumento di Colui che con la sua opera ha dato vita al motto a tutti noi caro. "Si manifesta il coraggio, il valore e le fiamme si ritraggono in segno di rispetto" proprio come Enea nella città devastata dal fuoco e dai nemici Achei. **Dal discorso ufficiale tenutosi in piazza e stilato dall Ingegner Nicola Colangelo ex Comandante e presidente della galleria storica di Mantova**

ALESSANDRO BRUSADELLI - I MIEI RICORDI

23 novembre 1963 – Incendio all'ILSEA di Valmadrera: Era una raffineria delle più all'avanguardia in campo internazionale. Fondata nel 1948 da Ugo Ratti, aveva fornito anche le abitazioni ai dipendenti. *"Le fiamme che salivano dalla raffineria erano ancora in pieno vigore e il fumo era nero e denso. La temperatura era sensibilmente più alta del normale e la parete del monte retrostante riverberava il calore verso il lago. Sul piazzale era in azione l'autopompa dei Vigili del Fuoco"*. *(Marco Bartesaghi)* I Vigili del Fuoco intervennero da Lecco, Como e da Valmadrera: si affrontava l'enorme incendio con le lance cometa per utilizzar lo schiumogeno. L'impatto con un tale disastro fu traumatico: i mezzi a disposizioni scarsissimi. Utilizzavamo le lance cometa per spargere lo schiumogeno ed isolare l'ossigeno cosi da soffocare il fuoco, ma l'effetto fu scarso, sino all'arrivo dei colleghi da Milano con un cannoncino specifico che permise alfine di vincere il fuoco. L'opera attorno alla raffineria si protrasse per molte ore poiché a fiamme spente si dovette procedere al raffreddamento dei serbatoi che si erano salvati dall'incendio. Grazie a Dio non si ebbero vittime e nessuno si fece male.

Della raffineria non rimase nulla. Ora che sono in quiescenza per raggiunti limiti d'età, ho ancora ben presente quell'esperienza.

(Foto dell'ILSEA di Giorgio e Luigi Buizza)

Il Sesto Senso di un Soccorritore di ALESSANDRO BASILE

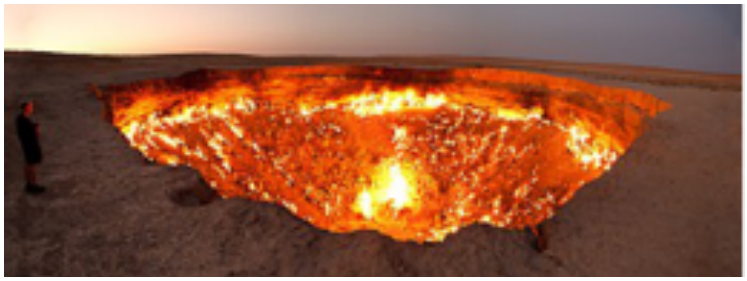
"Immaginate solo per un istante di indossare i panni di un Vigile del Fuoco che si trova in mezzo alle macerie di quel ponte: dovete operare in un posto che non conoscete, in condizioni climatiche avverse e con pesanti indumenti protettivi che rallentano i vostri movimenti.

Non è tutto: persone gridano contestualmente da più direzioni, altre, davanti a voi, sono adagiate immobili per terra e quindi sentite l'urgenza di provare a svegliarle nonostante sappiate che non ci sia più nulla da fare; il collega vi chiama per radio per capire la vostra posizione e voi... voi non avete la minima idea di dove vi troviate, perché state già puntando lo sguardo su un'auto dal cui parabrezza spunta un tondino d'acciaio.

L'odore di gas che ristagna nelle narici potrebbe nauseare qualunque essere umano, ma voi state già cercando l'incavo in cui si potrebbe essere messo in salvo il conducente di quel camion. Nel frattempo, nella montagna dei detriti, scorgete il volto noto di un collega che, sorprendentemente, vi accenna un sorriso, forse ripensando a quella pizza mangiata la sera prima in vostra compagnia o forse solamente per aver ritrovato una faccia conosciuta in mezzo alla bufera!".

#ilsestosensodiunsoccorritore - 30Aprile2020 #Genova

LA CURIOSITA' DEL MESE - LA PORTA DELL'INFERNO



Nel deserto del Karakum in Tuekmenistan Si trova "La porta degli inferi". Nel 1971 ingegneri geologici sovietici piazzarono una piattaforma di perforazione per trovare il petrolio, ma sfortunatamente aprirono il varco in una caverna satura di gas naturale. Fatto il danno trovarono il "rimedio" tentando di bloccarne la fuoriuscita, incendiandolo, con la speranza che il fuoco si sarebbe estinto dopo qualche giorno.

D'allora il cratere largo 60–70 metri e una profondità di circa 20 metri brucia ininterrottamente. Gli abitanti locali credono che sia una manifestazione soprannaturale.

Nella notte il bagliore delle fiamme è visibile a chilometri di distanza; i turisti, accorrono a migliaia per ammirare questo fenomeno sebbene li esponga ai miasmi sulfurei che fuoriescono dalla voragine.

In ricordo di mio padre - Allievo del 5° corso – agosto 1952 – Gli Allievi sono stati ricevuti in udienza a Castelgandolfo dal Santo Padre Pio XII.

"Di gran cuore vi salutiamo diletti figli della Scuola Centrale Antincendi. Voi sapete che la vostra professione esige una profonda e vasta preparazione nella prevenzione e nello spegnimento del fuoco, nei metodi di salvamento e di sanità Essa presuppone anche speciali qualità personali: si

richiedono uomini forti con nervi sani, buoni ginnasti che mantengano il loro corpo in severa disciplina. Uomini tali per i quali, anche in ardui esercizi fisici e militari, si possa avere fiducia in loro, uomini con chiara veduta, presenza di animo, prontezza di azione, uomini pieni di coraggio e presti ai più audaci sentimenti.

Tutto ciò auguriamo a voi e speriamo in un felice esito delle vostre future prove. Ma se dobbiamo darvi anche un insegnamento per la vostra vita, vorremmo raccomandarvi specialmente due punti:

1 - Date al vostro servizio un senso sociale. Questo senso esso lo ha per se stesso, come poche altre professioni; esso vi obbliga a soccorrere le persone in pericolo, a salvare dalla distruttrice violenza del fuoco anche le loro case e i loro beni.

Importa, dunque, che vi lasciate condurre nell'opera vostra da questo senso e da questo ideale: aiuto al prossimo anche principalmente per amore di Cristo.

2 –Siate uomini religiosi! La vostra professione è di quelle il cui esercizio se non sempre tuttavia non di rado è congiunta con gravi pericoli. Credete dunque in Dio e confidate in Lui. Camminate alla divina presenza e non dimenticate di pregare ogni giorno.

La provvidenza e la grazia divina facciano di voi al tempo stesso veri Cristiani e validi Vigili, su cui la Stato, la città ed il popolo possano affidarsi"

L'ANGOLO DELLO SPORT
Chi va e chi viene

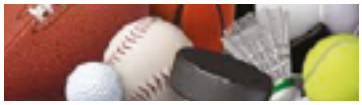
Simona Quadarella ci ha lasciato dopo aver mietuto grandi soddisfazioni con la maglia delle Fiamme Rosse, ma presso le Scuole centrali antincendi è stato dato il benvenuto ad un nuovo gruppo di 10 atleti che dopo il corso di formazione a loro riservato entreranno a fare parte del G.S. VV.F. Fiamme Rosse.

Tra gli atleti di nuova acquisizione ci sono affermati campioni cresciuti nelle file dei Gruppi sportivi giovanili provinciali dei vigili del fuoco come Simone Alessio (GS VVF Gesualdo Catanzaro), campione mondiale assoluto di taekwondo, Salvatore Esposito (GS VVF Billi-Masi Pisa), Campione Europeo U23 di pesistica, Salvatore Diana (GS VVF Padula Napoli), Campione Italiano Assoluto di Lotta.

Le nuove leve annoverano anche atleti di altissimo profilo provenienti da società esterne al Corpo come Arianna Noseda e Giorgia Pelacchi, Campionesse del mondo di canottaggio rispettivamente con il "4 di coppia p.l." e con il "quattro +", Alessandra Pagliaro, Campionessa europea U23 di pesistica e Giulia Arpino, bronzo europeo U20 nella scherma.

Non mancano, inoltre, giovani atleti emergenti come Fabio Lombini (nuoto), Beatrice Dalla Vecchia (scherma) e Carolina Paganin (Tiro a volo), tutti già Campioni italiani giovanili, che si spera possano presto far parlare bene di se anche a livello assoluto.

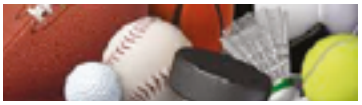
Per saperne di più: http://www.vigilfuoco.it/sitiSpeciali/GestioneSiti/notizia.asp?s=2&codnews=62777&menu=0



Qualificazioni regionali di Karate: brillanti risultati per la scuola CampanariKarate

Si sono aperte domenica 2 Febbraio le selezioni Regionali per le qualificazioni ai Campionati Italiani e Coppa Italia della Federazione Italiana Karate. La prima tappa per la specialità kata si è svolta nella ridente cittadina di Acquapendente (VT). Oltre 300 gli atleti in gara, non potevano mancare i ragazzi della scuola Campanarikarate con oltre 40 allievi accompagnati dai rispettivi tecnici: l'allenatrice Giulia Panella tecnico della Poseidon di via Laurentina a Roma, l'istruttore Valerio Pacelli tecnico della Onda Blu di via Siviglia a Torvajanica e il maestro **Roberto Campanari** tecnico della New Line di Via Orazio a Pomezia e della Body Flex di via del Tintoretto Roma. Ecco i loro risultati: nella categoria Bambini -7 anni Averi Leon conquista la medaglia di bronzo, nella categoria ragazzi 8-9 anni oro per Montesi Alex, argento per Ciamei Alessandro e bronzo per Petrea Alexandru, nelle speranze 10-11 anni primo posto per Biricocoli Giulia e Taccaliti Maya, secondo posto per Ricciardi Irene, terzo posto per Casciotti Sofia e Parrillo Eleonora, nel maschile Primo Usai Luca, secondo Cucchiarale Valerio e terzo Amoruso Giovanni e Bellissima Romano. Per gli Esordienti 12-13 anni Pacifico Flavio e Soccio Eliana sono medaglia d'oro, argento per Palumbo Alessandro e bronzo per Carboni Elio e Leggieri Edoardo, nei

cadetti 14-15 anni Quero Giulia e Camastra Paolo sono medaglia d'oro, secondo Giuli Tommaso e terza Postoncini Francesca, negli junior 16-17 anni Codoni Valerio è terzo mentre nei senior + 18 anni Menghini Giulia è prima. A margine della gara il commento del maestro Campanari: "Inizio con il ringraziare i nostri sponsor che ci accompagnano in queste gare la I ci accompagnano in queste gare la IG OPERATION AND MAINTENANCE SPA e la REDAZIONE DEL GIORNALE IL FARO www.ilfaroinrete.it che ci segue con costanza. Sono soddisfatto per i buoni risultati dei nostri ragazzi: in alcune categorie abbiamo fatto il pieno sui podi segno che stiamo lavorando bene. Medaglie a parte sono contento per l'esperienza vissuta dai ragazzi sicuramente più importante del piazzamento ottenuto, ora si torna al lavoro per la prossima gara di kumite a Febbraio".



Roma: Roger Ibanez da Silva

La Roma punta forte su Roger Ibanez da Silva. Il difensore centrale brasiliano, ventunenne, è arrivato a titolo temporaneo e gratuito, fino al 30 giugno 2021, dall'Atalanta. L'accordo prevede l'obbligo di acquisizione a titolo definitivo per 8 milioni di euro condizionato al verificarsi di determinate situazioni sportive. Il calciatore è raggiante. Ecco cosa ha dichiarato: "Sono davvero felice di essere qui. La Roma ha tutto quello che cercavo, il nome e una grande squadra. Sono sicuro che mi troverò molto bene". Il Chief Operating Officer, Guido Fienga, intesse le lodi del giocatore dichiarando: "Crediamo molto nelle potenzialità di Roger che potrà concretamente aiutare la squadra. I prossimi mesi saranno utili al ragazzo per imparare molto del nostro progetto calcistico. Ibanez potrà diventare un giocatore importante per la nostra difesa". In fase di definizione è ormai la trattativa tra James Pallotta e Dan Friedkin per la cessione della Roma. Al riguardo la Consob vigila sul passaggio di mano. Il valore dell'operazione si aggira intorno agli 800 milioni netti, compresi i 272 di debito e i 130 di aumento di capitale già approvato dall'assemblea degli azionisti. Una volta effettuato il passaggio di proprietà si spera che il comune di Roma possa dare il via libera definitivo alla costruzione del nuovo stadio. In campionato dopo la bella prova nel derby, la Roma ha sempre come obiettivo un posto che porti alla Champions League, Atalanta, in primis permettendo. .

Fabio Fontana

Lungimiranza e programmazione: poi si potrebbe sognare…

Nel precedente numero ci eravamo lasciati all'indomani dell'eliminazione (benedetta) dall'Europa League e alla vigilia della finale di Supercoppa con la Juve, con alle spalle 5 vittorie consecutive in campionato. Molto è successo nel frattempo. La Lazio ha battuto due volte I bianconeri aggiudicandosi un altro trofeo a pochi mesi dal trionfo in Coppa Italia con l'Atalanta. Le vittorie consecutive in campionato sono arrivate a 11, stoppate dal pari nel derby con la Roma. Nel mezzo un'eliminazione tanto immeritata quanto romanzesca in Coppa Italia con il Napoli a far da contraltare ad una stagione fin qui ricca di soddisfazioni e con scenari in campionato, ad oggi, tutti da scrivere e per nulla scontati per quanto riguarda la lotta al vertice.La Lazio è ad un passo dalla vetta con una partita da recuperare con il Verona e si potrebbe sognare anche perché, inaspettatamente, Juve ed Inter per motivazioni diverse perdono colpi.I nerazzurri nonostante la propria forza strutturale e qualitativa si stanno ulteriormente rafforzando con dei nuovi importanti innesti, anche il Milan con Ibrahimovic, il Napoli, la Roma, insomma un po' tutte. La Lazio no. Ci viene detto che non si può alterare l'alchimia e l'equilibrio dello spogliatoio, come se tutti coloro che fanno mercato a gennaio fossero degli stolti. Non siamo d'accordo e questo è il punto dove noi continueremo a battere augurandoci comunque, per il bene della Lazio, di sbagliare e sempre sottolineando che la qualificazione in Champions League sarebbe un ottimo traguardo. I voli pindarici non possono interessare a una tifoseria alla quale non viene permesso di sognare e fare il definitivo ed ultimo salto di qualità, questo nonostante siano arrivate importanti e prestigiose vittorie e bisogna dare atto alla società di questo, ma non alibi. Si chiede soltanto un piccolo sforzo per poterci sedere al tavolo delle grandi con le carte in regola e qualche chances in più. Primo campanello: al derby la Lazio ci è sembrata stanca oltre che vuota, pareggio strappato con i denti e un po' di fortuna. E allora prevenire è meglio che curare. E sognare aiuta a vivere meglio…

Dino Neandri

CONSULENTIA SOCIETA' COOPERATIVA A R.L.
Centro Assistenza Fiscale Detrazioni e deduzioni Modello 730 e Unico
Consulenza Fiscale
√ GESTIONI AZIENDALI
SEDE OPERATIVA
√ CONSULENZA FISCALE A PERSONE FISICHE E GIURIDICHE
ELABORAZIONE DATI CONTABILI
Sede legale: Via Altavilla Irpina, 8 Tel.: 06/5780971 Email: consulentia.fisco@gmail.com

Tutti al cinema con i consigli de Il Faro

Come non iniziare con un film italiano se poi è anche l'ultima pellicola del nostro affezionato Verdone? In sala dal 27 febbraio c'è **Si Vive Solo Una Volta**, un viaggio on the road verso i mari del Sud d'Italia fra incontri surreali, stupefacenti rivelazioni ed esilaranti avventure. Un team di quattro eccellenti professionisti ma soprattutto amici, forse ancora poco cresciuti, si ritrovano ad affrontare un'esperienza che non dimenticheranno mai. A rendere ancora più divertente questa commedia, che è un inno all'amicizia ci sono oltre a Carlo Verdone, la bravissima Anna Foglietta e i simpatici e un po' pazzerelli Rocco Papaleo e Max Tortora. E ora l'attesissimo e ultimo film d'animazione della Disney Pixar, **Onward – Oltre La Magia** che ci catapulta in nuovo e fantastico universo fatto di case, automobili, smartphone… proprio come il nostro se non fosse che è invece

abitato da elfi, fate, troll, unicorni, gnomi e tanti altri personaggi della fantasia. Lo spettacolo di questo straordinario mondo lascia senza fiato anche la trama non è da meno: due fratelli che hanno perso il papà quando erano molto piccoli, affrontano un viaggio che lo riporterà in vita per un ultimo magico ed indimenticabile giorno. A cinema dal 5 marzo. Lo stesso giorno esce **Un Amico Straordinario** con un incredibile Tom

Hanks nei panni di Fred Rogers, famosissimo conduttore televisivo di un programma per bambini che viene intervistato da un cinico e disilluso giornalista. Tra i due si instaura un rapporto capace di riportare a galla la spensieratezza dell'infanzia rimasta fino a quel momento sepolta dalla complessità della vita adulta.
Dal regista di Full Monty, Peter Cattaneo, arriva un'esilarante commedia questa volta tutta al

femminile assolutamente da non perdere: **Military Wives** una parabola d'amore in tempo di guerra che mostra l'altro versante della tragedia, quello di chi resta a casa in balia di un'interminabile attesa: le mogli dei soldati parlano la stessa lingua, preparano pasti, curano i bambini e ingannano la solitudine a colpi di musica pop.

Simona Mastropaolo e Anna Maria Pugliese

VIAGGI
Agente
GiraMondo

- Biglietteria Aerea
- Marittima/Ferroviaria
- Biglietti Flixbus
- Noleggio Auto
- Crociere
- Mare Italia/Estero/Montagna
- Buoni vacanza
- Viaggi di nozze
- Viaggi di gruppo
- Escursioni
- B&B
- Assicurazioni
- Visti d'ingresso
- Cofanetti BOSCOLO
- Viaggi d'istruzione
- Viaggi religiosi
- Viaggi sportivi
- Iniziative per il sociale
- GARDALAND
- Rainbow Magicland
- Cinecittà World
- Zoomarine

Via Bombay 18 (Eur Torrino)
065291696 giramondoeur@giramondo.it

Facebook
GiramondoViaggi Roma Eur

GiraMondo

Per info e prenotazioni chiamare Claudio & Tiziana al numero 06.5291696 oppure passare in via Bombay 18 lun/ven 08.30/19 sab 08.30/13

Le offerte del GiraMondo

COPENAGHEN

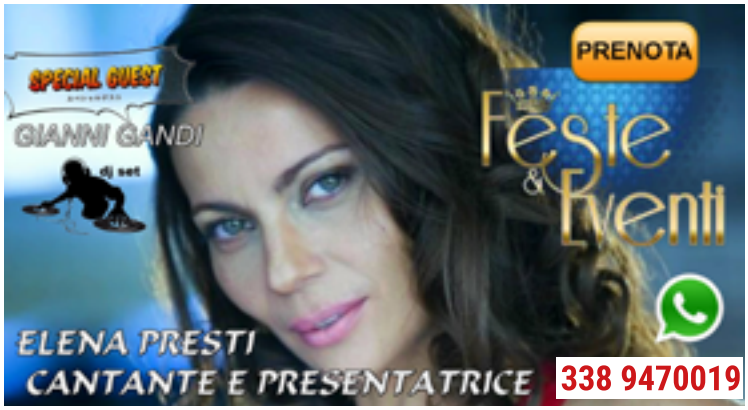
Nel mese di Marzo: volo con trolley, hotel con colazione, assicurazione medico/bagaglio
Da 700,00 € a coppia

PASQUA AD ISTANBUL
Dall'11al 14 aprile

Volo di linea, hotel 5*, centralissimo con colazione
Assicurazione medico/bagaglio e accompagnatore dall'Italia
L'hotel dispone inoltre di PISCINA, SPA e CENTRO FITNESS
520,00 € in camera doppia

TRENO DEL BERNINA

Finesettimana da Roma fino a Tirano, hotel e treno del Bernina il giorno successivo,
3 giorni in paradiso.
Tutto compreso a 300,00 €



L'inizio del 2020 per Elena Presti è già ricco di spettacoli, eventi, conduzioni televisive e ruoli cinematografici. A Reggio Calabria, i primi giorni di Gennaio, il grande concerto in Piazza Duomo, in cui è ospite con le sue hit di Tony Esposito ed il suo gruppo, allo Sheraton di Roma (Parco dei Medici) per Lady Virginia, per l'Alta Roma e Look of the Year, sempre a Roma, nello spazio Guido Reni, dopo il grande successo di Malta, è inviata e conduttrice per il nuovo programma su Canale Nazionale 82 e vari Circuiti tv.
Come attrice poi viene anche selezionata, su provino, a metà Gennaio, dal grande regista americano **Peter Chelsom** regista del famosissimo Shall We dance, con Jennifer Lopez e Richard Gere) per il suo nuovo film *"Security"* della nota **Indiana Production** e per un nuovo cortometraggio da girare prossimamente a Torino, della **Universal Fox Studio.** La settimana di Sanremo, con il compositore, regista tv e produttore della Mediterraneos Production **Gianni Gandi,** la vede protagonista, cantante e presentatrice di tanti eventi e conduzioni tv, tra cui Sanremo Discovery (il 7 e l'8 Febbraio) ed in preparazione della Future Generation Accademy TV (grande talent - format per cantanti), entrambi della **Edm** di Mario Greco, anche direttore artistico, in collaborazione con la stessa Mediterraneos Production.
Sempre a Sanremo la troviamo inviata per varie tv, circuiti regionali e nazionali, per emittenti radiofoniche e testate giornalistiche (in primis **il Faro**), per tutta la settimana del Festival ed il 7 anche presentatrice, come da varie edizioni, del Gran defilé' della Moda sulla scalinata del Casinò di Sanremo (**Sanremo in the world** M. Poletti e Ilio Masprone), insieme al conduttore Cristiano Gatti.
Da Gennaio sono anche iniziate le nuove registrazioni del programma tv **"Salotti Romani",** condotto su Canale nazionale 82, della Svizzera Italiana, da Elena Presti e con la partecipazione della principessa **Conny Caracciolo** con la regia dello stesso Gandi. Per seguire tutti i suoi appuntamenti e spettacoli, ovviamente, bisogna accedere ai suoi vari canali internet, ma se volete contattare questa eclettica artista per condurre, presentare i vostri eventi o averla in concerto-spettacolo con la sua compagnia potete contattarla a giannigandi@yahoo.com
www.elenapresti.eu *Elena Presti (Uff.stampa Il Faro)*

Flash nel Circuito del Faro!

Un Evento dell'Associazione Culturale Visioni ed illusioni alla Casa del Cinema

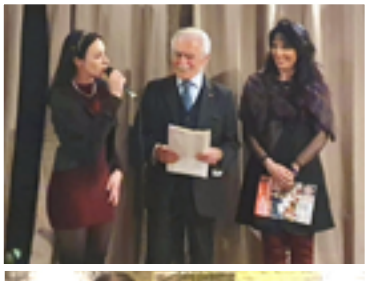
VISIONI E ILLUSIONI
il grande cinema del '900
Associazione Culturale

Un'associazione attiva da vari anni, impegnata nel Lazio, a livello artistico e culturale, e' l'Associazione Culturale Visioni ed Illusioni. Ho avuto modo di conoscerla bene, anche nei due suoi ultimi importanti eventi come la presentazione del libro di Giovanni Grasso con cena al prestigioso Circolo Tevere Remo e la proiezione alla nota Casa del Cinema di Roma, dello storico film "Io la conoscevo bene".La regia e' di Antonio Pietrangeli, un film del 1965, che ha vinto ben 3 Nastri d'Argento nel 1966 e che ha visto una giovanissima Stefania Sandrelli nel primo suo ruolo da protagonista..Scritto dallo stesso Pietrangeli, da Maccari e dall'ancor piu' celebre Scola, vanta attori quali Nino Manfredi, Enrico Maria Salerno, Ugo Tognazzi, Franco Nero, che ho avuto l'occasione anche d'intervistare proprio prima della proiezione stessa. L'evento organizzato dall'Associazione Culturale Visioni ed Illusioni mi ha permesso d'intervistare, in primis, il suo Presidente Onorario Giuliano Montaldo e, subito dopo, il suo Presidente Ettore Spagnuolo. Giuliano Montaldo, un pilastro del cinema italiano,quasi 90enne, splendidamente portati, con 70 anni d' importante carriera alle spalle: attore, sceneggiatore, regista di documentari e film, ha ricordato anche, a sua volta, il grande Carlo Lizzani, con cui ha debuttato come attore in un piccolo ruolo, per poi continuare fino all'anno scorso, in un ruolo da protagonista e ricordando tanti film importanti da lui interpretati con i più famosi attori italiani e che ha anche diretto in varie regie di successo, fra tutti ricordiamo I demoni di San Pietroburgo ed il più recente l'Industriale.

Ettore Spagnuolo, Presidente della Associazione Visioni e Illusioni, già commercialista e produttore di film, si è impegnato nella promozione di film restaurati, concerti e presentazione di libri. Franco Nero, attore internazionale, conosciutissimo anche Oltreoceano. invitato a parlare del film suddetto alla Casa del Cinema, ha raccontato aneddoti sia del film che dei suoi ruoli anche in altri film come in quelli di Tarantino (fan dell'attore stesso), sia della sua carriera da regista, che da scopritore di vari giovani talenti registici italiani, supportandoli, non solo in qualità di attore, nel girare anche dei cortometraggi. Ora Franco Nero sta aspettando di iniziare un altro suo film da regista, con nomi importantissimi e vari premi Oscar, sia attori (Kevin Spacey) ma anche costumista (Milena Cannonero) e direttore della fotografia (Vittorio Storaro).. Che dire, un evento d'immersione nel vero cinema nazionale ed internazionale, anche se ci si aspettava di incontrare ed intervistare la grande Stefania Sandrelli, che sfortunatamente influenzata, ha dovuto declinare, con dispiacere, questa bella occasione di cinema da vivere insieme all'Associazione Culturale Visioni ed illusioni *Elena Presti (Uff.stampa Il Faro)*

Incontri di Business Networking in occasione delle serate mensili AEREC (Accademia Europea per le Relazioni Economiche e Culturali) Sinergie tra le realtà del Circuito de "Il Faro"

ACCADEMIA EUROPEA PER LE RELAZIONI ECONOMICHE E CULTURALI



Marco Squeglia, molto più che un DJ

Un libero professionista al servizio della musica

Vorrei spendere delle parole per un professionista conosciuto e stimato che collabora con IL FARO: Marco Squeglia. La sua pubblicità lo descrive come DJ ma in realtà, Marco è molto altro. Un Direttore Artistico per eventi e serate, cantante, sicuramente anche ottimo DJ. La sua professionalità è una dote davvero rara negli anni odierni per chi fa il suo lavoro e proviene da esperienze di spessore come la Rai o private e sociali: non mancano nel suo Curriculum video-montaggi di serate che oggi definiremmo di "charity" come quella da lui immortalata il 19 Novembre 2019 per i 40 anni dell'Associazione Paraplegici di Roma e del Lazio per la quale Marco ha prestato gratuitamente il suo tempo e la sua passione. Un artista a tutto tondo, una persona seria, sensibile, umana e che sa soddisfare tutte le esigenze del cliente che lo ingaggia. Non cercate altrove per eventi di qualunque portata, dalla festa di 18 anni a quella di 50 al matrimonio, chiamate lui! *Simona Consoni*

Marco Squeglia
Cantante, Coreografo, DJ & VJ)
Tel. 3473523878

Business Networking:
Editrice e Direttrice responsabile: Valentina Tacchi
Tel. 347/8521307 Mail: direzioneilfaro@gmail.com

I Professionisti della Salute, Medicina e Benessere

MEDICI:
Endocrinologa e Diabetologa: Dott.ssa Francesca Spasaro Tel. 340/5061979
Proctologo: Dott. Mario Petracca Tel. 333/9516141
Odontoiatra: Dott.ssa Emanuela Raffoni specializzata in odontoiatria pediatrica Tel. 347/4000528 – 06/52277102 (Mostacciano)
Psicologa e psicoterapeuta: Dott.ssa Nunzia Fasano, gruppi di meditazione Tel. 347/6611972
Specialista in Odontostomatologia: Dott.ssa Carinci Donatella, Medico Chirurgo e specialista in odontostomatologia Tel. 328/1218043
Osteopata e fisioterapista: Dott.ssa Cristina Bernard Tel. 339/6128991 (Omya Studio)
Dentista: Dott. Daniele Gensini, odontoiatria estetica, ortodonzia invisibile e implantologia Tel. 06/52277119 (Torrino)
Psicologo: Dott. Fabiano Brini, Analisi bioenergetica, psicosomatica Tel. 338/9954656
Chirurgo estetico: Dott.ssa Emanuela Meschini Tel. 340/4609835

Centri Diagnostici e Case di Cura
Aster Diagnostica: centro Medico Specialistico Tel. 06/5291330
ICC: Ospedale Privato Cardiovascolare Tel. 06/50173411
Medea Medica: Studio di medicina integrata Tel. 06/538865
Villa Fulvia: Casa di Cura, Riabilitazione Neuromotoria e del linguaggio Tel. 06/710501
Villa Ardeatina: Casa di Riposo, Centro di Riabilitazione Tel. 06/51037
Studio Omya: Centro olistico, yoga, antigravity, pilates Tel. 06/64532056

Benessere
Counselor & Analogista: Elvira Paracini Tel. 349/4506194
Secret Charm Wellness & Beauty: Consulente bellezza Roberta Vinci Tel. 06/94519750 (Via dell'arte n.53)
Parrucchieri Crazy Group: Tel. 06/5919410 (Via dei corazzieri n.15)
Life & Financial Coach: Roberto Farris Tel. 347/3535410
Beauty secret: Samanta Tito Tel. 346/8512887 (Vitinia, Via Sarsina 118)

Sport ed Hobby
Sporting Club Paradise: Tel. 06/7213629 (Via Capannelle)
Omega Fitness Club: Tel. 06/68210058 (Via del Monte della Farina)
Fonte Meravigliosa Sport: Tel. 06/5038585 (Via A. Meldola, 157)
Karate: campanikarate@libero.it
La quercia tennis center: tennis, sala fitness, pilates, posturale, personal trainer Tel. 06/56549004 (via del fosso della castellucci,84)

I Professionisti
Studio legale civile e fiscale: Avv. Daria Colica 347/9368029 e Avv. Valeria Zuccarello
Avvocato Diritto Penale: Avv. Luca di Giorgi Tel. 328/8910279
Consulentia: Centro Assistenza fiscale Tel. 06/5780971
Investigatore privato: G.S.I. Global Scurati Investigation Tel. 06/5750991
Commercialista: Dott. Alessandro De Filippis Tel. 06/52456377
Commercialista revisore dei conti: Dott. Federico Siracusa Tel/339 8015237
Assicurazioni: Fabrizio Conigliucci Tel. 06/5132027
Fisico, Fisica medica e controllo Elettromagnetico: Dott. Andrea Oliva Tel. 347/1054174
Funeraria: Tel. 06 7100043 (Divino Amore)
Assicurazione per professionisti: Giorgio Bottari: Tel. 335 7740722
Centro Ottico: Batisti Via Castel di leva, 263 Tel. 0671350513
Consulente familiare: Maria Ferrara, Tel. 3477964210
Consulenza societaria e tributaria: Ciccioriccio e Associati Tel. Roma 06/3269661 - Milano 02/80011057
International Art Dealer: Dott.ssa Lorena Traversati, consulenza e ricerca di mercato per compravendita di opere d'arte ed immobili di prestigio Tel.380/1252809
Assicurazioni Generali: Tel. 06/515741 (Largo Salinari 18)
Marco DJ: Marco Squeglia, cantante, coreografo, dj set Tel. 347/3523878

Comunicazione
Mediterraneos Production: eventi, musica e spettacoli, Elena Presti tel. 338 5932747
Libri Oggi: trasmissione TV di Andrea Menaglia su Canale Italia 11 Tel. 339/3791987
Social Media Manager: Laura Caracciolo tel: 348/3191302
Video Aziendali e BeneGiornale: Massimo Marzi tel. 329/4595457
Grafica: Eleonora De Martini 342/1938515
Siti Web: Delia Morelli Tel 339/3692197
Photogiocando Studio fotografico di Maria Novella De Luca 328 4628 628
Tipografia Cartotecnica: Spedim 06/9487625
DFH Production: Video con Regia tel. 388/3794755

Gioielli
Gioielli: Jewelry designer brand "Barbara Consoni" Tel. 338/2444116
Gioielleria: Interdonato 06/5290910 (Via Beata Vergine del Carmelo, 115)

I Prodessionisti della casa
Sicurezza antincendio: PIM, Roberto Tagliaferri Tel. 06/65759205
Amministratrice di Condominio: Germana Gatto Tel. 327/7478315
Centro Casa: Via Baldovinetti Tel. 06/5032016
Vernici Sturniolo: Tel. 06/59601560
Immobili prestigiosi: Dr.ssa Lorena Traversari Tel. 380/1252809
Lavanderia: Stefano Galassi Tel. 333/9816978 (S. Paolo)
Italdesign Ristrutturazioni: porte, tende, zanzariere, impianti Tel. 06/31058795
Ass.ne Professionale Studio Tecnico: Geom. Cristina Aiuti e Geom. Marco D'Alesio Tel. 360/350166
Motor Garden: Riparazioni attrezzature da giardino Tel. 06/5012480
Mercatino dell'usato: Tel. 06/97603111 (Eur Mostacciano)
DB Idrotermica: idraulica, caldaie installazione e manutenzione Tel. 334/1461034
OPISAS: investimenti immobiliari in America, Isabella Morrone Tel.347/9187465

Specialisti degli Animali
Toelettatrice Professionista: Nelly Oliva Tel. 06/6630654

Auto
Vergari Gomme: Tel. 06/5005145
Noleggio a lungo termine: Soluzioni Leo, Marco Di Giuseppe Tel.340/1967600 – Nathalie Carbone Tel.347/7489553

Abbigliamento/Scarpe
Scarpe bambini La La Shoes 06 43687313

Viaggi
Giramondo Viaggi: Tel. 06/5291696
Madonna di Campiglio: Majestic Mountain Charme Hotel 4*S Tel. 0465/441080 (Trentino)
Marettimo: B&B Sulmare Tel. 339/2411770 (Sicilia)

Business Networking:
Coordinatrice editoriale del Faro con i Vigili del Fuoco: Lia Albonico Tel. 333/3916302
AEREC: Accademia delle Relazioni economiche e culturali
BNI: Business Networking International
AFD: Associazione Farmacisti divulgatori http://www.farmacistidivulgatori.it/ Presidente Dr. Filippo D'alfonso
Tibex: network di 700 imprese e professionisti nel Lazio
Teatro Golden: Daria Delfino Tel. 328/4112014
Teatro Brancaccio e Brancaccino: Tel. Silvia Signorelli 338/9918303 - Monica Menna 328/9448311

Ristoranti, Bar, eno-gastronomia del Faro Buongustaio
Art de Co. e Gran Caffè Federici: Catering e organizzazione Eventi Tel. 339/177 9805 (Eur, Viale della Tecnica, 211)
Girasole: ristorante e pizzeria Tel. 06/5020465 (Eur Via dei Minatori, 23)
Danielgelo: Gelateria Tel. 06/5430568 (S. Paolo Via G. Chiabrera, 40)
Terralba: Specialità enogastronomiche Tel. 06/5036594 (Via A. Baldovinetti, 69)
Pier: Ristorante, Caffetteria, Lunch Bar, Champagnerie Tel. 342/3664847 (Piazza Guglielmo Marconi)
CheCombriccola: Ristorante Tel. 06/88655318 (Via Federico Alessandrini, 82)
BarMando: caffetteria, bistrot, gastronomia e catering Tel. 06/52200213 (Mostacciano, viale beata vergine del Carmelo, 21/23)
Checco lo Scapicollo: Ristorante Tel. 06/5010251-06 (Via dei Genieri, 7)
Ci piace: bar, pasticceria, tavola calda Tel.06/39030250 (via Gregorio VII, 103)

Pc e telefoni
BS Tecnology: Vendita e riparazione smartphone e PC, stampanti e toner Tel.06/45666541
mail info@bstechnology.it

db Idrotermica

Idraulica - termoidraulica
condizionamento caldaie
installazione assistenza manutenzione

Danilo Bianconi

Tel. 334 1461034
danilobianconi@libero.it

db idrotermica srls

OMYA STUDIO
CENTRO OLISTICO EUR

OMYA
OMYA STUDIO

L'ENERGIA VITALE ALLA BASE DEL TUO BEN-ESSERE

* **OSTEOPATIA**
* **OSTEOPATIA NEONATALE E PEDIATRICA, FISIOTERAPIA**
* **SHIATSU, REIKI, MASSAGGIO OLISTICO, RIFLESSOLOGIA PLANTARE**
* **YOGA, ANTIGRAVITY, PILATES, POSTURALE, PERSONAL TRAINER**
* **CONSULENZE: ORTOPEDIA, FISIATRIA, GINECOLOGIA, PSICOLOGIA, PSICOTERAPIA, BIOTERAPIA NUTRIZIONALE**

VIALE CESARE PAVESE, 277 – ROMA EUR tel. 06.64532056 – 3500320319

350 0320319 OMYA studio OMYA studio